



I Ogólnopolskie Stowarzyszenie
Publicznych i Niepublicznych Żłobków
i Klubów Dziecięcych



Łódzka
Akademia
Rozwoju Żłobków



Warto Wiedzieć

#34

*Brak zaufania do nowych
dorosłych, czyli budowanie relacji
krok po kroku.*

wyjaśnia:
Natalia Trzebońska
psycholog

lodzkaakademiawsparcia.pl



I Ogólnopolskie Stowarzyszenie
Publicznych i Niepublicznych Żłobków
i Klubów Dziecięcych



Łódzka
Akademia
Rozwoju Żłobków

Naturalny dystans

Rodzice czasami zastanawiają się, czemu ich dziecko traktuje z dystansem innych dorosłych. Maluch może potrzebować najpierw spokojnej obserwacji obcej osoby i uważnego przyglądania się jej reakcjom. Jest to całkowicie **naturalny mechanizm obronny**, który ma za zadanie chronić małego człowieka przed nieznanym.

Początkowy dystans daje mu przestrzeń do sprawdzenia, jak rodzic reaguje na nowego dorosłego i jak interpretuje tę sytuację. Dla dziecka kluczowe znaczenie mają **emocje i postawa rodzica**, które podpowiadają mu, czy otoczenie jest bezpieczne czy zagrażające.



I Ogólnopolskie Stowarzyszenie
Publicznych i Niepublicznych Żłobków
i Klubów Dziecięcych



Łódzka
Akademia
Rozwoju Żłobków

Rodzic jako bezpieczna baza

W nieznanych sytuacjach, takich jak pierwsze dni w żłobku, maluch traktuje rodzica jako punkt odniesienia do całej otaczającej rzeczywistości. Obserwowanie gestów, mowy ciała czy przysłuchiwanie się tonowi głosu zachodzi przez cały czas i kształtuje dziecięcy odbiór nowej sytuacji.

Z tego powodu tak ważny jest **życzliwy i spokojny kontakt rodzica z opiekunem w żłobku**, ponieważ może on bezpośrednio wpływać na:

- obniżenie poziomu lęku u dziecka,
- budowanie poczucia, że przestrzeń wokół jest bezpieczna,
- łagodniejszy przebieg procesu adaptacji.



I Ogólnopolskie Stowarzyszenie
Publicznych i Niepublicznych Żłobków
i Klubów Dziecięcych



Łódzka
Akademia
Rozwoju Żłobków

Dlaczego brak zaufania do nowych osób może być normą?

Nieufność wobec nowych dorosłych jest zupełnie **naturalną reakcją rozwojową**. Pełni funkcję mechanizmu obronnego, który ma na celu chronić dziecko przed:

- oddaleniem od bezpiecznego opiekuna,
- poczuciem bezbronności powstałym na skutek samotności,
- przestymulowaniem i brakiem możliwości regulacji własnych emocji.

Brak zaufania do nieznanych osób jest także świadectwem mocnej i trwałej więzi z rodzicami, która budowała się od pierwszych chwil życia dziecka.



I Ogólnopolskie Stowarzyszenie
Publicznych i Niepublicznych Żłobków
i Klubów Dziecięcych



Łódzka
Akademia
Rozwoju Żłobków

Cierpliwość zamiast presji

Budowanie relacji malucha z dopiero co poznanym dorosłym musi odbywać się stopniowo. Najważniejsze w tym przypadku jest **poczucie bezpieczeństwa**, które maluch zyskuje wraz z upływem czasu oraz dzięki życzliwemu podejściu opiekuna.

Dziecko na początku może wymagać **wsparcia i wprowadzenia w tę relację** przez rodzica, którego reakcja będzie w dużej mierze kształtowała perspektywę małego człowieka.



I Ogólnopolskie Stowarzyszenie
Publicznych i Niepublicznych Żłobków
i Klubów Dziecięcych



Łódzka
Akademia
Rozwoju Żłobków

Jak wspierać budowanie więzi?

Najlepszą postawą w takiej sytuacji jest **nienarzucająca się obecność**, która może obejmować:

- obserwację gotowości dziecka do nawiązania kontaktu,
- uważność na sygnały wysyłane przez malucha,
- delikatność i szacunek w interakcjach.

Zwiększa się wtedy poczucie bezpieczeństwa oraz komfort emocjonalny dziecka, co bezpośrednio przekłada się na zbudowanie zaufania do nowej osoby w jego otoczeniu.



I Ogólnopolskie Stowarzyszenie
Publicznych i Niepublicznych Żłobków
i Klubów Dziecięcych



Łódzka
Akademia
Rozwoju Żłobków

Przedmiot, który jest kotwicą bezpieczeństwa

W procesie przyzwyczajania się dziecka do nowych osób w żłobku kluczową rolę odgrywa **dobrze znany mu przedmiot przyniesiony z domu**. Może to być ulubiony pluszowy miś, kocyk czy inna zabawka, która kojarzy się z bezpieczeństwem.

Przedmioty te stają się dla malucha **łącznikiem pomiędzy dwoma środowiskami**: domem a żłobkiem.



I Ogólnopolskie Stowarzyszenie
Publicznych i Niepublicznych Żłobków
i Klubów Dziecięcych



Łódzka
Akademia
Rozwoju Żłobków

Współpraca pomiędzy rodzicem a opiekunem

Budowanie więzi dziecka z nowym opiekunem **wymaga ścisłego porozumienia między dorosłymi.**

Wymiana podstawowych informacji na temat malucha, takich jak jego:

- upodobania,
- nawyki,
- trudności,
- sprawdzone sposoby pocieszania,

ułatwia i przyspiesza przejście przez proces adaptacji do nowego miejsca.



I Ogólnopolskie Stowarzyszenie
Publicznych i Niepublicznych Żłobków
i Klubów Dziecięcych



Łódzka
Akademia
Rozwoju Żłobków

Pierwszy gest zaufania

Tworzenie relacji to **proces wieloetapowy i wymagający czasu**. Moment, w którym maluch z własnej woli przynosi opiekunce swoją ulubioną zabawkę, może stanowić przełom w adaptacji.

Świadczy to o **rodzącym się zaufaniu oraz poczuciu bezpieczeństwa**, które zastąpiły dotychczasowy lęk oraz niepewność. Taki gest wymaga jednak cierpliwości i wyrozumiałości ze strony otoczenia.