GAZETA ŻŁOBKOWA

NR 9 / 2024

Drodzy Rodzice,

serdecznie witam w naszej żłobkowej rodzinie nowo przyjęte dzieci oraz ich Rodziców. Cieszę się także na dalszą współpracę z Rodzicami, których dzieci spędzą z nami kolejny rok szkolny. Mam nadzieję, że wszyscy będziemy zadowoleni i usatysfakcjonowani. My ze swojej strony dokładamy wszelkich starań aby dzieci były uśmiechnięte i radosne. Cały też podążamy za potrzebami dziecka. Proszę jednak pamiętać, że nasze opiekunki mają pod opieką po kilkoro dzieci.

Przed nami kolejny rok szkolny. Proszę zapoznać się z Rocznym planem pracy oraz Programem zajęć muzyczno – rytmicznych i sensoplastyki. Zachęcam tez do śledzenia strony internetowej oraz czytania naszej Gazetki żłobkowej, która ukazuje się co miesiąc.

W kwestii organizacyjnej przypominam o moich dyżurach:

- ***każdy wtorek w godzinach 14.00 – 15.00 w siedzibie na ul. 3 Maja 16,***
- ***każdy czwartek w godzinach 8.15 – 9.15 w siedzibie na ul. Towarowej 61.***

Oczywiście w kwestiach wymagających niezwłocznego kontaktu postaram się spotkać z Wami jak najszybciej.

Proszę pamiętać, że w naszej placówce Dziecko, jego rozwój i zdrowie stawiamy na pierwszym miejscu. I pracujemy dla Waszych dzieci i dla Was. Zdarzają się jednak czasami sytuacje, w których opiekunki dziecięce są atakowane dziwnymi pytaniami lub wykrzyczanymi pretensjami, pracownicy słyszą komentarze pod adresem pracy placówki ale bez konfrontacji. Mam ogromną prośbę. W naszej placówce zasady są jasne i jawne. Jeżeli ktoś ma jakieś uwagi co do naszej pracy proszę o kontakt bezpośrednio ze mną. Wspólna rozmowa da poczucie komfortu obu stronom: Wam Rodzicom wysłuchania, określenia problemu i uzyskania konkretnych informacji a mnie pewność, że nasza placówka pracuje zgodnie z ustalonymi wcześniej wysokimi standardami. Proszę traktować nas jako przyjaciół towarzyszących Wam w wielkiej przygodzie żłobkowej Waszych dzieci, a nie jako wrogów bo zarówno dla was jak i dla Nas Dzieci są całym światem.

W tym numerze gazetki ciekawy materiał traktującym o tym, jak wesprzeć rozwój emocjonalny i społeczny Malucha. Zachęcam do lektury.

Elżbieta Orzechowska – Filipczyk
Dyrektor Żłobka Miejskiego
w Jaworznie

Jak wspierać rozwój emocjonalny i społeczny dziecka?

Rozwój emocjonalno-społeczny dziecka zależy od wielu czynników. Najważniejsze są te związane z najbliższymi kręgami środowiskowymi, w których ono funkcjonuje, szczególnie z rodziną. Starajmy się więc o to, by stworzyć dzieciom dom pełen miłości i akceptacji. Dbajmy o jasne i czytelne zasady, które dadzą dzieciom poczucie bezpieczeństwa. Uczmy je radzenia sobie z emocjami. Stworzymy wtedy korzystne warunki do wszechstronnego rozwoju naszych dzieci. Zdarza się, że dzieci pod wpływem silnych emocji zachowują się skrajnie agresywnie, atakują, kopią, przezywają itp. Czasami wpadają w histeryczny płacz, innym razem biją lub się obrażają. Są też dzieci, które pod wpływem bardzo silnych emocji, np. strachu, odrzucenia, osamotnienia stają się ciche, zamknięte w sobie, izolują się od innych. Wszystkie te zachowania są przejawem bezradności i manifestacją niezaspokojonych potrzeb. Oczywiście nie znaczy to, że rodzic powinien od tej pory zaspokajać każdą zachciankę dziecka. Powinien natomiast ze wszystkich sił starać się zrozumieć dziecko i pomóc ukierunkować silne emocje. Na przykład można powiedzieć: „Widzę, że jesteś wściekły na brata. Powiedz mu to słowami, a nie pięściami.” Pamiętajmy, że wszystkie stany emocjonalne należy zaakceptować, ale niektóre działania należy ograniczyć. Oprócz akceptacji uczuć dziecka, trzeba je także nauczyć radzenia sobie z emocjami, tak aby nie musiało ich regulować za pomocą szkodliwych uspokajaczy lub odreagowywać w sposób patologiczny czy autodestrukcyjny. W tym celu rodzice mają stać się wzorem emocjonalnej kompetencji (np. swój gniew wyrażać słowami, bez obrażania i krzywdzenia kogokolwiek). Podsuwaj dziecku pomysły na rozładowanie złości. np. złość można namalować i pokazać, jak ona teraz wygląda, zgnieść jak kulkę papieru i wyrzuć ją do kosza, opisać w skali kilkustopniowej jak silne jest to uczucie itp. W spokojnej chwili można z dziećmi omówić i przepracować metody łagodzenia silnego wzburzenia emocjonalnego. Niektórym pomaga mocne przytulenie, innym kilka minut w samotności, jeszcze innym szczera rozmowa, aktywność fizyczna, długa ciepła kąpiel, spokojna muzyka, relaksująca książka, rysowanie itp. Ucz dziecko nazywania uczuć. Stań się dla niego zwierciadłem, w którym może się odbić ze swoim stanem przeżyć wewnętrznych. Do tego potrzebne będą umiejętności rodzica empatycznego.

Rodzic empatyczny to taki rodzic, który: zanim powie – wysłucha, zanim oceni – zrozumie, zanim zacznie dyskutować – podzieli się własnymi doświadczeniami.

A więc: słuchaj dziecka bardzo uważnie - okaż zrozumienie dla uczuć dziecka słowami: rozumiem, och, yhm. Zrozumienie daje dziecku poczucie, że nie jest samo na świecie, że jest ktoś bliski. Nazwij te uczucia: np. to przykre, to boli. Nazwanie uczucia pozwala dziecku zobaczyć, co się z nim dzieje. Użyj wyobraźni. Zamień pragnienia dziecka w fantazję, np. gdy

dziecko, chce banana, którego, akurat nie mamy w domu możemy powiedzieć: „Pragnę wyczarować dla ciebie całą kiść bananów”.

Warto nauczyć się sposobów radzenia z trudnymi emocjami, mieć świadomość, czego wtedy potrzebujemy. Warto też poznać potrzeby naszych bliskich. To pomoże uniknąć dodatkowych napięć.

Jasne granice, zasady dają dziecku poczucie bezpieczeństwa, które jest potrzebne do prawidłowego rozwoju i funkcjonowania człowieka.

Wymagania są kolejnym potwierdzeniem miłości i troski rodzicielskiej, dowodem dla dzieci na to, że są ważne, że komuś na nich zależy. Tylko taki rodzic, który jasno i czytelnie określa granice, zapewnia dziecku poczucie bezpieczeństwa, pomaga zbudować zdrowe relacje oparte na szacunku i życzliwości oraz uczy dziecko odróżniać co dobre, a co złe. Jeśli dziecko zachowuje się niewłaściwie to warto zadać sobie pytanie: „Czego moje dziecko potrzebuje? Czego mu brakuje?”. Jeśli zadajemy sobie jedynie pytanie „Co mogę zrobić by spowodować poprawę zachowania dziecka?” to nasze oddziaływania sprowadzą się jedynie do karania. Dawanie dziecku dobrego przykładu, zachęcanie go, są skuteczniejszymi metodami niż karanie go za złe zachowanie. Warto więc zaufać dziecku i wspólnie z nim ustalać zasady, które wprowadzą ład i spełnią oczekiwania rodziców, jak również zaspokoją potrzeby dziecka. Ważna jest forma w jakiej rodzic przekazuje dziecku to, czego wymaga. **Bardziej zachęcają dziecko do przestrzegania zasad wypowiedzi, w których rodzic stawia granicę, jednocześnie dostrzegając potrzebę dziecka.** Np. Zamiast mówić: „Nie jedz słodyczy przed obiadem!” lepiej powiedzieć” „Będziesz mógł zjeść słodycze po obiedzie”. Musimy pamiętać o tym, że zachowanie i rozwój dziecka mogą być dobre tylko wtedy, gdy jego „zbiornik emocjonalny” jest pełny. Może ono wówczas w pełni wykorzystać swoje możliwości i właściwie reagować na nasze oddziaływania wychowawcze. Najlepszym sposobem wpływania na zachowanie dziecka jest zaspokajanie jego potrzeb - psychicznych i biologicznych.

Fundamentem wychowania jest prawidłowa relacja czyli więź z dzieckiem. Relację z dzieckiem budujemy poprzez: okazywanie mu bezwarunkowej miłości, zainteresowanie dzieckiem i jego sprawami, wspieranie go i rozumienie jego potrzeb, tworzenie atmosfery bezpieczeństwa i akceptacji, unikanie atmosfery napięcia i ciągłego niezadowolenia. Aby budować więź z dzieckiem trzeba znaleźć klucz do jego serca. Pierwszym kluczem jest bezwarunkowa miłość i akceptacja dziecka. Tylko one mogą być fundamentem silnej więzi z dzieckiem, zapewniając pełny i nieskomplikowany rozwój. Bez tego fundamentu nie da się zrozumieć dziecka i jego postępowania, nie można też wypracować skutecznych sposobów poradzenia sobie z jego niewłaściwym zachowaniem. Bezwarunkowa miłość oznacza, że kochamy nasze dziecko, tak po prostu, w całości, nie bacząc na nic. Kochamy bez względu na jego wygląd, zalety czy wady. Bez względu na nadzieje, jakie wiążemy z jego

przyszłością. A przede wszystkim – co jest najtrudniejsze – bez względu na jego zachowanie. Nie oznacza to oczywiście, że postępowanie naszego dziecka ma się nam zawsze podobać i mamy je akceptować.

Istnieją cztery komponenty prawdziwej, bezwarunkowej miłości, która jest podstawą relacji z dzieckiem. Są to: kontakt wzrokowy, kontakt fizyczny, czas i uwaga skupiona na dziecku, pełne miłości oddziaływania wychowawcze.

Tylko w oparciu o solidny fundament więzi z dzieckiem, jasne i czytelne zasady oraz dbając o jego sferę emocji i potrzeb, możemy przekazać dziecku to, co jest w życiu najważniejsze, uczyć świata wartości, wychowywać dziecko na szczęśliwego i dobrego człowieka. Gdy dziecko czuje się kochane i bezpieczne, to łatwiej może identyfikować się z rodzicami i przekazywanymi przez nich wartościami, reagować na ich oddziaływania wychowawcze.

Dziecko od pierwszych miesięcy życia uczy się obcowania i interakcji z innymi ludźmi. Początkowo **rozwój społeczny dziecka** okrojony jest do najbliższej rodziny i znajomych. Największy przeskok w tym obszarze zachodzi zazwyczaj dopiero wtedy, gdy dziecko idzie do żłobka, przedszkola a następnie do szkoły. Dziecko w tym czasie uczy się interakcji z innymi, poznaje nowe możliwości wspólnej zabawy, uczą się funkcjonowania w grupie, zasad, oraz reguł, jakimi rządzi się mała grupa społeczna. Dziecko w wieku około 2-3 lat zaczyna coraz lepiej rozumieć świat, a także siebie. Wraz ze wzrostem samodzielności malucha, rośnie również jego poczucie mocy sprawczej oraz swojej indywidualności. W tym okresie dziecko wykazuje zachowania silnie autonomiczne, chce w każdej sytuacji podkreślać swoją niezależność oraz pilnie strzeże swoich własności. Obcowanie z rówieśnikami na tym etapie to raczej zabawa obok i ewentualne podglądanie siebie, niż wspólna interakcja.

Jeżeli maluch ma możliwość częstego obcowania z innymi dziećmi na placu zabaw, w żłobku czy przedszkolu, łatwiej przychodzi mu nauka zachowań społecznych. Miejscem, gdzie nasza pociecha zaczyna przejawiać coraz więcej zachowań społecznych, jest przedszkole.

W wieku 4-5 lat pojawiają się pierwsze przyjaźnie przedszkolne. Dzieci zaczynają rozumieć i rozróżniać różne role społeczne i potrafią umiejscowić siebie w społeczeństwie. W tym okresie maluchy chętnie bawią się wspólnie w ogrywanie ról, na przykład w lekarza, strażaka, policjanta czy w sklep. Takie grupowe gry i zabawy tematyczne, uczą dzieci kompromisu, negocjacji, współpracy, oraz zasad fair play. To bardzo cenny krok, w stronę interakcji społecznych w dorosłym życiu.

Dzieci nabywają mechanizmy myślenia i uczenia się w rezultacie społecznych interakcji, w jakie angażują się z dorosłymi z bliskiego otoczenia. Opiekunowie stwarzają dziecku ramy lub rusztowanie, dzięki któremu dochodzi ono do lepszego rozumienia. Podczas, gdy dziecko uczy się czegoś nowego dorosły daje mu wiele wsparcia i werbalnych zachęt. Początkowo rodzic powinien pomagać w realizacji zadania, aby stopniowo się wycofywać, aż dziecko samodzielnie poradzi sobie z jego wykonaniem.