

ADAPTAČNÍ PROGRAM

Nástup dítěte do dětské skupiny je velkou změnou nejen pro dítě, ale i pro Vás jako rodiče. 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. Proto je důležité, aby dítě prošlo adaptačním procesem, ve kterém mají svou nezastupitelnou pozici a vliv i rodiče a pečující personál.

Adaptačním obdobím rozumíme období nástupu dítěte do zařízení, tedy do dětské skupiny, kde se dítě seznamuje s fungováním zařízení, jeho prostředím a osvojuje si základní pravidla, ale také si postupně zvyká na odloučení od rodičů. Pro dítě je důležité vědět, že pobyt v dětské skupině je časově omezen a rodiče si jej vždy vyzvednou. Toto období může trvat u dětí různě dlouho, obecně se uvádí doba mezi cca 4 týdny až 3 měsíci, jeho trvání je závislé na osobnostních faktorech dítěte, přístupu rodičů a pečujících osob. Výsledkem úspěšné adaptace dítěte na dětskou skupinu se projeví tím, že dítě zvládá pobyt v dětské skupině, je zde spokojené, rozvíjí si své schopnosti a dovednosti, tvoří si vazby s pečujícím personálem a dětmi.

V Naší DS „U Skřítků“

1. den 8 – 10 hod.
2. den 8 – 11:30 hod. S procházkou bez oběda
3. den 8 – 11:30 hod. S procházkou s obědem
4. den podle adaptace můžeme zkusit dát dítě spát a nebo bude ještě nějaký čas chodit po obědě
5. a další dny jsou na individuální domluvě s pečující osobou

Zásady pro rodiče aneb jak na snadnější adaptaci dítěte v dětské skupině:

1. Jistá míra obav, strachu je u dítěte batolecího věku zcela v pořádku a svědčí to o jeho dostatečném naplňování jeho potřeb ze strany rodičů a také citové vazbě k nim.
2. Pokud plánujeme nástup dítěte v batolecím věku do dětské skupiny, neplánujme současně pokud možno příliš mnoho dalších významných změn v životě (např. nástup do zaměstnání v úplně stejný termín, narození sourozence, apod.), dítě by mohlo všechny změny těžce zvládat a adaptace by probíhala delší dobu.
3. Na nástupu dítěte do dětské skupiny pracujeme s dostatečným časovým předstihem ještě před samotným zahájením docházky. S dítětem si povídáme o dětské skupině, o tom, jak to v ní chodí apod. (pokud je to možné, můžete spolu nějakou dětskou skupinu navštívit). Vždy ujišťujeme dítě, že si pro něj opět přijdeme.
4. Věnujme podobný čas i sobě, i my, rodiče se potřebujeme 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 u dítěte nechceme vyvolat.

- 5.** Adaptace dítěte je individuální proces, každé dítě si může zvykat různou dobu, překonávat různé počáteční potíže. Může se ukázat, že dítěti vstup do institucionální péče neprospívá a pro jeho zdravý vývoj je lepší počkat s nástupem o několik měsíců. Důležité je také pracovat s tím, že adaptační období může trvat 1 až 3 měsíce, a to při pravidelném docházení dítěte do skupiny (tzn. pokud dítě dochází do dětské skupin například pouze 2x v týdnu, a do toho je každý druhý týden nemocné, adaptační proces se prodlužuje), neměli bychom tudíž dělat předčasné závěry a možné adaptační problémy porovnávat se zkušenostmi jiných rodičů.
- 6.** Je důležité vnímat změny v chování dítěte, komunikovat s dítětem, ne každé dítě reaguje na odloučení a stres pláčem. Další projevy v adaptačním procesu mohou být nechutenství, změny v komunikační potřebě, uzavření se do sebe, strhávání pozornosti na sebe. Vše je nutné konzultovat s pečujícím personálem, aby mohl dítěti tu správnou oporu a ulehčit proces adaptace.
- 7.** Základem zvládnutí adaptačního období je intenzivní komunikace rodiny a pracovníků dětské skupiny, zpětná vazba a hledání individuálních řešení.

Shrnutí postupů, které mohou adaptaci usnadnit

- 1.** Postupné si zvykání na nové prostředí, nejprve za přítomnosti rodiče. První dny se doporučuje docházka pouze na několik málo hodin, postupné prodlužování času v dětské skupině.
- 2.** Přívětivé, ale neprodužované loučení.
- 3.** Povídání si s dítětem o tom, co v dětské skupině dělalo, jaké to pro něj bylo, apod. (Zde je důležité, aby měl rodič možnost seznámit se s konkrétním denním programem dětské skupiny, aby jeho dotazy mohly být konkrétní.)
- 4.** Dobrovolnost zapojení dítěte do jednotlivých aktivit.
- 5.** Pravidelnost docházky v dohodnuté dny, výjimky dělat jen z opravdu zásadních důvodů.
- 6.** Pozitivní motivace dítěte, ale bez nutností odměny (dárku) za každý den v dětské skupině, ale umožnění vzít si s sebou například oblíbenou hračku, která mu umožní navodit si ve skupině pocit bezpečí.
- 7.** Dodržování všech slibů, které dítěti dáme.
- 8.** Respektování individuálního procesu adaptace, trpělivost a citlivost. Nepochybně s druhými dětmi, každé dítě je jedinečné, stejně tak jeho situace.
- 9.** Aktivní spolupráce s personálem dětské skupiny, důvěra v jejich kompetence.
- 10.** Aktivní komunikace personálu s dětmi i v období, kdy ještě samy produkují řeč jen minimálně (popisujeme prováděné aktivity, využíváme vizualizačních prvků a prvků neverbální komunikace).

Jak již bylo několikrát zdůrazněno, adaptační období může být klíčové pro úspěšné zařazení dítěte do skupiny, pokud je dobře zvládnutý, dítě se naučí překonat odloučení od rodiny a může si začít užívat aktivity, které mu skupina nabízí. **Hlavním cílem je, aby se dítě cítilo ve skupině bezpečně, aby se cítilo přijímané a aby pochopilo a přijalo denní režim zařízení.** Není třeba se znepokojovat drobnými překážkami v adaptačním procesu (nemoc dítěte, obtíže při loučení s rodiči), jde spíše o to, snažit se je konstruktivně řešit.

Věřte, že v naší skupině nám jde především o to, aby si u nás dítě budovalo zdravé sebevědomí, cítilo se důležitě, významně, jedinečně, rozvíjelo se dle svých zájmu, a odcházelo a přicházelo s úsměvem na rtech. Respektujeme jedinečnost každého dítěte.