



# ElternMail Berlin

## TWOJE DZIECKO W WIEKU 7-9 MIESIĘCY

Drodzy rodzice,

z przyjemnością udostępniamy Wam nowe wydanie internetowe ElternMail Berlin. W tym wydaniu znajdziecie tematy związane ze **ŻŁOBKIEM/PRZEDSZKOLEM, OPIEKĄ DLA DZIECI, OKRESEM ADAPTACJI.**

Następne wydanie internetowe ElternMail Berlin będzie dotyczyło wieku od 10 do 14 miesiąca. Jakie tematy czekają na Was w pierwszym numerze dotyczącym tej fazy życia, możecie przeczytać na końcu niniejszego wydania.

*Zespół ElternMail*



### Spis treści

Wstęp.....	1
Jakie korzyści ma żłobek/przedszkole dla mojego dziecka? .....	2
Odpowiednia opieka dla mojego dziecka.....	3
Co sprawdzić przy szukaniu opieki dla dziecka.....	6
Ważne informacje dotyczące codziennego życia w żłobku/przedszkolu .....	7
Adaptacja: pierwsza rozłąka z rodzicami.....	8
Jak mogę zaangażować się w działalność żłobka/przedszkola?.....	10
Konflikty między pracownikami placówki a rodzicami ...	11
Jakie prawa mają rodzice w żłobku/przedszkolu? .....	12
Oferty wsparcia w Berlinie .....	13
Przegląd i stopka.....	15

### Wstęp

Dla większości świeżo upieczonych rodziców codzienne życie toczy się między domem a pierwszymi spacerami do parku czy wyjściem na zajęcia dla niemowląt. Gdy Twoje dziecko zaczyna uczęszczać do żłobka/przedszkola lub placówki opieki dziennej, Twoje otoczenie się rozszerza. Pojawiają się nowe czynniki. Spotkanie z wieloma nowymi osobami - nie wspominając o uczuciu tymczasowego pozostawienia dziecka

samego, do którego się jeszcze nie przywykło. Interesujący czas!

Miło nam, że w tym internetowym wydaniu ElternMail możemy towarzyszyć Ci i Twojej rodzinie. W tej fazie rozwoju dziecka znów pojawiają się nowe pytania, na które chętnie odpowiemy w ElternMail. Czekają na Ciebie ważne porady i cenne informacje dotyczące wieku od 7 do 9 miesiąca życia Twojego dziecka.

# OPIEKA DLA MOJEGO DZIECKA - ŻŁOBKI/PZEDSZKOLA ITP.

## Jakie korzyści ma dla mojego dziecka żłobek/przedszkole?

Nawet jeśli jako rodzic jesteś być może skazany na opiekę nad dzieckiem w żłobku/przedszkolu, Twoje myśli mogą krążyć wokół tego, czy żłobek/przedszkole jest rzeczywiście czymś dobrym dla Twojego dziecka. Rozumiemy Twoje troski i lęki i chcielibyśmy pokazać Ci, jakie korzyści może przynieść Twojemu dziecku opieka w żłobku/przedszkolu lub przez osoby zajmujące się opieką dzienną.



### 1. Rozwój społeczny

W żłobku, ale również u opiekunki lub opiekuna dziecko ma możliwość nawiązywania kontaktu z wieloma innymi dziećmi. W ten sposób przeżywa i poznaje umiejętności społeczne, takie jak dzielenie się, wspólna zabawa, zachowanie w przypadku kłótni oraz komunikacja. Dzieci uwielbiają uczyć się od innych dzieci i chętnie nawiązują kontakty społeczne.

### 2. Rozwój emocjonalny

Ważne jest, aby dzieci mogły przeżywać i doświadczać wszystkich swoich uczuć oraz uczyć się je rozumieć. Uzyskują możliwość otwartego radzenia sobie ze swoimi uczuciami i rozwijania zdrowego poczucia własnej wartości.

### 3. Rozwój umysłowy

Dzięki różnym pomysłom na zabawę, materiałom i aktywnościom dziecko ma szansę na zaspokojenie swojej ciekawości i kreatywności. Twoje dziecko będzie wspierane zgodnie z jego poziomem rozwoju i potrzebami. W ten sposób nauczy się wielu nowych rzeczy, a jego zdolność myślenia rozwinie się.

### 4. Rozwój językowy

Kontakt z dorosłymi i dziećmi powoduje silniejszy rozwój słownictwa. Twoje dziecko nauczy się nowych słów lub gestów, a jego zdolność komunikacji będzie stopniowo wzrastać.

### 5. Rozwój motoryczny

W przedszkolu Twoje dziecko będzie rozwijać swoje umiejętności motoryczne. Tutaj wspiera się motorykę dużą (wspinanie się, skakanie itp.) i motorykę małą (malowanie, cięcie itp.).

### 6. Doświadczenie różnorodności i kultury

Dzięki codziennej opiece w żłobku z wieloma innymi dziećmi Twoje dziecko automatycznie pozna inne kultury. Poprzez wspólne obchodzenie uroczystości i świąt oraz obserwowanie zwyczajów, Twoje dziecko pozna również barwną różnorodność tych kultur. To wzmacnia poczucie tolerancji i wzajemnego zrozumienia. W wielu żłobkach zatrudnia się wychowawców, którzy mówią różnymi językami i sami mają doświadczenia z innego kręgu kulturowego.



# OPIEKA DLA MOJEGO DZIECKA - ŻŁOBKI/PRZEDSZKOLA ITP.

## Odpowiednia opieka dla mojego dziecka

Dla wielu rodziców temat „żłobek/przedszkole” staje się teraz coraz ważniejszy - albo dlatego, że jako mama lub tata musisz lub chcesz wkrótce wrócić do pracy i dlatego potrzebujesz opieki nad dzieckiem, albo dlatego, że zdajesz sobie sprawę, że Twoje dziecko jest gotowe, a może nawet domaga się zabawy z innymi dziećmi i odkrywania codziennie czegoś nowego. W tym miejscu chcielibyśmy przedstawić różne rodzaje opieki oraz porady, jak znaleźć odpowiednią placówkę.

Najważniejsze kwestie: Wczesna pomoc i opieka jest dla rodziców w Berlinie bezpłatna. Czy w żłobku/przedszkole, czy w placówce opieki dziennej - rodzice finansują jedynie obiady, uiszczając za to opłatę w wysokości 23 euro miesięcznie.

### Dlaczego wczesne wsparcie w żłobku/przedszkolu jest ważne dla dziecka?

- W zależności od etapu rozwoju Twojego dziecka, otrzymuje ono bodźce np. pomysły na zabawę
- Wsparcie językowe
- Rozwój motoryczny (rozwój ruchu)
- Uczenie się od siebie na wzajem, np. zachowanie wobec starszych dzieci
- Umiejętności (kompetencje) społeczne, np. empatia, umiejętność radzenia sobie z konfliktami, tolerancja, praca zespołowa
- Przygotowanie do wymagań szkolnych

## Jakie rodzaje opieki nad dziećmi istnieją?

### Żłobek/przedszkole

We wszystkich dzielnicach Berlina znajdziesz szeroki wybór żłobków/przedszkoli i placówek opieki dziennej dla dzieci. Wspierane są tam dzieci w wieku od niemowlęcego do przedszkolnego. Spotykają inne dzieci i mają wiele możliwości zabawy. Również dzieci niepełnosprawne lub ze specjalnymi potrzebami wsparcia mogą uczęszczać do zwykłego żłobka/przedszkola.

Istnieją różne koncepcje treściowe, zgodnie z którymi działają ośrodki opieki dziennej. Często nacisk jest kładziony na różne obszary, takie jak ruch czy muzyka.

Wszystkie przedszkola działają zgodnie z Berlińskim Programem Edukacyjnym. Więcej informacji na ten temat znajdziesz w części „Ważne informacje dotyczące codziennego życia w żłobku/przedszkolu” (patrz str. 7).

### Kinderladen - prywatny żłobek/przedszkole z inicjatywy rodziców (EKT)

Kinderladen to stowarzyszenie prowadzone przez rodziców, a często także przez wychowawczynie i wychowawców dzieci. Rodzice i kadra pedagogiczna samodzielnie zarządzają placówką Kinderladen i podejmują decyzje organizacyjne i pedagogiczne dotyczące jej koncepcji. Obowiązują tu te same przepisy prawne, co we wszystkich innych żłobkach/przedszkolach w Berlinie. Szczególną cechą placówek typu Kinderladen jest to, że są one często znacznie mniejsze. Matki i ojcowie są bardziej zaangażowani i czasami odgrywają aktywną rolę w codziennym życiu żłobka/przedszkola. Inicjatywy typu Kinderladen to zazwyczaj małe placówki, w których wszyscy dobrze się znają i wspólnie organizują opiekę nad dziećmi.



# OPIEKA DLA MOJEGO DZIECKA - ŻŁOBKI/PRZEDSZKOLA ITP.

## Wsparcie przez opiekunki i opiekunów (opiekunów dziennych), zbliżone do rodzinnego

Wszystkie opiekunki i opiekunowie posiadają kwalifikacje do opieki nad dziećmi, które są sprawdzane przez Urząd do spraw Dzieci i Młodzieży.

Twoje dziecko będzie pod opieką w przyjaznym środowisku, podobnym do rodzinnego. Opieka nad dziećmi jest zazwyczaj sprawowana w domu opiekuna lub w wynajętych pomieszczeniach. Muszą być one przyjazne i bezpieczne dla dzieci.

Zaletą tego wsparcia zbliżonego do rodzinnego jest często to, że jako mama i tata masz bardzo bliski kontakt z opiekunami swojego dziecka, dzięki czemu powstaje bliska relacja.

Opiekunka lub opiekun może samodzielnie opiekować się maksymalnie pięciorgiem dzieci. Tak jest zazwyczaj do ukończenia przez dziecko trzeciego roku życia. Zaletą dla dzieci poniżej 3 roku życia jest to, że są pod opieką w małej grupie w środowisku zbliżonym do rodzinnego.

Jeśli dwoje opiekunów połączy siły, mogą opiekować się maksymalnie 10 dziećmi do czasu rozpoczęcia przez nie nauki w szkole (duża opieka dzienna). Urząd do spraw Dzieci i Młodzieży jest w to zaangażowany i ściśle współpracuje z opiekunami. Otrzymasz tam również listę zaaprobowanych placówek opieki dziennej, do których można złożyć wniosek o opiekę na pół dnia lub cały dzień.

Również tutaj, podobnie jak w berlińskich żłobkach/przedszkolach, praca odbywa się zgodnie z berlińskim programem edukacyjnym. Oznacza to, że Twoje dziecko otrzymuje indywidualne wsparcie w rozwoju.

### Dodatkowa opieka dzienna dla dzieci

Oprócz miejsca w żłobku/przedszkolu możesz ubiegać się o dodatkową opiekę nad dzieckiem. Jako matka lub ojciec uzyskujesz dzięki temu możliwość dłuższej opieki nad dzieckiem ze względu na dłuższe godziny pracy. Istnieje tu również możliwość opieki nad dzieckiem w Waszym domu wieczorami i w nocy oraz w weekendy lub święta, jeśli zajdzie taka potrzeba. Wniosek o dodatkową opiekę dzienną dla dziecka można złożyć w odpowiednim Urzędzie do spraw Dzieci i Młodzieży.



# OPIEKA DLA MOJEGO DZIECKA - ŻŁOBKI/PRZEDSZKOLA ITP.

## Dobrze wiedzieć: Integracja i miejsca w żłobku/przedszkolu dla dzieci ze specjalnymi potrzebami wsparcia

Berlińskie żłobki/przedszkola są aktywnie zaangażowane w integrację dzieci ze specjalnymi potrzebami wsparcia. Jeśli Twoje dziecko jest niepełnosprawne, przewlekle chore lub ma specjalne potrzeby wsparcia, ma ono ustawowe prawo do miejsca w żłobku/przedszkolu. Dzieci niepełnosprawne lub ze specjalnymi potrzebami wsparcia zazwyczaj znajdują się pod opieką razem z innymi dziećmi w żłobku/przedszkolu. Istnieją specjalne oferty i programy, dzięki którym dzieci mogą być wspierane odpowiednio do ich potrzeb.

Jeśli dziecko potrzebuje specjalnego wsparcia, opracowany zostanie plan wsparcia dostosowany do jego potrzeb. Twojemu dziecku przysługują dodatkowe godziny z przeszkolonymi pracownikami placówki. W tym celu udostępniony jest dodatkowy personel pedagogiczny. Na wniosek rodziców lub w przypadku niepełnosprawności wielorakiej wsparcie jest również możliwe w małych grupach leczniczo-pedagogicznych lub grupach specjalnych, w których opieką objęte są wyłącznie dzieci niepełnosprawne. Liczba dzieci w takich grupach jest mniejsza niż w zwykłych grupach w żłobku/przedszkolu.



## Porady

dot. poszukiwania opieki dla dziecka

- Zgłoś swoje potrzeby w zakresie opieki nad dziećmi z odpowiednim wyprzedzeniem. Urząd do spraw Dzieci i Młodzieży lub biura obsługi rodzin w Twojej dzielnicy są właściwymi punktami pierwszego kontaktu w celu uzyskania dalszych informacji, np. na temat opieki i wsparcia.
- Zgłoszenie odbywa się na podstawie tzw. bonu na opiekę dla dziecka (bonu przedszkolnego), o który można ubiegać się we właściwym Urzędzie do spraw Dzieci i Młodzieży. Wniosek o bon na opiekę dla dziecka należy złożyć nie później niż 2 miesiące i nie wcześniej niż 9 miesięcy przed planowanym rozpoczęciem opieki.
- Korzystając ze strony Kita-Navigator znajdziesz żłobki/przedszkola i wolne miejsca okolicy Twojego miejsca zamieszkania. Można tam znaleźć również żłobki/przedszkola o profilu integracyjnym pod hasłem „Integracja dzieci niepełnosprawnych”.
- Skontaktuj się ze swoim pracodawcą. Istnieje kilka firm, które mają własne zakładowe żłobki/przedszkola. Niektóre żłobki/przedszkola współpracują z firmami lub oferują opiekę nad dziećmi w pobliżu firmy.
- Czasami placówki typu Kinderladen lub żłobki/przedszkola wywieszają w oknie ogłoszenia o wolnych miejscach.



# OPIEKA DLA MOJEGO DZIECKA - ŻŁOBKI/PRZEDSZKOLA ITP.

## Co sprawdzić przy szukaniu żłobka/ przedszkola

Trzeba zwrócić uwagę na te kwestie:

- Jakie są godziny opieki nad dziećmi / godziny zamknięcia?
- Odległość od domu lub miejsca pracy
- Koncepcje opieki nad dziećmi: np. przedszkole wyznaniowe, przedszkole typu Waldorf, Montessori, przedszkole leśne
- Ile dzieci jest w grupie?
- Jakie wykształcenie mają opiekunki/opiekunowie lub wychowawczynie/wychowawcy?
- Jak uregulowany jest okres adaptacji?
- Jak zaprojektowane są żłobek/przedszkole pod względem przestrzennym? Np. pokój aktywności ruchowej, sypialnia, teren zewnętrzny
- Czy oferowane są specjalne zajęcia? Np. rozwój umiejętności językowych i motorycznych, wycieczki
- Na co zwraca się uwagę w diecie? Np. produkty bio, wegetariańskie, halal, koszerne, alergię
- Czy istnieją oferty dla dzieci ze specjalnymi potrzebami wsparcia? Na przykład rozwój językowy, rozwój umiejętności motorycznych, wspieranie procesów twórczych, wspieranie talentów
- Jakimi językami posługują się wychowawczynie i wychowawcy w przedszkolu?
- Czy są jakieś dodatkowe koszty poza kosztem obiadu?



## Co sprawdzić przy szukaniu opiekunki/ opiekuna dla dziecka

Trzeba zwrócić uwagę na te kwestie:

- Czy są jakieś dodatkowe koszty poza kosztem obiadu?
- Odległość od domu lub miejsca pracy?
- Wykształcenie, doświadczenie, test kwalifikacyjny?
- Jakie są ustalenia dotyczące godzin przywozu i odbioru?
- Kto przychodzi na zastępstwo, np. w przypadku choroby lub urlopu?
- Ile dzieci jest w grupie?
- Jak wygląda przebieg dnia?
- Czy w pobliżu znajduje się teren zewnętrzny lub place zabaw/parki?

### Pytania do placówki - przygotuj się

Masz możliwość lepiej poznać placówkę? Wówczas przygotuj z wyprzedzeniem pytania dot. kwestii, które są dla Ciebie najważniejsze. Co jako rodzic chciał(a)byś wiedzieć o placówce?

### Mogą to być na przykład następujące pytania:

- Jak przebiega okres adaptacji?
- Czy moje dziecko może zawsze spać, gdy jest zmęczone?
- Jak i kiedy zmienia się pieluszki?
- Co jest do jedzenia, skąd pochodzi żywność?
- Czy są stałe godziny przywozu i odbioru?
- Ilu jest pracowników pedagogicznych? Kiedy są na miejscu?
- Jak postępuje się z dwujęzycznością?
- W jaki sposób zostaną uwzględnione szczególne potrzeby wsparcia dla mojego dziecka?
- Jakie wykształcenie posiada wychowawczynie integracyjna/wychowawca integracyjny?
- Jak wygląda typowy przebieg dnia lub tygodnia? Czy dzieci wychodzą codziennie na dwór?
- Jak rodzice mogą uczestniczyć w życiu przedszkola? Czy jest to pożądane? Czy organizowane są wspólne uroczystości i wydarzenia, podczas których rodzice mogą udzielić wsparcia? Jakie są oczekiwania żłobka/przedszkola wobec rodziców?

# OPIEKA DLA MOJEGO DZIECKA - ŻŁOBKI/ PRZEDSZKOLA ITP.



## Ważne informacje dotyczące codziennego życia w żłobku/przedszkolu

Szukając odpowiedniego żłobka/przedszkola, zwykle dobrze jest porozmawiać z innymi rodzicami, którzy już mają dziecko w danej placówce. Już podczas samego oglądania stron internetowych różnych placówek, zauważysz, że oferta opieki dla dzieci jest niezwykle barwna i różnorodna. Wiele placówek przedstawia swoje wytyczne i koncepcje.

Warto tam zajrzeć i sprawdzić, czy warunki ramowe odpowiadają potrzebom naszej rodziny? Czy nasze dziecko otrzyma pomoc i wsparcie, którego potrzebuje, na przykład jeśli jest niepełnosprawne lub cierpi na przewlekłą chorobę? Czy odpowiadają nam główne założenia wsparcia? Jednym z warunków udanego rozpoczęcia uczęszczania dziecka do żłobka/przedszkola jest to, że przecucie wyraźnie mówi TAK dla tej placówki.



### Godziny otwarcia i zakres opieki

Berlińskie przedszkola umożliwiają rodzicom godzenie życia rodzinnego i zawodowego.

Z tego powodu zwykły bon do żłobka/przedszkola jest ukierunkowany na codzienną opiekę nad dzieckiem (od poniedziałku do piątku) przez 7-9 godzin, a żłobki/przedszkola zapewniają odpowiednio długie godziny otwarcia.

### Koncepcja pedagogiczna: berliński program edukacyjny

Berliński program edukacyjny to ramowa koncepcja pedagogiczna, która została opracowana dla wczesnej edukacji i wychowania w Berlinie. Stanowi podstawę pracy dla pracowników pedagogicznych w berlińskich żłobkach/przedszkolach.

Program koncentruje się na:

- indywidualnym wsparciu dla każdego dziecka
- rozwoju całościowym - oznacza to, że dziecko uczy się poznawać swoje ciało i wyrażać uczucia poprzez zabawę i ruch.
- uczestnictwie dzieci - współdecydowanie i podejmowanie decyzji przez dzieci w codziennym życiu placówki



### Obiady i posiłki

W berlińskich żłobkach/przedszkolach nacisk kładzie się na promowanie zdrowego odżywiania i nawyków żywieniowych. Obiady są często przygotowywane przez catering lub we własnej kuchni. Gorący posiłek jest opłacany przez rodziców. Wyjaśnij w placówce, jakie dodatkowe koszty możesz ponieść, np. za śniadanie lub przekąski. Dopytaj, jeśli dziecko ma jakieś specjalne potrzeby, np. alergię, nietolerancje itp.



### Zabawy i gry podczas opieki w żłobku/przedszkolu

Zazwyczaj w przebieg dnia w przedszkolu jest regularny. Na początku dnia prawie we wszystkich żłobkach/przedszkolach w Berlinie organizowany jest poranny krąg - rytuał wspólnego rozpoczęcia dnia. Oznacza to, że dzieci i wychowawczynie/wychowawcy siedzą razem w kręgu i omawiają przebieg dnia, opowiadają historie, śpiewają lub grają w jakąś grę. W ciągu dnia w żłobku/przedszkolu nacisk kładziony jest na swobodną zabawę. Dzieci niepełnosprawne i pełnosprawne mają możliwość samodzielnego poznawania i zabawy.

Zawsze jednak oferowane są zajęcia prowadzone przez personel pedagogiczny, które ukierunkowane na cele edukacyjne. Na przykład pracuje się z różnymi kolorami i materiałami, a aby umożliwić kreatywność. Dzieci poznają w ten sposób różne kolory i materiały.



### Czas zabawy na świeżym powietrzu

Większość żłobków/przedszkoli w Berlinie ma teren zewnętrzny z różnymi urządzeniami do zabawy lub ogród, dzięki czemu dzieci zawsze mają możliwość spędzenia czasu na świeżym powietrzu. Poza tym od czasu do czasu organizowane są wycieczki do pobliskich parków, muzeów, teatrów dla dzieci lub innych ciekawych miejsc.



### Kontakt między rodzicami a pracownikami pedagogicznymi

Aby nie tylko dzieci, ale także rodzice czuli się dobrze w codziennym życiu przedszkola i byli świadomi rozwoju swojego dziecka, pożądane jest, aby regularnie odbywały się spotkania z rodzicami i rozmowy dotyczące rozwoju dzieci. Otwarta komunikacja między rodzicami a pracownikami placówki jest bardzo ważna.

# OPIEKA DLA MOJEGO DZIECKA - ŻŁOBKI/PRZEDSZKOLA ITP.

## Adaptacja - pierwsza rozłąka z rodzicami

Witamy w żłobku/przedszkolu! Budowanie relacji między pracownikiem placówki a Tobą i Twoim dzieckiem zaczyna się od adaptacji. W tym okresie tak zwana wychowawczyni wprowadzająca lub wychowawca wprowadzający ma zwykle dużo czasu tylko dla Ciebie i Twojego dziecka. Twoja obecność pomaga dziecku czuć się komfortowo i bezpiecznie w nowym środowisku. W ciągu pierwszych kilku dni jako mama lub tata jesteś bezpieczną przystanią dla swojego dziecka. Istnieją różne modele adaptacji. Zapytaj w przedszkolu lub u opiekunki dla dziecka, jak zorganizowany jest proces adaptacji.

### Adaptacja...

- ... jest ważnym zadaniem rozwojowym dla Twojego dziecka.
- ... w zależności od temperamentu Twojego dziecka i innych czynników wymaga indywidualnych warunków.
- ... jest łatwiejsza, jeśli rodzice potrafią zbudować zaufanie do placówki i jej pracowników.
- ... jest łatwiejsza, jeśli nie ma zaburzeń w trójkącie relacji (dziecko-rodzice-pracownicy placówki).



### 1. Wstępna wizyta i zapoznanie się

Zaleca się odwiedzenie placówki przed rozpoczęciem okresu adaptacji, aby dziecko mogło już zbudować zaufanie. Wiele żłobków/przedszkoli oferuje rozmowy zapoznawcze, dzięki którym jako rodzic możesz odwiedzić placówkę razem z dzieckiem.

### 2. Powolna adaptacja

Różne modele przewidują, że adaptacja dzieci odbywa się małymi krokami. Przez pierwsze kilka dni główny nacisk kładzie się na to, aby dziecko przebywało w placówce razem z osobą, do której jest najbardziej przywiązane (rodzicami), aby mogło najpierw zbudować zaufanie i poczucie bezpieczeństwa. Z biegiem czasu rodzice powinni się jednak stopniowo wycofywać. Opiekunka wprowadzająca lub opiekun wprowadzający stopniowo nawiązuje kontakt z dzieckiem w celu zbudowania więzi. Najwcześniej po 3 dniach można rozmawiać o tym, czy powinna nastąpić pierwsza rozłąka. Istnieje wiele czynników, które wpływają na tę decyzję.

Na przykład:

- Czy dziecko stopniowo odłącza się od osoby, będącej dla niej głównym autorytetem?
- Czy akceptuje opiekunkę wprowadzającą lub opiekuna wprowadzającego?
- Czy osoba, do której dziecko jest najbardziej przywiązane (mama/tata) jest gotowa na rozłąkę i ma dobre przeczucia?

### Warunki dla rozłąki z perspektywy dziecka

- „Znam otoczenie, pomieszczenia i przebieg czynności!”
- „Wiem, że moi rodzice ufają tej drugiej osobie.”
- „Wiem, że moi rodzice są bezpieczni, gdy nie ma ich ze mną!”
- „Wiem, że nowa osoba dorosła dobrze się mną zaopiekuje i wie, czego potrzebuję.”



# OPIEKA DLA MOJEGO DZIECKA - ŻŁOBKI/PRZEDSZKOLA ITP.

## Co możesz zrobić jako rodzic podczas okresu adaptacji

### Przygotowanie do żłobka/przedszkola

Porozmawiaj z dzieckiem na temat żłobka/przedszkola. Obejrzyjcie pasujące do tego tematu książki z obrazkami, a może wybierzecie się na spacer i obejrzyjcie placówkę z zewnątrz.

### Ty, jako bezpieczna przystań

Podczas okresu adaptacji ważne jest, aby Twoje dziecko czuło się bardzo bezpiecznie. Wspieraj swoje dziecko z miłością na tym etapie i pokaż, że ufasz opiekunce wprowadzającej lub opiekunowi wprowadzającemu.

### Twoje dziecko wyczuwa Twoje pozytywne uczucia

Zwróć uwagę również na to, czy masz dobre przeczucia co do pracowników i placówki. Ważne jest również, abyś był obecny w tle przy „próbach rozłąki” i w razie potrzeby sygnalizował potrzebę rozmowy, jeśli masz wrażenie, że coś jeszcze nie przebiega właściwie.

Oczywiście konieczność rozstania z dzieckiem nie jest łatwa, dlatego bardzo pomocne jest zbudowanie dobrych relacji z opiekunem wprowadzającym. Pomimo bólu w sercu, staraj się przekazać dziecku, że miło spędzi czas i pokaż, że cieszysz się na przykład gdy je odbierasz, nawet jeśli dziecko płacze. Również tutaj przekazuj pozytywne uczucia.

## Twoje wewnętrzne nastawienie w okresie adaptacji

### „Mamy czas!”

→ Adaptacja jest łatwiejsza bez presji czasu i wysokich oczekiwań wobec siebie i swojego dziecka.

### „Mam zaufanie do umiejętności mojego dziecka.”

→ Twoje dziecko wyczuwa, czy wierzysz, że jest w stanie wykonać jakiś krok.

### „Mam zaufanie do kompetencji wychowawczyń i wychowawców!”

→ Twoje dziecko obserwuje, jakie masz relacje z pracownikami placówki i czy masz do nich zaufanie.

### „Damy radę!”

→ Wiara daje Tobie i Twojemu dziecku poczucie bezpieczeństwa i pewności siebie.

### „Mojemu dziecku i mi dobrze jest z tym, jacy jesteśmy.”

→ Pozwól sobie i swojemu dziecku kroczyć indywidualną ścieżką.

Ten czas to z pewnością również dla Ciebie duża zmiana, której towarzyszą mieszane uczucia. Rozmawiaj otwarcie o swoich myślach i uczuciach z partnerem, a także ze pracownikami placówki. Możesz mieć pewność, że pracownicy placówki rozumieją to i będą Cię wspierać w tym czasie.



# OPIEKA DLA MOJEGO DZIECKA - ŻŁOBKI/PRZEDSZKOLA ITP.

## Jak czuje się dziecko podczas okresu adaptacji

Niektóre dzieci są przyzwyczajone do rozłąki z rodzicami i już wiedzą, że mama lub tata wrócą. To często ułatwia im adaptację. Po krótkim czasie budują więź z opiekunem wprowadzającym i mogą już pozostać w żłobku/przedszkolu przez kilka godzin. Są jednak również dzieci, które podczas adaptacji doświadczają pierwszych prób rozłąki z rodzicami. To zupełnie nowa sytuacja, gdy mama lub tata je opuszczają. Nie wiedzą więc, że ich rodzice wrócą. Z tego powodu podczas procesu adaptacji często płyną łzy. Ponadto również wiek dziecka wpływa na proces adaptacji – dziecko, które jest właśnie w fazie bojaźliwości wobec obcych, potrzebuje dużo cierpliwości i ciepłego wsparcia. Krok po kroku dziecko przyzwyczai się do nowej sytuacji.

### Dlaczego łzy są ważne i powinny być akceptowane

- Łzy mogą pomóc poradzić sobie z sytuacją rozłąki.
- Płacz jest dla dzieci sposobem na rozładowanie stresu.
- Płacz wskazuje na intensywną więź między dzieckiem a rodzicami.

### Czego Twoje dziecko potrzebuje w tym czasie?

- Płacz wymaga ciepłego wsparcia ze strony osoby wprowadzającej (współregulacja).
- Warunkiem ciepłego wsparcia jest to, aby Twoje dziecko miało już z osobą wprowadzającą relację opartą na zaufaniu.
- W momencie, gdy dziecko odczuwa ból rozłąki, niezwykle ważne jest okazywanie mu współczucia (empatia). To znaczy, że naprawdę trzeba się zagłębić w uczucia dziecka. Jeśli więc Twoje dziecko płacze przy pożegnaniu, przytul je jeszcze raz i powiedz: „Wiem, że jesteś teraz smutny i wolałbyś zostać ze mną. Niedługo z powrotem cię odbiorę, a w tym czasie możesz pobawić się mnóstwem nowych zabawek”. Następnie przekazaj je opiekunowi wprowadzającemu, okazując zaufanie i poczucie bezpieczeństwa.

## Jak mogę się zaangażować jako mama lub tata?

Jako matka lub ojciec możesz angażować się w pracę żłobka/przedszkola na wiele różnych sposobów.

Oto kilka możliwości:

- Pomoc przy planowanych świątach i uroczystościach, np. ustawianie stołów/krzesel, upieczenie ciasta, zakup napojów, dekoracje itp.
- Wsparcie przy wycieczkach, jeśli możesz na to poświęcić czas.
- Wsparcie przy projektach w żłobku/przedszkolu.
- Niektóre placówki potrzebują pomocy w pielęgnacji ogrodu. Możesz przy tym zabrać ze sobą dziecko i wspólnie podlewać kwiaty itp.
- Udział w imprezach dla rodziców lub obejmowanie funkcji, takich jak przedstawiciel(ka) rodziców.
- Rodzice lub wychowawczynie i wychowawcy mogą zaangażować się w działalność stowarzyszenia wspierającego. Łączy ono ludzi wokół spraw żłobka/przedszkola. Stowarzyszenia wspierające wspierają placówkę i różne projekty.



# OPIEKA DLA MOJEGO DZIECKA - ŻŁOBKI/PZEDSZKOLA ITP.

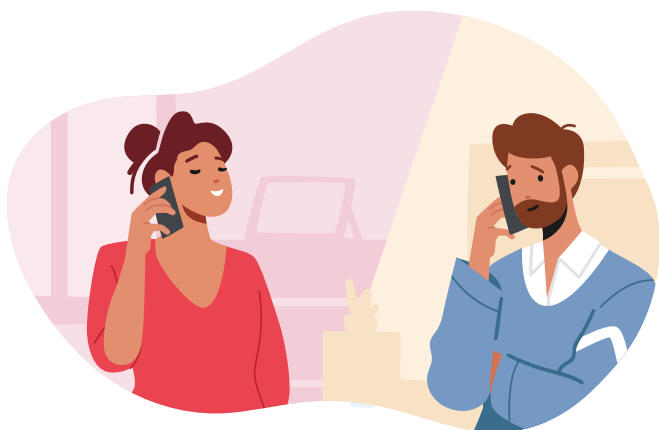
## Nasza rada dla tych, którzy mają mało czasu

Zaproponuj, że coś kupisz, może jakieś dekoracje – pracownicy placówki z pewnością się ucieszą! Możesz także przynieść z domu materiały do majsterkowania, takie jak puste pudełka po butach, tekturowe rolki czy kubki po jogurcie. Jeśli przyjdiesz na imprezę sam(a), ale zostaniesz odebrany przez partnerkę/partnera, możesz pomóc zespołowi żłobka/przedszkola przy sprzątnięciu. Jeśli jednak nie możesz pomóc, ponieważ właśnie jesteś zajęty prywatnie lub zawodowo, możesz przedstawić własne propozycje. Porozmawiaj z odpowiedzialnym pracownikiem placówki o tym, co możesz zrobić, a czego nie. W ten sposób wyraźnie okażesz, że jesteś zainteresowana/y aktywnym uczestnictwem w życiu żłobka/przedszkola.

## Konflikty między pracownikami placówki a rodzicami

Być może już Ci się to przytrafiło, na przykład zapomnieliś/eś spodni przeciwdeszczowych na wycieczkę lub wychowawczyni/wychowawca nie pamiętała(a) o kremie na odparzoną pupę. Może się to zdarzyć w często pośpiesznym życiu codziennym. Matki i ojcowie szybko zaczynają się czuć niezrozumiani, a może nawet urażeni. Nie są postrzegani tak, jak by chcieli. Dotyczy to jednak również pracowników pedagogicznych.

Zastanów się, w czym jest problem i dlaczego. Gdy już to sobie uświadomisz, spróbuj porozmawiać – najlepiej oczywiście z osobą bezpośrednio uczestniczącą w zdarzeniu. Jeśli irytują Cię drobności, najlepiej porozmawiaj o tym od razu („rozmowy w drzwiach”) – ale najpóźniej następnego dnia, kiedy przyprowadzasz lub odbierasz dziecko.



Oto dwa przykłady „drobnostek” i sposoby radzenia sobie z nimi.

### **Twoje dziecko nie ma czapki w ogrodzie.**

Twoja myśl: „O nie! Znowu się przeziębi! Po co ja daję czapkę?”

### **Twoje dziecko ma bardzo mokrą pieluchę, gdy je odbierasz.**

Twoja myśl: „Dlaczego moje dziecko nie jest przewinięte? Teraz dziecko na pewno będzie miało odparzoną pupę!”

To oczywiście, że jako rodzic masz prawo się na to denerwować. W końcu chodzi o dobro i zdrowie Twojego dziecka. Powiedz, czego chcesz – w przyjazny, ale stanowczy sposób.

### **Wskazówka:**

- Może przyjdzie Ci do głowy coś pozytywnego, od czego możesz zacząć, np: „Mam wrażenie, że moje dziecko bardzo lubi przebywać w waszym żłobku/przedszkolu.” Albo: „Wasza dekoracja świąteczna znów jest naprawdę ładna.”
- Jeśli krytyka wyraźnie odnosi się do konkretnej sprawy i nie jest rozumiana jako ogólny atak, konstruktywna wymiana zdań jest łatwiejsza, a druga osoba słyszy komunikat, że zasadniczo pochwalasz pracę wykonywaną przez placówkę, ale w tej chwili jakiś punkt szwankuje.
- A być może istnieje proste wyjaśnienie, dlaczego pieluszka nie została zmieniona.

**Ważne:** Jeśli takie incydenty stają się częste i nie widać poprawy, w celu wyjaśnienia należy umówić się na rozmowę z odpowiednim pracownikiem placówki.

Możliwa jest również rozmowa z kierownikiem zespołu lub placówki.

Aby się chronić i wspierać, pomocne jest, aby rodzice przyszli na rozmowę we dwoje. Jeśli jesteś rodzicem wychowującym dziecko samotnie lub z drugim rodzicem w separacji, zapytaj dobrą przyjaciółkę, przyjaciela lub dziadka, czy mają czas, aby Cię wesprzeć.

Korzystaj również z regularnych wywiadówek, które odbywają się w każdym żłobku/przedszkolu. Masz wówczas możliwość porozmawiania z pracownikami placówki o rozwoju Twojego dziecka i codziennym życiu w żłobku/przedszkolu.

# OPIEKA DLA MOJEGO DZIECKA - ŻŁOBKI/PZEDSZKOLA ITP.

## Przykłady innych sytuacji konfliktowych

### Przykład 1: Uzgodnienia i terminy

Jeśli terminy, w których dziecko musi zostać odebrane wcześniej lub dni, w których żłobek/przedszkole jest zamknięte, są ogłaszane z bardzo krótkim wyprzedzeniem i w rezultacie masz kłopot z opieką dla dzieckiem, powinieneś poprosić przedstawiciela rodziców o rozmowę z kierownictwem. Z pewnością nie jesteś jedyną osobą, która ma z tym problem.

### Przykład 2: Trudności z jednym z pracowników placówki

Coraz częściej masz wrażenie, że jeden z pracowników pedagogicznych sprawia swoim zachowaniem, że czujesz się niepewnie. Stwierdzasz, że kilka rodzin ma trudności z porozumieniem się z tą osobą - i nie chodzi tylko o Ciebie. Jest to ważny powód, aby porozmawiać z kierownictwem żłobka/przedszkola.

### Przykład 3: Krytyka koncepcji pedagogicznej lub przebiegu dnia

Wraz z innymi rodzicami uważasz, że pracownicy placówki zbyt rzadko wychodzą z dziećmi na świeże powietrze. Możesz wówczas poprosić przedstawiciela rodziców o rozmowę w tej sprawie z kierownikiem placówki.

Podczas wszystkich rozmów jasno określ, co Ci przeszkadza i co chcesz osiągnąć.

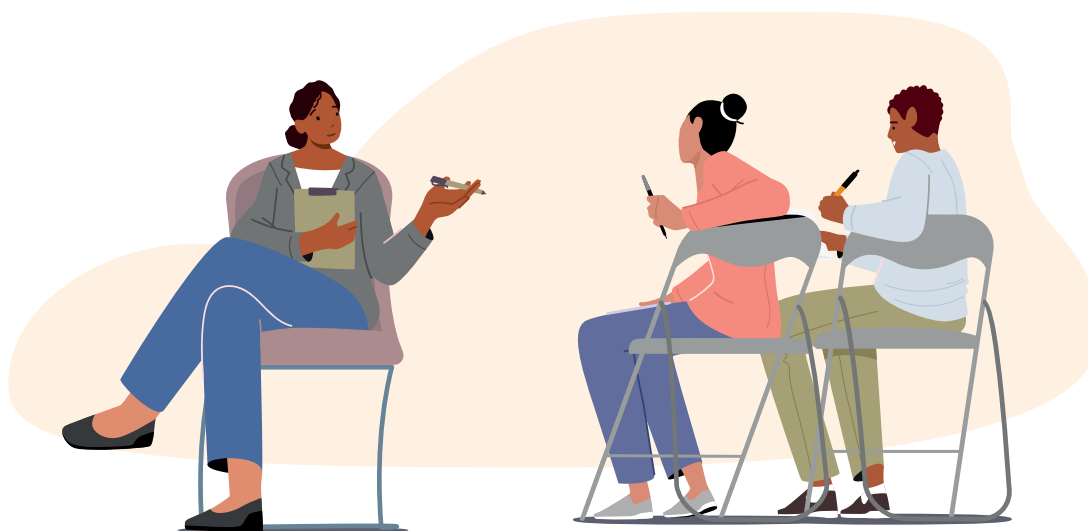
Jeśli rozmowy są prowadzone w celu wyjaśnienia sytuacji i bez przypisywania winy, często można bardzo szybko znaleźć i wdrożyć wspólne rozwiązanie.

Wykazując chęć do rozmowy, wspierasz współpracę w ramach dobrego partnerstwa w zakresie wychowania.

## Jakie prawa mają rodzice w żłobku/przedszkolu?

Ustawa o opiece dziennej nad dziećmi w kraju związkowym Berlin stanowi, że rodzice mają określone prawa w stosunku do żłobka/przedszkola lub placówki opieki dla dzieci. Zebraliśmy je tutaj w formie listy:

1. Powinny odbywać się regularne rozmowy o rozwoju dziecka, aby rodzice byli o tym informowani.
2. Rodzice mają prawo towarzyszyć dziecku w okresie adaptacji. Poza tym rodzice również mogą uczestniczyć w przebiegu dnia. W tym przypadku ważne jest, aby zgłosić to z wyprzedzeniem.
3. Żłobek/przedszkole powinny promować wspólną aktywność, taką jak imprezy lub wycieczki.
4. Ważne jest, aby rodzice byli zaangażowani w decyzje podejmowane przez żłobek/przedszkole, zwłaszcza jeśli oznacza to, że rodzice będą musieli zapłacić więcej, np. za specjalny obiad. Rodzice powinni również uczestniczyć w pracy edukacyjnej i wychowawczej.



# OFERTY WSPARCIA W BERLINIE



## Berliński portal rodzinny (Berliner Familienportal)

Na berlińskim portalu rodzinnym można znaleźć wiele cennych informacji na temat rodziny, kalendarz wydarzeń dla dzieci, młodzieży i całej rodziny, a także poradniki na różne tematy (np. wypoczynek, finanse, rodzice samotnie wychowujący, żłobki/przedszkola itp.)

← [www.berlin.de/familie](http://www.berlin.de/familie)



## Opieka dla Twojego dziecka

Przegląd tematyczny, w tym linki do specjalistycznych ofert, można znaleźć na stronie

← [www.berlin.de/sen/jugend/familie-und-kinder/indertagesbetreuung](http://www.berlin.de/sen/jugend/familie-und-kinder/indertagesbetreuung)



Informacje na temat prywatnych żłobków/przedszkoli z inicjatywy rodziców znajdziesz na stronie organizacji parasolowej dla placówek typu Kinderladen i Schülerladen (Daks)

← [www.daks-berlin.de](http://www.daks-berlin.de)



## Bon przedszkolny

Wszystkie ważne informacje na temat bonu przedszkolnego oraz wniosek online znajdziesz tutaj:

← [www.service.berlin.de/dienstleistung/324873](http://www.service.berlin.de/dienstleistung/324873)



## Dodatkowa opieka

Dodatkową opiekę nad dziećmi dla rodziców mających specjalne godziny pracy zapewniają mobilne usługi opieki dla dzieci.

← [www.mokis.berlin](http://www.mokis.berlin)



← [www.berlin.de/familie/informationen/kinderbetreuung-ergaenzend-und-flexibel-143](http://www.berlin.de/familie/informationen/kinderbetreuung-ergaenzend-und-flexibel-143)



← [www.berlin.de/familie/suche?tx\\_kesearch\\_pi1%5Bfilter\\_11\\_77%5D=KinderbetreuungundKita](http://www.berlin.de/familie/suche?tx_kesearch_pi1%5Bfilter_11_77%5D=KinderbetreuungundKita)



## Uczestnictwo w życiu żłobka/przedszkola

Więcej informacji na temat możliwości aktywnego zaangażowania rodziców w życie żłobka/przedszkola można znaleźć na stronie internetowej Komitetu rodzicielskiego ds żłobków/przedszkoli w Berlinie:

← [www.leak-berlin.de](http://www.leak-berlin.de)



## DOBRE WSPARCIE OD SAMEGO POCZĄTKU

Za pomocą magazynu **ElternMail Berlin**, **Senacki Departament Edukacji, Młodzieży i Rodziny** pragnie wspierać i wzmacniać wszystkich rodziców od chwili rozpoczęcia życia rodzinnego oraz na dalszej drodze. Oferta, która jest bezpłatna dla rodzin, ma na celu zapewnienie matkom i ojcom pomocnych informacji na temat rozwoju ich dziecka oraz praktycznych porad i wskazówek dotyczących lokalnych możliwości wsparcia.

### Zapowiedź kolejnego internetowego wydania magazynu ElternMail Berlin, dotyczącego dzieci w wieku od 10 do 14 miesiąca

1. Rozwój dziecka - nauka chodzenia, raczkowanie, mowa
2. Sen mojego dziecka - od łóżeczka niemowlęcego do dziecięcego
3. Konflikty z teściami / dziadkami
4. Moje dziecko jest chore - gorączka, kaszel, przeziębienie



## Stopka

### Wydawca

ElternLeben.de - oferta wellcome gGmbH

[www.elternleben.de](http://www.elternleben.de)

[www.welcome-online.de](http://www.welcome-online.de)

### Wsparcie

Stützrad gGmbH

### Wsparcie finansowe



### Koncepcja

wellcome gGmbH: dr Martina Stotz

### Redakcja

wellcome gGmbH: dr Martina Stotz, Madeline Hoffmann, Sabine Linz

Stützrad gGmbH: Katja Brendel, Sabrina Döring

Współpraca: Karin Hackbarth, Elisabeth Hussendörfer, Renate Lieberknecht, Maïke Meier, Patricia Pomnitz

### Koordynacja w zakresie marketingu

i projektu wellcome gGmbH: Berit Lohnzweiger

### Grafika i skład

wellcome gGmbH: Florian Stuertz

### Ilustracje

iStock (lemono)

### Zdjęcie

str. 1: iStock (StefaNikolic)

© wellcome gGmbH 2024



Magazyn **ElternMail Berlin** jest wydawany przez **ElternLeben.de** - platformę internetową dla rodziców.

Wspieramy Cię wiedzą i bezpłatnym doradztwem od ciąży po okres dojrzwania.



Zapisz się na cyfrowe wydanie magazynu ElternMail, aby nigdy nie przegapić żadnego numeru – zajmie to zaledwie 2 minuty.  
(Deutsch / English / Polski / українська / Türkçe / العربية)

← [www.elternleben.de/elternmail-berlin](http://www.elternleben.de/elternmail-berlin)