



Adaptační program pro děti v Dětské skupině U Mominky

Vážení rodiče,

prostřednictvím adaptačního plánu Vám nabízíme možnost, jak zvládnout bezproblémový a co nejméně stresující přechod dítěte z rodinného prostředí do kolektivu dětské skupiny.

Naším společným cílem je spokojené dítě, které přichází i odchází z dětské skupiny šťastné a těšící se na každý další den.

Vstup do dětské skupiny patří k významným událostem v životě dítěte i celé rodiny a je zásadním milníkem v dosavadních zvyklostech. Dítě přestává být pouze středem dění ve své rodině, ale stává se součástí společenství, ve kterém bude muset společně s ostatními dětmi dodržovat určitá pravidla. Nejistotu a obavu mohou ale cítit všichni zúčastnění a je to naprosto běžné a v pořádku!

Aby adaptace proběhla úspěšně, klíčová je spolupráce rodiny s naším personálem dětské skupiny. Důležité je brát celý proces adaptace jako komplexní situaci a přihlížet k individualitě jednotlivých dětí.

Adaptační období

Adaptační období je období, kdy dítě nastupuje nově do dětského kolektivu. Musí se vyrovnat s mnoha změnami - bude odloučené od rodiče, zvyká si na novou dospělou autoritu v podobě personálu dětské skupiny, osvojuje si nová pravidla a v neposlední řadě se dostává na novou úroveň socializačního procesu. Musí se vyrovnat s tím, že již na něj není upřena všechna pozornost, ale musí se o ni dělit. Délka adaptačního procesu je závislá na mnoha okolnostech, může ji velmi ovlivnit rodičovský přístup i přístup pečujících osob, ale zpravidla trvá 4 - 12 týdnů.

Čas potřebný k adaptaci závisí především na věku a psychickém vývoji dítěte. Odměnou při úspěšné adaptaci jsou dítěti nové zážitky, zkušenosti a plno kamarádů, i větší samostatnost. Celý adaptační proces je vždy velmi individuální a u každého dítěte je jinak dlouhý.



Fáze adaptačního cyklu, aneb čím si dítě prochází

Jednotlivé fáze adaptačního cyklu mohou být různě dlouhé, nelze přesně stanovit kdy se jedna fáze ukončí a začne další.

1. Období orientace

Nebo-li období pozorování. Dítě si povětšinou drží odstup. Do aktivit se příliš nezapojuje, ale vše sleduje a zpracovává informace, které vnímá. Může působit nepřístupně a uzavřeně nebo mluvit velmi potichu. Běžné je, že i doma je uzavřenější než bylo dříve.

2. Období sebeprosazování

Dítě již zpracovalo nové informace a zkušenosti z dětské skupiny. Prostředí je pro něj již známé a ví, jak to v něm funguje, jaká jsou pravidla a co se kde nachází. Získalo pocit jistoty. Zapojuje se do společných aktivit a hledá si své místo ve skupině vrstevníků. Napodobuje jeho oblíbené děti, snaží se prosadit a upoutat na sebe pozornost. Může docházet k různým konfliktům a rozepřím. I doma může být v této fázi více náladové a nevyrovnané. Potřebuje od Vás více cítit podporu, pocit jistoty a bezpečí.

3. Období zvláštních opatření

Dítě se snaží najít a upevnit svou pozici ve skupině. Dochází k navazování kontaktů s oblíbenými dětmi, pozornost věnuje pouze konkrétnímu dítěti nikoliv celé skupině. Doma může být více unavené, tzv. duchem nepřítomné.

4. Období ukončení adaptace

Po přibližně 4 týdnech dochází k ukončení adaptace. Dítě má pevně zakotvené postavení ve skupině - přijalo svou pozici mezi ostatními dětmi. Zná a respektuje pravidla i hodnoty dětské skupiny, s pečujícími osobami navázalo vztah, který je založen na důvěře a jistotě. Pečující osoba je v případě potřeby schopná poskytnout podporu.



Aby adaptace byla co nejhladší

Adaptační proces není o striktním dodržování psaných pravidel, ale jde o citlivou spolupráci na straně personálu dětské skupiny a rodičů na základě individuálních potřeb daného dítěte.

Úvodní schůzka

- seznámení s pečujícími osobami a prostředím dětské skupiny
- zodpovězení případných otázek
- předání potřebných dokumentů

Povídejte si spolu

- povídejte si spolu o tom, co ho ve skupince čeká
- popište mu jak bude probíhat den
- děti jsou klidnější, pokud ví, co se bude dít

První dny v dětském kolektivu

- na začátku prvního dne je možné, aby byl domluvenou dobu rodič s dítětem v prostorách dětské skupiny
- pečující osoba se snaží nenásilnou formou zapojovat dítě do aktivit
- po rozloučení s dítětem rodič odchází
- dobu, po kterou dítě první dny zůstává v dětské skupině vždy individuálně domlouváme s každým rodičem

Používejte stejné rituály

- snažte se dítě vodit ve stejnou dobu
- odchod mu spojte s konkrétní událostí - po obědě, po svačině, po kroužku ...
 - pro dítě je důležité vědět, že pobyt v dětské skupině je časově omezen a vy si jej vždy vyzvednete
 - při vyzvedávání může dítě reagovat pláčem, jedná se o naprosto přirozenou reakci
- neprodlužujte ranní loučení
 - dítě z Vás velmi snadno vycítí Vaše emoce a nejistotu a přejímá ji
 - prodlužování loučení prodlužuje i pláč dítěte
- neodcházejte "natajno" a bez rozloučení



Bud'te citliví a trpěliví

- povídejte si o to, co dítě během dne zažilo
 - v pravidelných intervalech Vám do komunikační aplikace Twigsee přidáváme shrnutí a fotografie z dění v dětské skupině
- ujišťujte ho o tom, že ho stále máte rádi, že do dětské skupiny nechodí pro to, že s ním nechcete být nebo že na něj nemáte čas, ale že každý má své povinnosti - vy práci a vaše dítě dětskou skupinu

Oblíbený plyšák nebo hračka

- nechte dítěti vzít si jeho oblíbenou hračku
- pomůžte jim to se cítit jistěji a blíž vám v novém prostředí

První týden s úsměvem a pak slzičky

První dny bývají děti v dětské skupině nadšené. Po pár návštěvách jim ale dojde, že docházka je trvalá a může dojít k "první krizi". Dítě ráno intenzivně pláče, vzteká se, že nechce do dětské skupiny, může se i například znovu začít pomočovat. Velmi často tato krize nemá objektivní příčinu, protože dítě je v dětské skupině spokojené. Nezálekněte se toho, jedná se o přirozenou součást adaptačního cyklu. Nejdéle do 3-4 měsíců by měly obtížně odeznít. Pokud přetrvávají je vhodné tuto situaci konzultovat i s pediatrem a ze strany dětské skupiny může dojít k doporučení odkladu docházky. Tato situace je ale velmi výjimečná.

Nepřítelem adaptace jsou běžné dětské nemoci. Přispívá tomu i fakt, že je dítě vlivem nástupu do kolektivu i psychicky oslabené a nemá plně dozrálý imunitní systém. To znamená, že je vůči nemocem celkově méně odolné. Počítejte s tím, že začátek nástupu do dětského kolektivu je spojen i s vyšší nemocností. Vhodné je se zamyslet na řešení péče o dítě v případě nemoci a jejího dostatečného doléčení. Nedoléčenému dítěti nemusí být ještě úplně dobře a nepřispívá to k jeho dobré zkušenosti s dětskou skupinou a také to má velký vliv na nekonečný koloběh nemocí.



Konzultace

Kdykoliv budete potřebovat, stačí zavolat nebo napsat SMS či e-mail a můžeme se sejít a probrat, co trápí Vás nebo Vaše děti. Sami píšeme u nových dětí rodičům informační SMS, aby neměli obavy. Stejně tak se Vám můžeme ozvat my, pokud bychom se s Vámi potřebovaly poradit. Adaptační proces je náročný nejen pro dítě, ale i pro samotné rodiče, kteří mohou prožívat různé obavy. Čím lépe se Vám podaří své obavy zpracovat, tím více usnadníte adaptaci dítěte. Neváhejte proto být s námi v kontaktu a kdykoliv se doptat na to, co Vás zajímá.

Individuální přístup

Nově přichozím dětem věnujeme zvýšenou individuální péči. Nenutíme je do společných aktivit ani do jídla. Samozřejmostí je individuální přístup k dětem, citlivé přijetí, klidné vystupování, tolerance a vcítění se do situace dítěte. Dítě je třeba si získat, zaujmout jej, nadchnout, upoutat, a usnadnit mu novou situaci tak, aby pečující osobu přijalo jako dalšího člověka, ke kterému postupně získá důvěru.

Závěr

Dětská skupina je, i přes veškeré případné problémy při adaptaci, obrovským přínosem do života. Dítě se tu naučí sociálním dovednostem, díky nimž bude schopnější obstát v kolektivu, uhájit si své místo, spolupracovat, soupeřit i uznávat jinou autoritu. Dětská skupina vlastně představuje první krok k osamostatnění vašeho dítěte.

S jakýmikoliv dotazy, připomínkami, problémy, náměty se obračejte na vedoucí dětské skupiny popřípadě na pečující osoby. V našem společném zájmu je, aby byly děti v Dětské skupině U Mominky šťastné a spokojené. Jedině tak budou schopné se přirozenou cestou rozvíjet.