**Pierwsze dni w przedszkolu – jak pożegnać dziecko?**

 Dni adaptacyjne to dobry wstęp do przedszkolnej przygody. Jednak wielu dzieciom potrzeba więcej czasu oraz wsparcia, aby zaadaptować się w nowym otoczeniu. Jeśli chcesz pomóc swojemu dziecku, warto pamiętać, że:

* Krótkie pożegnania zwykle działają najlepiej. Jeśli chcesz by dziecko nie traktowało rozstania z Tobą jako coś złego, pamiętaj by niepotrzebnie nie budować „dramatyzmu sytuacji”. Warto zachować spokój i opanowanie.
* Bądź konsekwentna/konsekwentny i konkretny. Jeśli dziecko boi się zostać w przedszkolu, wytłumacz, co je tam czeka, jak będzie wyglądał dzień, a co najważniejsze, kiedy po nie przyjdziesz. Nie należy mówić, o której godzinie. Warto użyć zwrotów, które będą zrozumiałe dla dziecka, np.: „po obiedzie”, „po podwieczorku”. Bardzo istotne: bądź konsekwentna! Jeśli powiesz, że będziesz po obiedzie, koniecznie bądź.
* Jeśli masz trudności w opanowaniu swych emocji, warto poprosić inną osobę o pomoc, aby zaprowadziła dziecko do przedszkola. Należy pamiętać, że nawet jeśli córka/syn płacze przy rozstaniu to nie oznacza, że będzie płakać cały dzień.

Mamy nadzieję, że nasze wskazówki pomogą dzieciom i rodzicom wkroczyć na ścieżkę przedszkola z pozytywnym nastawieniem.

Życzymy powodzenia ☺