

Pomagaj swoim dzieciom zawiązywać zdrowe przyjaźnie

Drodzy rodzice,

Dzieci potrzebują bezpiecznych warunków w życiu codziennym oraz zdrowych przyjaźni, aby rozkwiatać i rozwijać się w najlepszy możliwy sposób. Kiedy dzieci uczą się, jak być dobrymi przyjaciółmi, pozwala to zapobiegać prześladowaniom na dłuższą metę.

Jako rodzic, jesteś **najważniejszym wzorem do naśladowania** w życiu dziecka. Wiemy, że gdy rodzice udzielają się w lokalnej społeczności, wpływa to na sposób wspólnego spędzania czasu ich dzieci.

Dbając o dobrą atmosferę w opiece dziennej i wykazując zainteresowanie powiązanyymi z nią kwestiami, wnosisz pozytywny wkład i sprawiasz, że nasza społeczność zmienia się na lepsze. Zebraliśmy siedem porad dotyczących tego, jak jako rodzic możesz pomóc wszystkim dzieciom – w tym swoim własnym – poczuć się częścią społeczności.

1

Mów z szacunkiem do swojego dziecka i tak też wyrażaj się o innych dzieciach, rodzicach i nauczycielach

Dzieci widzą w rodzicach swoje odbicie, a więc jeśli masz pozytywne nastawienie wobec innych dzieci, personelu, przyjaciół dziecka oraz ich rodziców, nastawienie to udziela się dziecku.

Na przykład, gdy wykazujesz zainteresowanie i **witasz się ze wszystkimi** – zarówno dziećmi jak i dorosłymi – gdy przyprowadzasz i odbierasz dziecko, możesz łatwo nauczyć się imion jego przyjaciół.

Pamiętaj również, że dajesz dziecku przykład tego, jak korzystać z mediów cyfrowych. Zastanów się więc nad swoimi (złymi) nawykami, ponieważ małe dzieci naśladują zachowania rodziców.

2

Zadbaj o bezproblemową współpracę z dorosłymi

Jedną z najważniejszych kwestii w kontekście poczucia bezpieczeństwa i ogólnego dobrego samopoczucia dziecka jest poczucie bezpieczeństwa i zadowolenie rodzica z opieki dziennej. W związku z tym bardzo ważne jest, abyście wy, rodzice, oraz personel opieki dziennej mieli ze sobą dobry kontakt.

Jeśli masz czas, zostań kilka minut dłużej podczas odbierania swojego dziecka i **porozmawiaj z dorosłymi** o tym, co u was słyhać. Jeśli martwisz się o dobre samopoczucie dziecka lub coś powoduje Twoje niezadowolenie, porozmawiaj z innymi dorosłymi, gdy w pobliżu nie ma dzieci.

Wzmacniamy społeczność

3

Powiedz innym dorosłym o zdarzeniu, które mogło mieć wpływ na Twoje dziecko

Aby zapewnić dziecku najlepsze możliwe warunki, ważne jest, aby rodzice i dorośli w przedszkolu powiadamiali siebie nawzajem o sytuacjach, które mogły mieć wpływ na ogólny dobrostan dzieci. Mogą to być na przykład problemy rodzinne lub zdarzenie, które wpłynęło na Twoje dziecko w ciągu dnia.

Dzieląc się tą informacją z innymi ułatwiasz zrozumienie reakcji dziecka i umożliwiasz zapewnienie mu odpowiedniej opieki.

4

Wspieraj swoje dziecko podczas zabaw z innymi dziećmi

Dziecko uczy się poprzez zabawę z innymi dziećmi. Gdy zachęcasz je do wykazywania zainteresowania innymi dziećmi, łatwiej znajdują one partnerów do zabawy, dzięki czemu wszystkie dzieci mają z kim spędzać czas i czują się częścią społeczności.

5

Powitaj nowe dzieci i ich rodziców

Miłe powitanie bardzo dużo znaczy dla nowych dzieci i ich rodziców.

Dlatego też poświęć im dodatkową uwagę i przywitaj nowe dzieci i ich rodziców – nawet jeśli dziecko jest już w drodze do przedszkola.

6

Przełóż emocje swojego dziecka na słowa

Twoje dziecko doświadcza wielu emocji. Czasami doświadcza tych przyjemnych, czasami nieprzyjemnych, ale bez względu na to, co czuje dziecko, **dla jego rozwoju emocjonalnego ważne jest, aby je zauważyć, przyjąć do wiadomości i spróbować wyrazić słowami.**

W ten sposób Ty i Twoje dziecko łatwiej zrozumiecie jego emocje i będziecie mogli sobie z nimi poradzić.

W dłuższej perspektywie przełoży się to również na dobre zrozumienie emocji innych osób.

7

Wykaż się otwartą i pozytywną postawą, gdy inni rodzice mówią o wyzwaniach, z którymi mierzą się ich dzieci

Mówienie innym o tym, że dziecko jest smutne lub mierzy się z problemami w żłobku lub przedszkolu i wymaga dodatkowego wsparcia, może być trudne. Wykaż zainteresowanie i otwarte podejście – dzięki temu mówienie o tym będzie łatwiejsze dla wszystkich.

O programie Free of Bullying

Free of Bullying to program promujący dobre samopoczucie wśród dzieci w wieku od 0 do 3 lat, opracowany przez fundacje Mary Foundation oraz Save the Children Denmark. Celem jest, aby najmłodsze dzieci już od samego początku mogły przebywać w bezpiecznych społecznościach. Free of Bullying dla dzieci w wieku 0–3 lat opiera się na czterech podstawowych wartościach: tolerancji, szacunku, trosce i odwadze. Program ten jest niczym walizka zawierająca narzędzia i metody, które wspierają dobre samopoczucie dzieci w żłobkach i przedszkolach. Dostępne są także materiały dla przedszkoli i świetlic/opieki pozaszkolnej. Więcej dowiesz się na stronie freeofbullying.com.

