

# POŻEGNANIE Z DZIECKIEM – JAK POMÓC SOBIE I DZIECKU?

## KRÓTKIE POŻEGNANIE

CO POMAGA	CO UTRUDNIA
<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Nie poganiaj dziecka</li> <li>✓ Pożegnaj je jeden raz</li> <li>✓ Rozmowę z dzieckiem przeprowadź w domu</li> <li>✓ Szybko opuść salę</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>× Kilkukrotne zeganie dziecka</li> <li>× Długie rozmowy przed salą</li> <li>× Stanie w drzwiach i obserwowanie dziecka</li> </ul>

## RUTYNA

CO POMAGA	CO UTRUDNIA
<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Umów się z dzieckiem na sposób pożegnania i stosuj go, np. „buziak, przytul, piąteczka i idziesz do pani”</li> <li>✓ Rutyna pozwala dziecku powoli nabierać kontroli nad sytuacją, a rodzicowi kontroli nad czasem potrzebnym na pożeganie</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>× Chaos i pośpiech, który rodzi się, gdy rodzic nagle urywa pożeganie z dzieckiem, spiesząc się np. do pracy</li> </ul>

## POZYTYWNE KOMUNIKATY

CO POMAGA	CO UTRUDNIA
<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Uśmiech rodzica</li> <li>✓ Radosny i pewny głos</li> <li>✓ Miłe życzenia: „Dobrej zabawy!”, „Miłego dnia”, „Baw się dobrze” – dzięki temu dziecko wie, że przedszkole to miejsce, gdzie miło spędzi czas i można się tam bawić</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>× Słowa współczucia: „Przykro mi, ale muszę iść” – to sugeruje, że dziecko znajduje się w przedszkolu za karę</li> <li>× Przeprosiny: „Przepraszam, ale musisz tu zostać” – to sugeruje, że przedszkole jest czymś nieprzyjemnym</li> <li>× Pocieszanie: „Nie bój się” – to sugeruje, że jednak jest się czego bać</li> <li>× Współczucie, żal i strach w głosie rodzica – strach rodzica to gwarancja strachu u dziecka</li> </ul>

## MÓWIENIE PRAWDY

CO POMAGA	CO UTRUDNIA
<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Szczerość ze strony rodzica</li> <li>✓ Dotrzymywanie obietnic, np. „Przyjdę zaraz po twoim obiadku”, „Dzisiaj po przedszkolu pójdziemy razem na plac zabaw”, itp.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>× Kłamstwa: „Mama wróci po coś do auta i za chwilę po ciebie przyjdzie” - dziecko czuje się nie tylko smutne, ale i oszukane, co sprawia, że boi się bardziej</li> <li>× Ucieczka rodzica: wychodzenie z sali bez pożegnania, gdy dziecko odwróciło swoją uwagę przy zabawie – dziecko szybko zorientuje się, że mamy nie ma i będzie czuło się zdezorientowane, a to potęguje strach i niepokój</li> <li>× Nie dotrzymywanie umów zawartych z dzieckiem: „Po przedszkolu odbierze cię mama”, „Będę zaraz po leżakowaniu”</li> </ul>

## CIERPLIWOŚĆ I WRAŻLIWOŚĆ

CO POMAGA	CO UTRUDNIA
<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Dużo czasu spędzanego z dzieckiem</li> <li>✓ Spokój rodzica, czułość i ciepłe słowa</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>× Poganianie dziecka</li> <li>× Straszanie: „Jak nie wejdiesz do sali, zabieram twojego misia do domu”</li> </ul>

## WEJŚCIE DO SALI NA WŁASNYCH NOGACH

CO POMAGA	CO UTRUDNIA
<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Dziecko przyprowadzone na własnych nogach</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>× Dziecko na rękach rodzica, które trzeba zrywać z rąk mamy</li> </ul>

## ZAUFAŃIE

Wiemy, że powierzają nam Państwo swój najcenniejszy skarb. Będziemy się o niego troszczyć!