

ADAPTACJA DZIECKA W ŻŁOBKU – RADY DLA RODZICÓW

1. Pierwsze dni skrócić do minimum – nie pozostawiać dziecka do końca pracy w żłobku.
2. Nie przedłużać rozstania – rozstanie powinno wyglądać tak jak rozstanie w innych sytuacjach (u babci, cioci), nie wracać, nie płakać, nie przytulać inaczej niż dotychczas.
3. Opowiadać dziecku jak wygląda dzień w żłobku.
4. Organizować dziecku kontakty z rówieśnikami i innymi dziećmi.
5. Pobawić się z dzieckiem „w żłobek” w domu z odgrywaniem ról za pomocą misia, lalki – pamiętać, by zawsze na koniec zabawy po misia, lale przyszła mama/tata.
6. Zapewniać, że zawsze będzie odebrane i uprzedzić, jeśli będzie to ktoś inny poza rodzicem np. ciocia, babcia itd.
7. Zostawić z dzieckiem jego ulubioną przytulankę (na początku adaptacji), aby czuło „kawałeczek domu ze sobą”.
8. Nagradzać dziecko za dzielne radzenie sobie w żłobku pozytywnymi słowami : „Jestem z Ciebie dumna”, „Świetnie sobie radzisz”, nawet te z całodziennym płaczem.
9. Nie określać godziny przyjścia tylko raczej czas, wydarzenie po którym to nastąpi (po spaniu, po podwieczorku, po II daniu itp.).
10. Po przyjściu ze żłobka poświęcać dziecku, jak najwięcej czasu na wspólnej zabawie, rozmowie.
11. Odzwyczajając od smoczków, pampersów, karmienia piersią, niekapków, przyzwyczajając natomiast do nocnika, picia z kubeczka.
12. Przyzwyczajając dziecko do urozmaiconych potraw, nie rozdrabniając maksymalnie na papkę pokarmów dzieciom powyżej roku.
13. Zaufać Paniom ze żłobka, one mają większe doświadczenie w tym zakresie.
14. Nie pokazywać dziecku własnych lęków, strachu przed żłobkiem. Dużo się uśmiechać.
15. Ubierać dziecko w wygodne ubranko, które ułatwi samodzielne ubieranie/rozbieranie i jednocześnie nie będzie przeszkadzało podczas zabaw.
16. Pamiętać, że na początku nie jest najważniejsze, żeby jadło lub bawiło się fantastycznie albo spało wzorowo. To ciężki okres dla dziecka i rodzica. Priorytetem jest, aby przyzwyczało się do rozstania z domem!