

Zaufaj procesowi!



Adaptacja to proces, który u każdego dziecka wygląda inaczej. Niektóre dzieci płaczą od razu, inne dopiero po kilku dniach – to normalne.

Daj dziecku czas i ufaj opiekunom – jesteśmy tu, by wspierać Wasze maluchy z czułością i zrozumieniem.



Adaptacja w żłobku

Drodzy Rodzice,

Rozpoczęcie żłobka to ważny etap w życiu dziecka i całej rodziny. Żeby ułatwić Waszym pociechom łagodne wejście w nową rzeczywistość, przygotowaliśmy kilka wskazówek, które wspierają proces adaptacji:



Regularność i rytm dnia



Staraj się przyprowadzać dziecko o tej samej porze
dzieci czują się bezpieczniej w stałym rytmie.

Jeśli możesz – pierwsze dni skróć, odbierając
dziecko nieco wcześniej.

Jeśli dziecko pyta, o której je odbierzesz – powiedz
prawdę.

Nawet jeśli to później niż by chciało, ważne, by
mogło zaufać Twoim słowom.



Ulubiona przytulanka? Oczywiście

Mały miś, dinozaur lub inny „przyjaciel” może
dodać dziecku otuchy.

Jeśli dziecko potrzebuje wsparcia – pozwól
zabrać ze sobą coś, co pachnie domem.



Ubiór-komfort to podstawa

Wybieraj dla dziecka ubrania i buty łatwe do samodzielnego zakładania (np. na rzepy).

Dziecko powinno mieć zapasowe ubranie (w podpisanym worku).

W miarę możliwości – unikaj ubrań z trudnymi zapięciami (np. guziki na plecach, sztywne jeansy). Pamiętaj, że dziecko może się ubrudzić- oznacza to, że świetnie się bawiło w żłobku!



Pozwól dziecku na emocje

Płacz, smutek, tęsknota – to naturalne emocje w nowej sytuacji. Dziecko ma prawo je przeżywać.

Nie mów: „Nie płacz”, „Nic się nie dzieje”, „Już jesteś duży” – takie słowa mogą wywołać w dziecku poczucie winy i niezrozumienia.

Zamiast tego powiedz:

„Widzę, że jest ci trudno”, „Tęsknisz za mną – to normalne, ja też czasem tęsknię”



Wprowadzanie zasad i samodzielność

Adaptacja to nie tylko przyzwyczajanie się do rozstań, ale też poznawanie nowych zasad. W żłobku dzieci uczą się funkcjonowania w grupie – warto, by już od początku wspierać je w tej nauce.

