



### Plan tygodnia adaptacyjnego:

Tydzień adaptacyjny składa się z 5 następujących po sobie dni roboczych, od poniedziałku do piątku( tak, aby dni adaptacyjne nie były podzielone weekendem). W ten tydzień rodzic, który będzie przyprowadzał dziecko do żłobka proszony jest o pełną dyspozycyjność( w razie, gdyby była potrzeba odebrania dziecka).

#### **1 dzień ( poniedziałek):**

Pobyt dziecka około godziny z rodzicem. Zapoznanie się ze środowiskiem, nowymi opiekunkami, dziećmi w godz.9-10 lub 14:30-15:30

#### **2 dzień wtorek:**

Pobyt około 1,5 godziny z rodzicem w godz. 9:00-10:30 lub 14:30-16:00

#### **3 dzień środa:**

Pobyt około 3 godzin ( 8-11), pierwsze posiłki w żłobku. Po 1 h rodzic opuszcza żłobek i odbiera dziecko przed drzemką.

#### **4 dzień czwartek:**

Pobyt do 5 godzin, przyprowadzenie dziecka na godz.8:00. Rodzic pozostaje do godziny ok 9:00, następnie pozostawia dziecko. Dziecko pozostaje już samodzielnie na pierwszą drzemkę, rodzice odbierają dziecko zaraz po śnie ok 14:00.

#### **5 dzień piątek:**

przyprowadzenie dziecka koło godziny 8:00, posiłek, sen, obiad, rodzice odbierają dziecko po obiedzie koło godziny 15:00

**Tydzień adaptacyjny jest nieodpłatny jeśli obejmuje tydzień w miesiącu poprzedzającym zapisanie dziecka.**

**Pamiętajmy, że po każdej dłuższej przerwie, spowodowanej urlopem, wakacjami, czy też zwyczajną chorobą( a na to musimy być przygotowani), proces adaptacyjny, zwłaszcza u małych dzieci, może przebiegać od nowa.**

### **Jak powinien zachowywać się rodzic przy rozstaniach z dzieckiem?**

Przy rozstaniach ważne jest, aby rodzice byli zdecydowani, z jednej strony nie spieszyli się, tak aby dziecko poczuło się bezpiecznie, a z drugiej strony aby nie przedłużali rozstania. Maluszki oczywiście sygnalizują swoje niezadowolenie z rozstania płaczem. Jednakże przedłużanie rozstania budzi jeszcze większy niepokój dziecka. Maluszki wiedzą też, iż płacz powoduje to, że rodzic pozostaje z nim na dłużej. Aby dziecko mogło dobrze poczuć się w nowym miejscu i zaufać opiekunom, rodzic powinien dać im szansę na uspokojenie maluszka. Dzięki temu przyspieszymy tworzenie się ciepłych relacji z nowymi opiekunami.

### **"Dlaczego moje dziecko płacze, gdy zostawiam w żłobku?"**

Rodzice często pozostawiając dziecko płaczące wyobrażają sobie, iż robią mu krzywdę zostawiając je w żłobku. Maluszek w początkowym okresie będzie sygnalizował swoje reakcje na zmiany właśnie płaczem, jednakże nie oznacza to, że nie będzie w stanie przyzwyczać się do nowego środowiska i że po wyjściu rodzica nie czerpie radości z przebywania w tym środowisku. Każdy z nas, nawet dorosły w początkowym czasie czuje się nieswojo wchodząc w nowe środowisko, związane jest to z jeszcze niezbudowanym poczuciem bezpieczeństwa. Dorosli mają możliwość wyrażania swojego niepokojem i posiadają środki radzenia sobie z nim, dla dziecka, jedynym środkiem sygnalizowania niezadowolenia i lęku jest właśnie płacz. Dziecko na samym początku skupia swoje emocje i swoją uwagę głównie na separacji i rozstaniu z rodzicem, dlatego też, rodzice nie powinni pochopnie myśleć, iż maluszek, który płacze, nie lubi swojego żłobka.

### **„Dlaczego dziecko, gdy mnie widzi gdy przychodzę je odebrać, płacze?"**

Często zdarza się także, iż dzieci przez cały dzień pobytu nie ukazują negatywnych emocji w żłobku, nie płaczą, jednakże widząc rodzica przychodzącego po niego do żłobka witają ich płaczem. Jest to jedna z bardzo częstych reakcji, dzieci silniejsze psychicznie i emocjonalnie dojrzałe często w ciągu dnia nie płaczą, przyglądając się środowisku i nowym zasadom, aby jak najszybciej zaadoptować się do niego. Płacz na widok rodzica to często znak, iż trudne emocje udało się dziecku odłożyć na „później” – tak aby podzielić się nimi z dorosłym. Dziecko takie nie skupia się przez czas spędzony w żłobku na przeżywaniu swoich trudnych emocji, ale na poznawaniu go po to, by czym prędzej zrozumieć je i zdobyć poczucie bezpieczeństwa. Taka reakcja dziecka wydaje się być dojrzała emocjonalnie, pomagająca w szybszej adaptacji do żłobka.