

## **Oto kilka rad, aby rozstanie było mniej bolesne a maluszek polubił nowe otoczenie i żłobek (po urlopie macierzyńskim)**

Pozytywnie podejź do sprawy. Jeżeli rozłąka będzie dla Ciebie bardzo trudna i będziesz się tym zadręczać, to maluszek na pewno wyczuje Twoje przygnębienie i może z trudnością zaakceptować fakt, że teraz będą zajmować się nim zupełnie nowe osoby. Twój niepokój po prostu udzieli się dziecku. Spróbuj podejść do sprawy spokojnie, to ułatwi maluchowi adaptację. Dla dziecka może być to o wiele trudniejsze, tym bardziej, że zmienia otoczenie, zasady panujące w żłobku będą różnić się od tych w domu i co najważniejsze nie będzie koło niego mamy. Poczucie bezpieczeństwa może zostać zachwiane, dlatego tak ważne jest aby już wcześniej przygotować go na tak ważną zmianę. Przed posłaniem dziecka do żłobka powinnaś dokładnie zapoznać się ze zwyczajami jakie tam panują. Pory snu czy jedzenia mogą przecież się różnić od tych panujących w domu. Staraj się wprowadzać pomału zmiany już w domu, malcowi łatwiej będzie się przestawić i odnaleźć w nowej sytuacji. Tryb dnia w domu powinien pokrywać się z tym w żłobku.

Postaraj się, aby pierwsze dni pobytu dziecka w żłobku nie pokrywały się z Twoim powrotem do pracy. Dzieci roczne reagują na zmianę miejsca i otoczenia. W naszej placówce istnieje możliwość towarzyszenia mu w pierwszych dniach. Ma to podwójne zalety, ponieważ Ty będziesz mogła sprawdzić jak dziecko odnajduje się w nowej sytuacji i uspokoić wewnętrzne obawy. Dla dziecka taka sytuacja również będzie komfortowa, ponieważ z dnia na dzień nie straci Ciebie z pola widzenia. Maluchowi naprawdę trudno pojąć, że nagle znikasz – nie rozumie co to jest praca i obowiązki. Przecież do tej pory był pępkiem świata i miał Cię na każde zawołanie.

Rozstanie powinno odbywać się stopniowo. Na początku niech będą to 2-3 godziny. Najlepiej abyś była w tym czasie zawsze w pogotowiu, kiedy maluszek naprawdę źle znosi brak Twojej obecności zawsze możesz pokazać mu, że jesteś. Twoja obecność ułatwi mu wejście w nowy świat a maluch, który czuje wsparcie szybciej się usamodzielni. Dziecko nie powinno rozłąki kojarzyć z czymś strasznym – przecież żłobek to nie kara. Z czasem możesz starać się wydłużać czas pobytu w żłobku. Po miesiącu czasu, wszystko powinno przejść do porządku dziennego.

Aby rozstanie stało się mniej przykre warto przygotować maluszka na nową sytuację. Oczywiście wszystko zależy od wieku malca. Dwulatkwowi możesz starać się wyjaśnić co może go tam czekać. Opowiedz mu o nowych dzieciach które pozna, o paniach, które będą się nim opiekowały i zabawkach. Nie należy też zapominać o wytłumaczeniu mu na czym polega pobyt

w żłobku, mów szczerze, że musisz go na jakiś czas zostawić i nigdy nie wymykaj się potajemnie. Tłumacz za ile wrócisz - po obiedzie, po spaniu, po obiedzie (maluch jeszcze nie rozumie że za 5 godzin.) Przy pożegnaniu musisz być stanowcza i nie ulegać jego presji. Dziecko może wymyślać różne sposoby, by zatrzymać Cię przy sobie.

5 miesięcznemu brzdącowi trudno będzie wytłumaczyć dlaczego musisz go zostawić, chociaż czym mniejsze dziecko tym łatwiej mu zaakceptować nieobecność mamy, zwłaszcza gdy polubi nowe opiekunki. A może maluchowi łatwiej przyjdzie pobyt w nowym miejscu, gdy będzie miał coś co przypomina mu dom? Może ma ulubioną zabawkę lub poduszczkę? Pozwól mu zabierać ją ze sobą, "ukochany mis" może zwiększyć w nim poczucie bezpieczeństwa.