

Mamo Tato

Wasze Dziecko idzie do żłobka. Tak postanowiliście. Jest w Was być może wiele pytań, niepewności, wiele obaw. Czy Wasz Skarb da sobie radę? Czy ktoś tam odpowie na Jego potrzeby? Czy to będzie dobre dla Niego miejsce? Czy spotka dobrych ludzi, opiekunów, dla których będzie Ono tak bardzo ważne, jak dla Was. Jeżeli podjęliście już decyzję i wiecie, że jest przemyślana – przyjmijcie zasadę, że ciągłe zadawanie pytań sobie i innym, ciągłe wahanie się nie będzie służyć dobrze ani Wam, ani Waszemu dziecku.

Adaptacja

- to słowo oznacza przystosowanie do nowych warunków. Poradzenie sobie, zgoda na zmianę. Zanim pomyślisz o adaptacji Dziecka pomyśl o swojej adaptacji. I o swoich emocjach. Masz prawo czuć, to co czujesz, masz prawo tak reagować. Ale Ty, dorosły musisz uporządkować swoje uczucia, by móc prowadzić swoje dziecko, by być dla niego oparciem. Nie płacz przy dziecku, nie zapewnij Maluszka, że wszystko będzie dobrze, równocześnie opowiadając drugiej osobie o swoich lękach i niepokojach. Mały Człowiek nie uwierzy wtedy Twoim zapewnieniom.

Pozwól mu płakać

Mały Człowiek, zwłaszcza gdy jeszcze nie potrafi mówić, ma prawo płakać, w ten sposób komunikuje się z nami. Płaczem opowiada o swoich potrzebach, o napięciu, o swoich uczuciach. Płacze by dać znać innym, że jest, że czuje, że chce być zauważony. Nie wie dlaczego nie ma Mamy i Taty, inne dzieci też płaczą, są obce panie, jedzenie i picie inaczej smakuje. Jeśli płacze w domu a chcesz mu pomóc, nie uspokajaj za bardzo, nie uciszaj na siłę, nie krytykuj, ale i nie lekceważ. Posadź na kolanach i mocno przytul, obejmij.

Pozwól mu się zmieniać

Dla Malutkiego Dziecka wszelkie zmiany często związane są z niepokojem. Ma prawo do tego, aby je przeżywać i wyrażać. Gdy zaczną chodzić do żłobka, mogą się pojawić w jego zachowaniu elementy, których wcześniej nie było. Może budzić się w nocy, może chcieć spać z Wami, może wrócić do noszenia pampersa, może nie chcieć jeść, może domagać się noszenia na rękach, może okazywać swoje przywiązanie jednej tylko osobie (np. mamie). Pojawić się może więcej oznak protestu, buntu. Może nie słuchać poleceń i prośb.

Może zacząć chorować

Pozwólcie mu na ten protest, na taki sposób opowiadania Wam o tym, co się z Nim dzieje. Takie zmiany mogą się pojawić. Są oznaką, że Wasze Dziecko rozwija się i zauważa, że wydarzyło się coś w Jego życiu.

Jako mądrzy Rodzice, pozwólcie Mu na dorastanie do tej zmiany na swój własny sposób, w Jego własnym tempie. Jeżeli będziecie Go wspierać, dawać Mu dużo czasu w domku, bawić się i przytulać – emocje i nietypowe reakcje wkrótce wrócą do normy.

Po kilku tygodniach Wasze Dziecko poradzi sobie z nową sytuacją i swoim niepokojem a ciecie w żłobku będą robić wszystko, by to ułatwić. Czas adaptacji jest różny dla każdego dziecka.

Pamiętajmy, że dzieci (tak jak dorośli) nie są jednakowe i nie możemy ich porównywać ze sobą. Każde dziecko reaguje inaczej i z różną intensywnością. Dużo łatwiejsze dla Dziecka jest rozstanie, gdy jest ono bardzo małe.
„Trudnymi dniami” na początku bywają poniedziałki, po dwóch dniach spędzonych w ciepłej rodzinie rozstania ponownie stają się wyzwaniem. Podobnie każdy powrót do żłobka po chorobie.

Jak możesz pomóc swojemu dziecku?

1. Jakiś czas przed planowanym terminem oddania do żłobka wyreguluj Maluszkowi rozkład dnia według tego rytmu, jaki tam obowiązuje. Personel żłobka chętnie udzieli takich informacji.
2. W początkowym okresie adaptacji (tydzień, dwa) zostawiaj Maluszkę w żłobku na króciutko.
3. Pożegnanie musi trwać jak najkrócej. Przytul, pocałuj i zawsze powiedz, że przyjdiesz po Dziecko, następnie oddaj w ręce cioci niezależnie od tego co się dzieje. Przedłużanie rozstania to przedłużanie rozpaczki Dziecka.
4. Jeżeli Twoje Dziecko weszło już na salę, nie proś o możliwość zaglądania tam. Ono już zrobiło krok naprzód, nie zabieraj mu tego. Ponownie będzie musiało się zmierzyć ze swoimi uczuciami.
5. Jeżeli chcesz dowiedzieć się, jak sobie radzi Twoje Dziecko zadzwoń do żłobka, zapytaj. Zawsze otrzymasz bezpośrednią informację od cioci, która opiekuje się Twoim Skarbem.
6. Nie opowiadaj Dziecku zbyt wiele o tym jak będzie w żłobku. Nie wiesz jak będzie. Nie zapewnij, że będzie się bawić z kolegami, bo może nie nastąpi to od razu. Nie zapewnij, że będą pyszne obiady – z pewnością tak, lecz może Twoje Dziecko nie lubi buraczków a to one będą pierwszego dnia.
7. Bądźcie konsekwentni. Nie zrażajcie się niepowodzeniami. Jeżeli adaptacja trwa Waszym zdaniem zbyt długo, nie rezygnujcie od razu. Warto w tej sytuacji zasięgnąć opinii innych Rodziców, których dzieci już długo chodzą do żłobka, pań opiekunek, dyrektorki żłobka.
8. Działajcie wspólnie. Niech Maluszek nie słucha dyskusji na temat żłobka między Mamą, Tata, Babcia i Dziadkiem. Wzmocze to Jego niepokój.
9. Współpracuj ze żłobkiem. Tak małe dzieci nie powiedzą, że się źle czują. To do nas dorosłych należy ich obserwacja i rzetelne przekazywanie sobie informacji o tym, co się z dzieckiem dzieje. Udzielaj tych informacji personelowi żłobka i żądaj tego samego od nich. W ten sposób szybko zareagujemy wszyscy na niepokojące objawy a dziecko będzie bezpieczne.
10. Buduj swoje zaufanie do pracowników żłobka, pomoże ci to w osiągnięciu równowagi emocjonalnej. Pytaj i zgłaszaj swoje wątpliwości, jeżeli coś cię niepokoi. Jesteśmy wyczuleni na potrzeby Państwa Maluszków, na współpracę, na pomoc.
11. Jeżeli ciocia, która oddaje Ci Dziecko mówi, że wszystko było w porządku, to tak jest naprawdę. Personel żłobka pracujący w poszczególnych grupach

przekazuje sobie informacje o dzieciach i jeśli będzie coś nie tak na pewno otrzymasz taką informację.

12. Wpisz w odpowiedni formularz numery telefonów, które zawsze jesteś w stanie odebrać (lub numery telefonów upoważnionych dorosłych członków rodziny). Jest to konieczne do natychmiastowego powiadomienia opiekunów w razie wystąpienia objawów chorobowych lub wypadku.

Jeżeli otulicie Wasze Dziecko miłością, jeśli dacie Mu swój czas, jeżeli pozwolicie Jemu i sobie na zmiany, ale też na błędy – Ono sobie poradzi.
Satysfakcję nam – personelowi żłobka sprawia fakt, że „nasze” Dzieci czasami nie chcą iść do domu, tak dobrze się u nas bawią i czują

Opracowano na podstawie: Wnęk – Joniec K., „Pomóż mi zostać tutaj – adaptacja do żłobka” , Biuro ds. Ochrony zdrowia Urzędu Miasta Kraków, 2007 oraz własnych doświadczeń personelu żłobka.