أوّل يوم لطفلك في الحضانة.. كيف تجعلينه يمر من دون مشاكل؟

الحضانة أو روضة الأطفال، هي حل مناسب للأُمّهات العاملات، لكي يَودعن فيها أطفالهنّ إلى أن يعدن من العمل. لكن أوّل يوم للطفل في الحضانة، لا يكون دائماً يوماً سهلاً، فأغلب الأطفال لا يتقبّلون أن يتركوا فجأة مع غرباء ليوم كامل. فكيف تتغلبين على هذا العائق؟

لا تستغربي إن دخل طفلك الصغير أو طفلتك في حالة طويلة من البكاء وأنتِ تغادرين الحضانة أو روضة الأطفال، تاركة إياه هناك ليقضي فيها لأوّل مرّة ساعات كاملة بعيداً عنك، وسط أولاد ومربيات، هم في الحقيقة غرباء عنه. أغلبية الأُمّهات والآباء يحصل معهم هذا في أوّل يوم لطفلهم في الحضانة، لكن أولئك الذين يعرفون كيف يحضّرون أبناءهم نفسياً للموضوع، لا يكونون مضطرين إلى إجتياز مثل هذا الموقف، حيث هناك دائماً مَخرج من أي مشكل. لهذا إليك مجموعة من النصائح التي ستساعدك بالتأكيد، لكي تسهّلي دمج طفلك في الحضانة التي اخترتها له، ليقضي فيها يومياً ساعات من نهاره، وتذكّري أنّه كلما تم دمج الطفل بطريقة تدريجية، كان تَقبّله للحضانة أسهل. - محيط جديد وبيئة جديدة: 1- أوّلاً وقبل أن يلتحق طفلك رسمياً بحضانته، خصّصي وقتاً في برنامجك اليومي لترافقيه في زيارة إستكشافية إلى الحضانة الجديدة، عرّفيه إلى المربيات والمديرة، وادخلي معه كل مكان فيها، واشرحي له

أين تقع الحجرة التي سيدرس فيها، وأين تلك التي سيلعب فيها، وأين تلك التي سينام فيها، وهكذا دواليك، بَيِّني له مكان المراحيض أيضاً، ومكان الأكل، ولا تنسي أنّ الطفل في سن صغيرة مثل هذه (من سنتين إلى 4 سنوات)، لا يهتم إلا باحتياجاته الأساسية، مثل مَن سيُطعمه ومَن سيأخذه إلى الحمّام وما شابه. - علاقات جديدة: 2- قدِّمي لطفلك مربّيته الجديدة التي سيقضي النهار معها، ولا تستهيني بأحد ممَّن يعملون في الحضانة، وإن أمكن عرِّفيه حتى إلى الطباخ الذي يحضِّر للأطفال الطعام هناك، واشرحي لطفلك دور كل واحد من هؤلاء، وأخبريه أن عليه أن يطيعهم ويثق بهم لأنّك أنتِ تثقين بهم. 3- حضِّري طفلك لحياة الجماعة، كيف ذلك؟ تحدَّثي له عن أنّ المتعة تكون أكبر، حينما يلعب مع أطفال آخرين في مثل سنّه. وإذا كنتِ تعرفين في محيط بيتكم وجيرانكم أي أطفال يذهبون إلى الحضانة نفسها، فأخبريه عنهم. كأنّ تقولي: "هل تعرف أنّ هذه الحضانة هي نفسها التي يذهب إليها محمد ابن الجيران؟"، أو "ستجد هناك آية بنت عمتك". هذا سيساعده في التغلب على الإحساس بالغربة والوحشة، اللذين سيتسللان إليه في الأيام الأولى في الحضانة. وإذا كنتِ تعرفين حديقة ألعاب تأخذ إليها الحضانة أطفالها، فخذيه إليها لكي يرى الأطفال يلعبون بشكل جماعي، وقد تكون فرصة ليتعرف إلى بعض الأطفال من زملاء المستقبل، ويتعرف أيضاً إلى مربيته. - التواصل بين الأُم والمربية: 4- تَقرّبي من مربية طفلك في الحضانة، واجلسي معها وحدثيها عن طفلك، كلّميها عن أذواقه في الأكل وفي اللعب، وعن مخاوفه وعاداته وعن الحيلة التي تستخدمينها لكي ينام، إلى غير ذلك. بهذا، أنتِ تساعدينها على القيام بعملها على أتم وجه، بحيث تعطينها مفاتيح إقامة علاقة ودية مع طفلك، وفي الوقت نفسه توفِّرين السَّكينة والطمأنينة والراحة لطفلك وهو في الحضانة. - توقيت جديد: 5- قبل أن يذهب طفلك إلى الحضانة بأيام أو حتى أسابيع، استعملي لدى الحضانة عن توقيت الدخول وتوقيت الخروج، والوقت الذي يُسمح فيه بالقيلولة، وأيضاً عن أوقات تقديم الطعام للأطفال، وابدئي في تغيير مواعيد استيقاظ طفلك من النوم ومواعيد نومه وأكله، لتجعليها مشابهة لمواعيد الحضانة. افعلي ذلك تدريجياً، واعلمي أنّك بهذا توفّرين على ابنك تلقّي صدمة تغيير جدوله اليومي فجأة، إذا كانت مواعيد الحضانة غير متناسبة مع روتينه اليومي، الذي عوّدتِه أنتِ عليه، وتيسرين بهذا وتسرّعين وتيرة اندماجه في فضائه الجديد. - مفهوم الجماعة: 6- في البيت، طوِّري لدى طفلك ميزة الإعتماد على النفس، ولا تنتظري من المربية في الحضانة أن تفعل كل شيء، فهي مسؤولة عن مرافقة وتعليم 7 أو 8 أطفال في الوقت نفسه. صحيح أن من مهامها أن توجه الأطفال وتعلّمهم كيف يرتدون ثيابهم، وكيف يحافظون على نظافتهم الشخصية، لكنّ طفلك إن كان قد تعلم في البيت مثلاً كيف يفتح بنطاله ليستعمل المرحاض، أو كيف يستعمل الشوكة للأكل، أو كيف يخلع حذاءه، فإنّ ذلك يصبح ميزة

فيه في نظر المربية، ويكون بالنسبة إليك مصدراً للفخر بحُسن تربية أطفالك. 7- إندماج تدريجي: اعملي على أن يقضي طفلك في الحضانة خلال يومه الأوّل فترة قصيرة. وفي ما بعد، حاولي أن تمددي هذه المدة تدريجياً. مثلاً، اتركيه في الحضانة ساعتين أو ثلاث ساعات، ثمّ أعيديه ليتناول طعامه في البيت، وتدرّجي في ذلك حتى يصير بعد أيام يقضي يومه كاملاً في الحضانة، يدرس ويلعب مع أصدقائه، الذين سيكون قد تعرف إليهم في الفترة الصباحية، ويأكل وينام فترة القيلولة هناك. 8- حاولي أن تأخذي شيئاً من الأغراض المألوفة، التي يستعملها طفلك معه إلى الحضانة، مثل لعبته المفضلة أو غطاء سريره. ذلك أن عثور طفلك في الحضانة على الروائح المألوفة لديه، يجعله يتغلب على الإحساس بالغربة والوحشة. - عادات: 9- حاولي أن تُعوّدي طفلك على أوقات وطقوس معيّنة، اجعليها روتيناً، مثلاً الإستيقاظ في موعد والأكل في موعد والخروج والعودة في مواعيد معيّنة. إنّ التوقيت المضبوط يُشعر الطفل بالأمان والثقة. هذا من جهة، أمّا من جهة أخرى فإنّه يسهّل عليه الإندماج مع الآخرين. تخيّلي مثلاً أنّ طفلك قد أنهَى دروسه في وقت مبكر لسبب ما، وإذا كان يعلم أن والده سيأتي ليأخذه في الساعة الثالثة بالضبط، فإنّه سينتظره داخل الحضانة بهدوء، ومن دون أن يبكي أو يثير المشاكل. 10- من العادات التي يجب أن يكتسبها طفلك، لكي تعيشي أنت حياة سهلة وهانئة، أن تعوّديه على أسلوب تحيّة معيّنة. مثلاً قبل أن تذهبي إلى العمل، تُعانقينه مرة وتقبّلينه قُبلتين وتقولين له "باي باي" ثلاث مرّات، فإنّ هذا يشعره بالحنان في كل مرة تودعينه فيها، وكوني وفيّة لعاداتك مع طفلك.