



Poradnik dla Rodziców

1. Nie przeciągaj pożegnania w szatni, pomóż dziecku rozbierać się , zaprowadź dziecko do sali, pocałuj i oddaj pod opiekę nauczycielowi.
2. Nie zabieraj dziecka do domu kiedy płacze przy rozstaniu; jeśli zrobisz to choć raz, będzie wiedziało, że łzami można wszystko wymusić.
3. Nie obiecuj: jeśli pójdziesz do przedszkola, to coś dostaniesz; kiedy będziesz odbierać dziecko, możesz dać mu małą prezent, ale nie może to być forma przekupywania, lecz raczej nagrody. Z czasem ten bodziec stanie się zbędny.
4. Kontroluj co mówisz. Zamiast „już możemy wracać do domu”, powiedz „teraz możemy iść do domu”. To niby niewielka różnica, a jednak pierwsze zdanie ma negatywny wydźwięk .
5. Nie wymuszaj na dziecku, żeby zaraz po przyjeździe do domu opowiedziało, co wydarzyło się w przedszkolu – to powoduje niepotrzebny stres.
6. Jeśli dziecko przy pożegnaniu płacze, postaraj się żeby przez kilka dni odprowadzał je do przedszkola tata lub osoba, którą dziecko zna.
7. Staraj się określać, kiedy przyjdiesz po dziecko, w miarę dokładnie: nie mów „przyjdę, kiedy skończę pracę, ponieważ dziecko nie wie, o której godzinie rodzice kończą pracę. Lepiej powiedzieć „odbiorę cię z przedszkola po podwieczorku” – jest to dla dziecka dobrą miarą czasu, gdy wie kiedy są posiłki. Najważniejsze jest to, by dotrzymać słowa!
8. Nie okazuj negatywnych emocji: nie płacz, nie wracaj pod drzwi, gdy słyszysz, że dziecko płacze. Takie zachowania są u dziecka rozpoczynającego funkcjonowanie poza środowiskiem rodzinnym zupełnie normalne. Jednak kiedy zobaczy, że rodzic czuje się niepewnie w sytuacji pozostawienia go w przedszkolu, będzie miało wrażenie, że dzieje się coś złego, a to spotęguje stres.
9. Każde dziecko uspokaja się w zasadzie od razu po zamknięciu drzwi do sali, ponieważ absorbują je nowi koledzy, wielość zabawek, a życzliwa i uśmiechnięta pani zawsze dziecko przytuli, weźmie na kolana i uspokoi, zajmując uwagę dziecka czymś miłym i pozytywnym.
10. Tłumacz dziecku, że reguły obowiązujące w przedszkolu są dobre. Dzieci lubią, gdy ich świat jest uporządkowany i ma swoją harmonię. Brak zasad i wymogów ze strony nauczyciela sprawia, że dziecko odczuwa chaos, a to powoduje brak poczucia stabilności i bezpieczeństwa w nowym miejscu.
11. Wszystkie wątpliwości lub pytania kieruj do nauczyciela. To osoba, która spędza z dzieckiem większość dnia, więc doskonale je zna i jest kompetentna w swoim zawodzie. Na pewno uzyskasz pomoc i osiągniesz porozumienie. Dziecko widząc, że rodzice rozmawiają z nauczycielem, czuje się bezpieczne.

PAMIĘTAJ: ŻEGNAJ I WITAJ SWOJE DZIECKO ZAWSZE Z UŚMIECHEM !

- **USTALCIE REGUŁY PANUJĄCE W WASZYM DOMU I POWIEDZCIE O NICH DZIECKU**, np. „Zawsze trzeba myć ręczki przed jedzeniem”, „Nie wolno bez pozwolenia bawić się rzeczami rodziców”. Mówienie o regułach sprawi, że malec będzie wiedział, czego od niego oczekujesz. (Nie znaczy to jednak, że nie będzie sprawdzać, co się stanie gdy przekroczy granice.) Nie zmieniajcie ustalonych reguł, nim maluch się ich nie nauczy. Nawet jeśli byłoby Wam na rękę chwilowe zrezygnowanie z jakiejś zasady – nie róbcie tego! W wychowaniu konieczna jest konsekwencja. Jeżeli powtarzacie dziecku, że ma sprzątać klocki, gdy skończy się bawić, nie róbcie tego za nie np. wtedy gdy się spieszycie.
- **WYJAŚNIJCIE DZIECKU, DLACZEGO MU CZEGOŚ ZABRANIACIE**. Jeżeli możecie, podajcie konkretną przyczynę, np. „Nie dam ci lodów, bo za chwilę będzie obiad. Jeśli będziesz miał na nie ochotę po zjedzeniu zupy i drugiego dania, dostaniesz je”. Malec łatwiej dostosuje się do zakazu, jeśli pozna jego przyczynę i ją zrozumie.
- **NIE MÓWCIE: „MASZ UMYĆ ZĘBY, BO JA CI KAŻĘ.”** Nie używajcie swojej przewagi nad dzieckiem, by skłonić je do zrobienia czegoś. W ten sposób pokazujecie jedynie, że jesteście silniejsi i możecie mu „kazać”. Ale to nie ma nic wspólnego z autorytetem rodzica.
- **DAWAJCIE DZIECKU DOBRY PRZYKŁAD**. Zachowujcie się tak, jak chcielibyście, by ono się zachowywało. Jeśli wymagacie, by składało swoje zabawki, nie rozrzucajcie po mieszkaniu gazet i ubrań. Dzieci uczą się, obserwując rodziców.
- **NIE STROFUJCIE I NIE UPOMINAJCIE STAŁE MALCA**. Stawianie dziecku granic i uczenie go dyscypliny nie może zamienić się przecież w wojskowy dryl. Ustalone reguły mają Wam pomagać we wspólnym życiu, a nie je utrudniać.
- **IDŹ CZASEM NA KOMPROMIS**. Gdy dziecko poczuje, że starcie się z nim porozumieć, łatwiej zaakceptuje ustalone przez Was zasady. Jeśli np. ustaliliście, że dziecko sprząta zabawki (i ono już nauczyło się to robić), ale widzicie, że malec jest zmęczony i śpiący, a jego pokój wygląda, jakby przeszedł przez niego huragan, zaproponuj układ „Pomogę ci sprzątać. Ty ustawisz na półce misie, a ja pozbięram klocki, zgoda?”.
- **NIE ZAMIEŃCIE SIĘ W TYRANÓW**. Jeśli dziecko już poznało zasady i ich przestrzega, nic się nie stanie, jeśli czasem odstąpić od reguły. Zaznaczcie jednak wyraźnie, że to święto, wyjątkowa sytuacja i nie będzie zdarzała się często. „Zróbmy dziś <dzień skakacza>. Możesz skakać po łóżku ile chcesz. Ale wolno to robić tylko dzisiaj.”
- **JEŚLI MOŻECIE, DAJCIE DZIECKU JAKĄŚ ALTERNATYWĘ DLA ZAKAZU**. Nikt przecież nie lubi sytuacji bez wyjścia. Dlatego jeżeli np. maluch gra w piłkę w domu, powiedzcie mu: „Nie wolno odbijać piłki, bo coś może się stłuc, a u sąsiadki na dole jest straszny hałas. Jeśli tak bardzo chcesz grać w piłkę, pójdziemy na podwórko.”
- **NIE DYSKUTUJCIE Z DZIECKIEM**. To Wy powinniście stawiać warunki. Jeśli maluch marudzi, że chce zjeść batonik, a umówiliście się, że słodczyce je tylko w weekendy, powiedzcie stanowczo: „Marudzenie nie ma sensu. Przecież wiesz, że jemy cukierki tylko w sobotę i niedzielę. Jeśli masz ochotę na coś słodkiego dam ci banana.”
- **DOSTRZEGAJCIE UCZUCIA DZIECKA**, zaakceptujcie je i skomentujcie, by miało pewność, że rozumiecie, co właśnie przeżywa. Powiedzcie np. „Wiem, że chciałbyś jeszcze oglądać bajki, lubisz je. Pewnie rozżłościło cie to, że wyłączyłam telewizor, ale na dziś już dość.”
- **NIE ZGADZAJCIE SIĘ NA OKAZYWANIE UCZUĆ W SPOSÓB, KTÓRY PRZEKRACZA USTALONE GRANICE**. Jeżeli dziecko ze złości podarło książkę, zareaguj spokojnie, ale stanowczo: „Widzę, że jesteś wściekły, ale nie zgadzam się, byś niszczył książki. Nie wolno tego robić. Jeśli jesteś zły, możesz kopnąć materac”.

- **POSTARAJCIE SIĘ ZROZUMIEĆ, ŻE COŚ MOŻE BYĆ DLA DZIECKA WAŻNE, CHOĆ DLA WAS JEST DROBIAZGIEM.** Jeśli np. maluch układa samochodziki w misterny wzór, uszanujcie to i nie przestawiajcie podczas sprząwania. Pokazujecie w ten sposób, że szanujecie cudze zasady.
- **NIE ULEGAJCIE ŁZOM.** Jeśli maluch rozpacza, przytulcie go mocno, powiedzcie, iż rozumiecie, że mu przykro, i – jeśli to możliwe – zaproponujcie coś na pocieszenie. Jeżeli np. musicie już wracać do domu, a dziecko chce zostać na podwórku, powiedzcie: „Może polepimy z plasteliny”.
- **CHWALCIE MALUCHA,** kiedy przestrzega ustalonych zasad, np. „Dziękuję, że odniosłeś swój talerzyk, bardzo ładnie” lub „Szybciutko przebrałeś się w piżamkę, świetnie!”.
- **NIE BÓJCIE SIĘ WPROWADZAĆ KAR.** Aby była skuteczna, musi być zrozumiała dla dziecka, zastosowana zaraz po przewinieniu i powinna też trwać określony czas (dziecko musi wiedzieć, kiedy minie). Jeśli to możliwe, wymyślcie karę, która jest związana z przewinieniem – malec nauczy się, że musi ponosić konsekwencje tego co robi. Np. „Guzdrałeś się z obiadem, chociaż wiedziałeś, że tata spieszy się na basen. Tata pojedzie sam. Trudno, pojedziesz z nim następnym razem”.