

# 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>✓ Opuść salę po pożegnaniu</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>✗ Kilkukrotne żegnanie 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, przytulias, piąteczka i idziesz do pani”</li><li>✓ Rutyna pozwala dziecku powoli nabierać kontroli nad sytuacją, a rodzicowi kontroli nad czasem potrzebnym na pożegnanie</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>✗ Chaos i pośpiech, który rodzi się, gdy rodzic nagle urywa pożegnanie 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</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>✗ Przeprasiny: „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>✗ Niedotrzymywanie 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: „Jeśli 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>

## ZAUFANIE

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