



Szanowni Rodzice,

poniżej prezentujemy wskazówki ułatwiające rozwiązanie trudnego dla niektórych z Was kłopotu, jakim jest poranne rozstanie z Dzieckiem w przedszkolnej szatni. Czasem obserwujemy, że są one jak pogoda w kraju: czasem słoneczne, czasem deszczowe, czasem burzliwe.

Krok 1. Nastaw się pozytywnie

Dziecko, aby prawidłowo się rozwijać potrzebuje znaleźć bezpieczną przestrzeń bez rodziców. Co roku miliony dzieci na świecie odnajdują ją w przedszkolach. Problemy z rozstaniem występują i przemijają od lat. Ty Szanowny Rodzicu miałeś je również, może pozostały jakąś dawno zapomnianą legendą w Twojej Rodzinie. Może warto w lekki sposób opowiedzieć Dziecku tę historię nie zapominając zakończyć jej kilkoma radosnymi wspomnieniami z przedszkola?

Pamiętaj: Twoje Dziecko nie rusza na podbój kosmosu: zostawiasz je jedynie na kilka godzin w przyjaznym miejscu i w dobrym towarzystwie.

Krok 2. Przygotuj się

Przeprowadź w domu rozmowę z Dzieckiem dotyczącą powodów, dla których idzie do przedszkola. Upewnij się, że rozumie.

Po drodze do przedszkola możesz powtórzyć z Dzieckiem plan dnia: „trochę się pobawicie w przedszkolu, będzie obiadek, potem pójdziesz spać, a po podwieczorku już do ciebie przyjdę”. Możesz również opowiedzieć o tym, jak spędzicie czas po południu i ile jeszcze go będzie na wspólne zabawy. To da dziecku odpowiednią perspektywę czasową.

Nie kłam, że to będzie tylko godzinka, że odbierzesz Dziecko zaraz po obiadku... będzie czekać i pamiętać.

Krok 3. Kluczowy moment

Generalna wskazówka: **im krócej tym lepiej**. Twoje Dziecko jest w stanie zrobić wiele, aby Cię zatrzymać i ma w tym temacie niespożyte siły i pomysły. Nie daj Mu czasu rozwinąć skrzydeł.

Co pomaga?

- spokój Rodzica i pozytywne nastawienie
- zaciekawienie Dziecka, tym, co dzieje się w sali, co robią inne dzieci
- przygotuj sobie procedurę, która stanie się dla dziecka znana i bezpieczna. Na przykład: dziecko rozbiera się, przybija piątkę rodzicowi, macha na pożegnanie i idzie do sali
- opuszczenie przedszkola przez rodzica po pożegnaniu (zamiast oglądać do ostatniej chwili jak dziecko wchodzi do sali i z jaką miną)
- cierpliwość – nawet jeśli dziś nie było idealnie, jutro się uda!

Co przeszkadza?

- powtarzanie argumentów, które Dziecko już zna
- celebrowanie rozstania, jakby miało trwać wieki
- lęk, smutek, bezradność, złość
- czekanie, aż Dziecko pozwoli odejść
- kłamstwa: idę tylko do samochodu i zaraz wrócę

Krok 4. Głowa do góry

Niezależnie od tego, jak przebiegło rozstanie z Dzieckiem – skończyło się. Teraz Twoje Dziecko zamiast walczyć o Twoją dającą miłość i bezpieczeństwo, otworzy się na nowe możliwości: KOLEDZY, NOWE ZABAWKI, NOWY TEREN, NOWE WYZWANIA, NOWE SZANSE NA ROZWÓJ...

Krok 5. Daj sobie i Dziecku trochę czasu

Jeśli Twoje Dziecko gorzej znosi rozstania lub wydaje się nimi mocno obciążone zrezygnuj popołudniami z nadmiernych atrakcji, otocz Dziecko dodatkową miłością i domowym ciepłem. Spędzajcie popołudniami więcej czasu razem. Postaraj się wyciszać go i nie dokładaj Mu w tym czasie dodatkowych wyzwań. Chwal Dziecko za dobre rozstania, nawet jeśli miało łzy w oczach: „widziałem, że było Ci trudno rano, ale poradziłeś sobie. Jesteś dzielny!”

Pamiętaj: każde Dziecko, niezależnie od tego, jak wyglądały początki, nauczyło się rozstawać z rodzicem. Ty również kiedyś to zrobiłeś/aś. Pomyśl: kiedyś czekają was kolonie, zielone szkoły, może studia w innym mieście. Nie od razu Kraków zbudowano, ale ucząc dziecko umiejętności czasowego rozstawania się z Ukochanymi Osobami kładzicie solidne fundamenty pod prawidłowy rozwój Dziecka.

