



Mamo, Tato!

**Zostałem właśnie przedszkolakiem
i bardzo liczę na Wasze wsparcie!**

Zanim wyjdziemy do przedszkola

Stwórzcie poranny rytuał – to pomoże mi poczuć się bezpiecznie. Może pobawimy się chwilę razem, zaśpiewamy piosenkę albo opowiecie mi, jak to było, gdy sami chodziliście do przedszkola?

W szatni

Pożegnajcie się ze mną serdecznie, ale krótko. Im dłuższe pożegnanie, tym trudniej mi jest. Mogę się rozplakać – to moja reakcja na rozstanie. W sali szybko się uspokoję. Jeśli sami będziecie niepewni, natychmiast to wyczuję i będę protestować jeszcze bardziej.

Dotrzymujcie obietnic

Jeśli mówicie, że będziecie w pobliżu – dotrzymajcie słowa. Uprzedzajcie mnie o swoim wyjściu z przedszkola – nawet jeśli się rozplaczę. Powiedzcie, kiedy po mnie wrócić, ale nie używajcie godzin – lepiej: „po obiedzie” czy „po odpoczynku”. I proszę – nie spóźniajcie się, mogę wtedy pomyśleć, że o mnie zapomnieliście. Powiedzcie mi, kto mnie będzie odbierał – lepiej się czuję, gdy wiem na kogo czekam.

Rozmawiajcie dobrze o przedszkolu

Wasze słowa wpływają na moje nastawienie i to jak się czuję – dlatego mówcie przy mnie dobrze o przedszkolu. Wyrażajcie swoje opinie spokojnie i z szacunkiem. Gdy mnie chwalicie za postępy, wzrasta moja motywacja do przedszkola. Mówcie o mnie dobrze przy innych – to mnie buduje.

Odbierając mnie z przedszkola

Bądźcie w kontakcie z moimi nauczycielkami – powiedzcie im, co mi sprawia trudność, a co wychodzi dobrze. Pytajcie nie tylko o to, czy zjadłem, ale też o moją samodzielność i relacje z innymi dziećmi. Proszę – nie porównujcie mnie z innymi. Każde dziecko adaptuje się w swoim tempie.

Uczcie mnie samodzielności

Pozwólcie mi próbować samemu się ubierać, jeść czy korzystać z toalety. Jeśli potrafię sam wykonać te czynności, mniej się stresuję. Wspierajcie mnie, ale nie wyręczajcie.

Co będzie mi potrzebne?

- Wygodne ubrania, które łatwo zdejmę i założę.
- Zapasowa odzież w woreczku w szatni – czasem coś się rozleje, ubrudzi czy zmoczy.
- Podpisane rzeczy – to ułatwia ich odnalezienie.
- Wygodne kapcie z twardą podeszwą i w odpowiednim rozmiarze.
- Duże opakowanie chusteczek – mokrych i suchych.

Pamiętajcie – jestem dzielny, ale mogę uronić kilka łez przy rozstaniu. To naturalne – w końcu jestem jeszcze mały. Za rok będziecie dumni, jak bardzo urosłem i ile już potrafię!

Jak ułatwić pożegnanie z dzieckiem?



Krótkie rozstanie

Pomaga: rozmowa jeszcze w domu o rozstaniu, jedno, szybkie pożegnanie, szybkie opuszczenie sali.

Utrudnia: wielokrotne żegnanie, przedłużanie przytulania, obserwowanie z drzwi.

Stała rutyna

Pomaga: ustalony schemat pożegnania (np. buziak, przytulanie, piąteczka), daje dziecku poczucie przewidywalności a rodzicowi kontroli nad czasem pożegnania.

Utrudnia: chaos i pośpiech, nagłe urywanie kontaktu.

Pozytywne komunikaty

Pomaga: uśmiech, wesoły ton, życzenia dobrej zabawy.

Utrudnia: współczucie („Przykro mi, że muszę iść”), przeprosiny („Musisz tu zostać”), strach i smutek w głosie – dziecko myśli wówczas, że przedszkole to miejsce nieprzyjemne.

Mówienie prawdy

Pomaga: szczerość, dotrzymywanie obietnic.

Utrudnia: kłamstwa („zaraz wrócę”), niedotrzymywanie słowa.

Cierpliwość i wyrozumiałość

Pomaga: ciepło, spokój, wspólne spędzanie czasu.

Utrudnia: pośpiech, groźby i straszenie („Jak nie wejdiesz, nie pójdziesz do babci”).

Samodzielne wejście do sali

Pomaga: gdy dziecko wchodzi na własnych nogach

Utrudnia: przynoszenie dziecka na rękach i siłowe rozdzielanie.

Zaufajcie nam – zadbamy o Wasz największy skarb!

Źródło: panimonia.pl, blizejprzedszkola.pl