

Adaptační plán pro nově příchozí děti do dětské skupiny Dolní Libchava

Malá Medvídátk a Medvídátko

Vážení rodiče,

prostřednictvím adaptačního plánu Vám nabízíme možnost, jak zvládnout bezproblémový a co nejméně stresující přechod dětí z rodinného prostředí do kolektivu dětské skupiny (DS). Věříme, že spokojené dítě, přicházející a odcházející z DS, šťastné a těší se na každý den, bude radostí naší i Vaší. Jsme si vědomi toho, že vstup každého dítěte do DS patří k významným událostem v životě dítěte i celé rodiny a je zásadním zásahem do dosavadních zvyklostí. Dítě přestává být středem dění ve své rodině a stává se součástí společenství, ve kterém bude muset společně s ostatními dětmi dodržovat určitá pravidla.

Čím dítě na začátku adaptačního cyklu prochází:

- Máma a táta nejsou po určitou část dne k dispozici.
- Dítě se musí naučit respektovat nová pravidla.
- Učí se sžít s novým kolektivem a prostředím.
- Učí se důvěře k jiným dospělým než k rodičům.

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.

- Při samotném nástupu doporučujeme dobu strávenou v DS postupně prodlužovat dle možností rodičů, a hlavně psychických limitů dítěte.
- Určitě **NEDOPORUČUJEME** dát dítě bez přípravy do DS na celý den!

Rady pro rodiče pro co nejhladší a nejrychlejší adaptaci:

- Rozvrhněte čas tak aby, dítě nebylo stresováno spěchem při příchodu ani odchodu z DS.
- První adaptační den tráví dítě v DS čas pouze do 9:30 hodin. Po domluvě s rodiči může dítě i další dny trávit čas v DS pouze na 2 hodiny od 8:00-10:00 hodin.
- Délka adaptace je u každého dítěte individuální. U někoho může trvat několik dní, u jiného i několik týdnů.
- Vodte dítě do DS vždy ve stejném čase a vyzvedávejte je, pokud možno ve stejnou hodinu. Používejte konkrétní údaje o tom, kdy je vyzvednete – po obědě, po svačince, nejen obecné jako brzy, za chvíli, po práci apod.

- Zbytečně neprodlužujte ranní loučení a nevyvolávejte v dítěti lítost nad vzájemným odloučením. Pokud bude dítě plakat, buďte přívětiví, ale i rozhodní. Děti hodně vycítí emoce, nejistoty rodičů a někdy je to pro ně náročnější. Prodlužováním loučení prodlužujete pláč dítěte. Neodcházejte však bez rozloučení. Není také vhodné slibovat odměny typu: když nebudeš plakat, tak a je důležité dávat sliby, které splníte (přijdu za chvíli, po obědě...).
- Pokud rodič nese předávání dítěte těžce, je lepší na pár dní-týdnů posílat klidně druhého rodiče.
- Pečující osoby při předávání dítěte rodičům povypráví, jak dítě pobyt v DS prožilo a je již na rodičích, zda budou chtít položit doplňující otázky o prožití jejich dítěte v DS. Možná se dozvíte, že když ze skupinky 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.
- 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 – to mu rozhodně neprospěje.
- Vyprávějte si o tom, co dítě ve skupině 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 skupinku.

Co zajišťujeme pro co nejhladší adaptaci dítěte:

- Úvodní schůzka s rodiči
Úvodní schůzka s rodiči nově přijatých dětí se týká informací o provozu školky, předání potřebných dokumentů k nástupu do DS, jak pomoci dítěti k nástupu a zodpovězení otázek rodičů. Při této příležitosti mohou být děti přítomny v DS a seznamovat se s jejím prostředím.
- Přibalte dítěti mazlíčka
Dovolte dítěti, aby si s sebou vzal do DS svou oblíbenou hračku, např. plyšovou. Existence pevného bodu, známe osoby nebo předmětu v cizí situaci zmenšuje nejistotu a případný strach z neznámého prostředí.
- Individuální přístup
Nově příchozím dětem věnujeme zvýšenou individuální péči. Nenutíme děti do společných aktivit ani do jídla. Individuální přístup k dětem, citlivé přijetí, klidné vystupování, tolerance, vcítění se do situace dítěte, dítě je třeba získat, zaujmout, nadchnout, upoutat, a usnadnit mu novou situaci tak, aby pečující osobu (tetu) přijalo jako dalšího člověka, ke kterému postupně získá důvěru.

- Konzultace

Kdykoliv budete potřebovat, stačí zavolat do DS (725 884 175 nebo 487 871 377) nebo napsat SMS nebo e-mail a můžeme se sejít a probrat, co trápí Vás nebo Vaše děti. Sami píšeme a posíláme fotku nových dětí, které jsou více plačtivé maminkám, aby neměly 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.

První týden s úsměvem a pak slzičky

- První týden bývají děti v DS nadšené. Zhruba po pár dnech může, ale nemusí nastat první krize. Dítěti dochází, že docházka do DS je napořád. To v dětech vyvolává obrannou reakci, jako je například ranní pláč, znovu počůrávání či vztekání cestou do školičky nebo v šatně. Někdy přijdou adaptační obtíže až po pár týdnech bezproblémové docházky a nemusí to mít žádnou objektivní příčinu. Nebojte se, tímto prochází velká část dětí a je to zcela přirozená součást adaptačního cyklu na DS. Pokud se objeví adaptační problémy, budeme hledat společně individuální řešení v zájmu dítěte.
- Toto by mělo nejdéle do 3 měsíců odeznít. Při přetrvávajících potížích s adaptací a po konzultaci s pediatrem je doporučení vedoucí DS odklad docházky. K tomuto dochází zcela výjimečně.
- Bohužel od nástupu do DS mohou dětem ztěžovat adaptaci opakující se nemoci, kdy dítě přijde z rodinného kruhu do dětského kolektivu po delší době. Míra stresu je po nástupu do nového prostředí vysoká. Stejně jako u Vás rodičů, když máme přejít do jiné práce. Dítě je psychicky oslabené, a na rozdíl od Vás nemá ještě dozrálý imunitní systém a je vůči nemocem méně odolné. Počítejte teda předem s tím, že dítě bude ještě potřebovat Vaši zvýšenou pozornost a promyslete, jak budete řešit ošetřování dítěte v případě nemoci. Nedoléčené děti přispívají k nekonečnému koloběhu nemocí, a tím k prodlužování adaptačního procesu. Navíc dítěti nedoléčenému není ve školce dobře a nepřispívá to k jeho dobré zkušenosti se skupinkou.
- Náš i Váš cíl = bezproblémový a co nejméně stresující přechod dětí z rodinného prostředí do kolektivu DS a hlavně, aby děti přicházely a odcházely z DS spokojené a těšily se na každý den s námi! 😊

Závěr

- Dětská skupina je 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 jakýmkoliv dotazy, připomínkami, problémy, náměty se obračejte na vedoucí dětské skupiny, popřípadě na pečující osoby. Je přeci v našem společném zájmu, aby byly děti ve školce šťastné a spokojené. Jedině tak budou v naší školičce zdravé a schopné se přirozenou cestou rozvíjet.

Adaptační dvanáctero pro rodiče

- Dbejte na to, aby předávání dítěte do dětské skupiny proběhlo v klidu, bez nervozity z vaší strany. Dítě tento stav rychle vycítí a je pak samo neklidné a nervózní.
- Rozlučte se s dítětem v šatně krátce. Zároveň ale neodcházejte ve spěchu nebo dokonce tajně. Po svém rozloučení se již nevracejte, dítě to nijak neuklidní, naopak jej to rozlící.
- Věřte, že chůvy dokážou dítě utišit, když je to potřeba. Jen dejte dítěti čas a prostor pro to, aby je více poznalo. I my dáme dítěti čas a prostor na to, aby si na naši dětskou skupinu zvyklo.
- Plňte své sliby. Když například řeknete dítěti, že ho vyzvednete po obědě, opravdu po obědě pro dítě přijďte. Dítě tak získá pocit, že se na vás může spolehnout a nebude mít obavy z odloučení.
- Komunikujte s pečujícím personálem.
- Přibalte dítěti do dětské skupiny oblíbenou plyšovou hračku, plenu nebo mazlíčka na spaní.
- Nenechte se obměkčit a buďte důslední. Dítěti nepřiznávejte, že je vám také smutno a stýská se vám.
- Dítě za zvládnutý pobyt v dětské skupině pochvalte a povzbudte jej k další docházce. Není však vhodné slibovat dítěti předem odměny, jelikož se ke strachu z nového prostředí a lidí přidá i strach ze selhání a neobdržení slíbené odměny. Navíc poté bude onu odměnu vyžadovat pravidelně.
- Používejte s dítětem stejné ranní rituály, například chodte do dětské skupiny vždy stejnou cestou a používejte stejný rituál při loučení.
- Dbejte na pravidelnou docházku, pro dítě je důležitá bezpečná a předvídatelná rutina.
- Mějte na paměti, že se v případě přerušení adaptačního procesu z důvodu nemoci dítěte adaptace adekvátně prodluží.
- Dítě za problémy s přivykáním nikdy netrestejte. Naopak buďte trpěliví, vše má svůj čas.

Věříme, že společnými silami vše zvládneme a překonáme. Jsme tu pro Vás a Vaše děti.

