



Adaptační plán pro nově příchozí děti

Dětská skupina Mraveniště

Vážení rodiče,

jsme si vědomi toho, že vstup každého dítěte do DS patří k významným událostem v životě dítěte i celé jeho rodiny a je zásadním zásahem do dosavadních zvyklostí dítěte. Je pochopitelné, že ze začátku můžete přicházet do dětské skupiny s jistou mírou nejistoty a obav. Je docela možné, že dítě s nástupem do dětské skupiny zažije první odloučení od rodiče. Prostřednictvím adaptačního plánu Vám chceme pomoci k tomu, aby přechod dětí z rodinného prostředí do kolektivu dětské skupiny (dále jen DS) byl pokud možno bezproblémový a co nejméně stresující.

Čím dítě na začátku adaptačního cyklu prochází:

- Máma a táta nejsou po určité části dne k dispozici.
- Dítě se musí naučit respektovat nová pravidla.
- Učí se sžít s novým kolektivem a v novém prostředí.
- Učí se důvěře k jiným dospělým než k rodičům.

Délka adaptace je u každého dítěte individuální. U někoho může trvat několik dní, u jiného i několik týdnů či měsíců. Maximální doba adaptačního procesu je obvykle 3 měsíce. Výsledkem úspěšné adaptace dítěte je stav, kdy dítě zvládá pobyt v dětské skupině, je zde spokojené, rozvíjí si své schopnosti a dovednosti, tvoří si vazby s pečujícími pracovníky a dětmi.

Co děláme pro hladší průběh adaptace

- **Příprava na nástup do DS**

Na nástup dítěte do dětské skupiny je dobré se připravovat s dostatečným časovým předstihem ještě před samotným zahájením docházky. Je dobré si s dítětem povídat o dětské skupině, o tom, jak to v ní chodí, přijít se podívat na některou z námi pořádaných akcí pro veřejnost apod. (můžete se spolu s dítětem přijít do naší dětské skupiny podívat). Vždy ujišťujte dítě, že si pro něj opět přijdete.

Podobný čas věnujte i sami sobě. I rodiče se potřebují na tuto změnu dostatečně připravit a své rozhodnutí vnímat jako správné. Pokud si je rodič nejistý, nedůvěřuje personálu, dítě to z něj vycítí, a může se třeba bát jít do školky (maminka má strach, tak já taky), a tyto pocity určitě dobré adaptaci dítěte nepomáhají.

- **Úvodní schůzka s rodiči**

Úvodní schůzka s rodiči nově přijatých dětí bývá zpravidla odpoledne mezi 16.00 - 17.00 hodinou. Rodiče obdrží veškeré informace o provozu DS, proběhne předání potřebných dokumentů k přijetí dítěte do DS a poskytnutí rad, jak projít bezproblémovým adaptačním obdobím.



- **Individuální přístup**

Jistá míra obav, strachu je u dítěte přicházejícího do nového prostředí zcela v pořádku a svědčí o dostatečném naplnění jeho potřeb ze strany rodičů a také citové vazbě k nim. Nově přichozím dětem věnujeme zvýšenou péči, individuální přístup, citlivé přijetí, klidné vystupování, toleranci. Dítě je třeba získat, zaujmout, nadchnout, upoutat a usnadnit mu novou situaci tak, aby pečující osobu přijalo jako dalšího člověka, ke kterému si postupně získá důvěru.

- **Sledování vývoje dítěte**

Pečující osoby kontinuálně pozorují a vyhodnocují průběh kompletního adaptačního procesu a vývoj dítěte. Všechny poznatky pečující osoby průběžně sdělují rodičům, se kterými úzce spolupracují.

- **Konzultace**

Rodičům nabízíme konzultace telefonickou, e-mailovou i osobní formou. Sami voláme nebo píšeme rodičům nových dětí a sdělujeme, jak dítě pobyt v DS prožívá. Adaptační proces je náročný nejen pro dítě, ale i pro samotné rodiče, kteří mohou prožívat různé obavy. Ve chvíli, kdy své obavy zpracujete, usnadníte adaptaci i Vašemu dítěti. Neváhejte proto být s námi v kontaktu a kdykoliv se informovat na to, co Vás zajímá.

Doporučení pro rodiče

- **Předávání dítěte pečující osobě**

Rozvrhněte čas tak, aby dítě nebylo stresováno spěchem při příchodu či odchodu z DS. První den doporučujeme příchod do DS raději dříve, abyste vy i vaše dítě měli dostatek času na vybavení všeho potřebného.

Zbytečně neprodłużujte ranní loučení a nevyvolávejte v dítěti lítost nad vzájemným odloučením. Prodlužováním loučení prodlužujete pláč Vašeho dítěte.

První adaptační den tráví dítě v DS kratší dobu, kterou zvolíme vždy individuálně, dle potřeb každého dítěte a po domluvě s rodiči. Při samotném nástupu doporučujeme dobu strávenou v DS postupně prodlužovat dle možností rodičů a hlavně psychických limitů dítěte.

Používejte stále stejné rituály. Voďte dítě do DS vždy ve stejném čase a vyzvedávejte je pokud možno ve stejnou hodinu. Je důležité dávat jasné sliby, které splníte. "Přijdu po obědě / po svačině", místo "přijdu za chvíli" - to je pro dítě neurčitý interval. Není vhodné slibovat odměny typu: „Když nebudeš plakat, tak ...“. Neodcházejte však tajně, bez rozloučení.

Pokud jeden z rodičů nese předávání dítěte těžce, je lepší na pár dní-týdnů posílat druhého rodiče nebo prarodiče. Předávejte dítě zdravé, pokud je po nemoci, tak doléčené. Pokud se dítě necítí po zdravotní stránce dobře, naruší to i proces adaptace.



- **Předávání dětí rodičům**

Pečující osoby při předávání dítěte rodičům sdělí, jak dítě pobyt v DS prožilo a zodpoví dotazy rodičů. Možná se dozvíte, že když ze školky po nervy drásající scéně odejdete, Vaše plačící dítě se rázem uklidní a jde si spokojeně hrát. Dítě za zvládnutý pobyt v DS pochvalte. Pozitivně motivujte. Vyzdvihněte jeho pěkné zážitky.

- **Vyzvedávání dětí**

Při vyzvedávání dítěte z DS se může stát, že dítě reaguje pláčem. To je naprosto přirozená reakce. Hlavně dítě nelitujte, že muselo být přes den samo bez vás. Buďte citliví a trpěliví. Vyprávějte si o tom, co dítě v DS dělalo a co nového se naučilo. Ujistěte dítě, že je do DS neodkládáte. Vysvětlete mu, že ho máte rádi, a že nechodí do DS proto, že na něj nemáte čas nebo že s ním nechcete být doma. Každý má své povinnosti - Vy práci, Vaše dítě DS.

DESATERO PRO RODIČE

1. Rozlučte se krátce.
2. Používejte stejné rituály.
3. Přibalte mazlíčka (např. oblíbenou hračku, hajánka).
4. Nenechte se obměkčit, buďte důslední.
5. Buďte citliví a trpěliví.
6. Komunikujte s pečujícím personálem.
7. Dítě za zvládnutý pobyt v DS pochvalte a pozitivně ho motivujte.
8. Za problémy s přivykáním nikdy dítě netrestejte.
9. Nesdělujte lítostivě, že je vám také smutno a že se vám stýská.
10. Buďte dítěti oporou a poskytněte mu pocit bezpečí.

Závěr

Navštěvování dětské skupiny je přes veškeré případné výzvy při adaptaci velkým přínosem do života. Představuje první krok k osamostatnění Vašeho dítěte. Dítě se tu naučí sociálním dovednostem, díky nimž bude schopnější obstát v kolektivu, uhájit si své místo, spolupracovat, zvládat konflikty i uznávat jinou autoritu.

Naším cílem je bezproblémový a co nejméně stresující přechod dětí z rodinného prostředí do kolektivu DS. Máte-li jakékoliv dotazy, připomínky či náměty obraťte se vždy v první řadě na pečující osoby. Je v našem společném zájmu, aby byly děti v DS šťastné a spokojené.