

# Nowe osoby w rodzinie: Pomóż małym dzieciom się przygotować



Rodziny powiększają się o nowych członków na kilka sposobów: narodziny dziecka, adopcja, opieka zastępcza lub przyjęcie krewnych, którzy potrzebują miejsca na pobyt. Takie sytuacje będą miały wpływ na dzieci już będące w rodzinie i mogą one potrzebować wsparcia, aby się przystosować. Poniższe sugestie mogą być pomocne, gdy ktoś nowy dołącza do gospodarstwa domowego.

## Zdecyduj, kiedy powiedzieć dziecku o nowej osobie

- Zastanów się, ile czasu potrzebuje Twoje dziecko, aby mogło poczuć się gotowe na zmiany. Czy denerwuje się „kiedy to się stanie”, jeśli otrzyma informację z kilkudniowym wyprzedzeniem?
- Jeśli nie ma ostrzeżenia, na przykład w przypadku wysiedlenia krewnych w wyniku katastrofy, powiedz dziecku: „To może nie być łatwe. Zrobimy wszystko, co w naszej mocy, aby to zadziało”.
- Upewnij się, że dziecko ma wystarczająco dużo czasu na zadawanie pytań lub wyrażanie swoich uczuć.

## Krótko opisz, co się wydarzy

- Przekaż jasne, podstawowe informacje. Kim jest nowo przybyła osoba? Jak długo zostanie? „Jutro pracownik socjalny przywiezie nam dziecko, którym będziemy opiekować się przez kilka dni”. „Prababcia zostanie tutaj, dopóki jej noga się nie zagoi”.
- Szczerze rozmawiaj ze swoim dzieckiem o zmianach, które bezpośrednio go dotyczą. „Dodamy kolejne łóżko do twojej sypialni, ale ty będziesz spać w swoim łóżku”.
- Pojawienie się nowego członka rodziny może wywołać poczucie chaosu, dlatego warto jasno ustalić z dzieckiem, co pozostanie niezmiennie. „Muffinka nadal będzie wymagała codziennego karmienia”.
- Pamiętaj też o podaniu informacji pozytywnych. „Chciałeś mieć rodzeństwo od tak dawna, a teraz to się dzieje”. „Prababcia mówi, że przyniesie swoje klocki Lego”.

## Włącz dzieci w powitanie nowego członka rodziny

- Zaproponuj kilka pomysłów, pamiętając, że dziecko może lubić, gdy powierza mu się „dorosłe” zadania. „Czy chciałbyś pomóc złożyć krzeselko dla dziecka?”
- Zachęć dziecko do zgłaszania swoich pomysłów. „Twój pomysł na kartkę z napisem „Witamy w naszym domu” brzmi bardzo przyjaźnie”.

## Utrzymuj otwartą komunikację rodzinną

- Pamiętaj, że w czasach zmian każdy potrzebuje uwagi i zapewnienia, że jest kochany. Priorytetem jest czas na przyjemną interakcję z małym dzieckiem, nawet jeśli musi ona być krótka.
- Rozmawiaj z dzieckiem indywidualnie o zmianach. Co według niego idzie dobrze? Co było trudne? Czy ma pytania lub propozycje?
- Rozważ regularne spotkania rodzinne, podczas których wszyscy, w tym nowi członkowie, mogą porozmawiać o tym, jak się sprawy mają.

---

English Title: Additions to the Family: Help Young Children Prepare



University of Illinois Urbana-Champaign  
Telephone: 217-333-1386  
Toll-free: 877-275-3227  
E-mail: iel@illinois.edu  
<https://illinoisearlylearning.org>



Illinois  
State Board of  
Education