

Adaptační plán pro nově příchozí děti do dětské skupiny Krokodýlek

Vážení rodiče,

jsme si vědomi toho, že vstup dítěte do dětské skupiny patří k významným událostem v životě dítěte i celé rodiny. Prostřednictvím adaptačního plánu Vám nabízíme možnost, jak zvládnout bezproblémový a co nejméně stresující přechod dětí z rodinného prostředí do kolektivu dětské skupiny. Věříme, že spokojené dítě, přicházející a odcházející z dětské skupiny, šťastné a těšící se na každý den, bude radostí naší i Vaší.

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 s prostředím
- Učí se důvěře k jiným dospělým než k rodičům

Čas potřebný k adaptaci závisí především na věku, psychickém vývoji i povaze dítěte. Také v mnohém záleží na celkovém přístupu k nově vzniklé situaci ze strany nejen dětí, ale i rodičů

Odměnou při úspěšné adaptaci jsou dítěti nové zážitky, zkušenosti a plno kamarádů, i větší samostatnost.

Rady pro rodiče pro co nejhladší a nejrychlejší adaptaci

- ved'te je k samostatnosti (při oblékání, obouvání, stolování, hygieně)
- vyzkoušejte si, jak prožívá odloučení (přespání u babičky, u kamaráda)
- mluvejte s dítětem o dětské skupině v pozitivním smyslu, nestrašte je
- vysvětlujte mu, co je vhodné a nevhodné chování
- nastavujte pravidla, trvejte na jejich dodržování a sami je dodržujte
- ved'te je k bezpečnému chování na procházce
- snažte se denní režim přizpůsobit režimu v dětské skupině (ranní vstávání, doba oběda a odpočinku...)
- i když Vaše dítě doma nespí, dávejte je alespoň na chvíli odpočinout

Jak usnadnit adaptaci při a po nástupu do dětské skupiny?

Nespěchejte

Rozvrhněte čas, tak aby, dítě nebylo stresováno spěchem při příchodu ani odchodu z dětské skupiny.

První den

Příchod do DS do 8:00 hodin. Najděte dítěti v šatně svou značku. Pomozte mu v seznámení s pečující osobou a novými kamarády. Společně si krátce pohrajte.

Předání dítěte pečující osobě

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 potají, 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.

První týden (vyzvedávání po obědě)

Pokud chcete Vaše dítě přivykat na celodenní režim postupně, je možné si ho vyzvedávat již po obědě, a to v době 11:45 – 12:00. Prosíme o dodržování určených časů. Další týdny vyzvedávejte dle Vašeho uvážení a dle potřeb dítěte. Ze zkušeností však můžeme doporučit toto období neprotahovat a pro většinu dětí je příjemnější mít od začátku zavedený stejný režim dne.

Dodržujte rituály

Vod'te dítě do dětské skupiny vždy ve stejném čase a vyzvedávejte je, pokud možno ve stejnou hodinu.

Používejte konkrétní údaje o tom, kdy je vyzvednete a kdo je vyzvedne – po obědě, po svačince, nejen obecné jako brzy, za chvíli, po práci apod.

Předávání dětí rodičům

Pečující osoby při předávání dítěte rodičům povypráví, jak dítě pobyt v dětské skupině prožilo a je již na rodičích, zda budou chtít položit doplňující otázky o prožití jejich dítěte v dětské skupině. 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 dětské skupině pochvalte. Pozitivně motivujte. Vyzdvihněte jeho pěkné zážitky.

Vyzvedávání dětí

Při vyzvedávání dítěte z dětské skupiny 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.

Bud'te citliví a trpěliví

Vyprávějte si o tom, co dítě ve školce dělalo a co nového se naučilo. Ujistěte dítě, že je do dětské skupiny neodkládáte. Vysvětlete mu, že ho máte rádi a že nechodí do dětské skupiny proto, že na něj nemáte čas, nebo že s ním nechcete být doma. Každý má své povinnosti – vy práci, vaše dítě školičku.

Co zajišťujeme pro co nejladší 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 dětské skupiny, jak pomoci dítěti k nástupu a zodpovězení otázek rodičů.

Přinesení posledních věcí do dětské skupiny

Den před nástupem do dětské skupiny (31.8.). Podrobné zjišťování informací o dětech (zvyky, potřeby apod.). Předání všech věcí pro děti do šatny, aby se 1. den nástupu řešilo jen předání dětí a seznámení s pečujícími osobami.

Oblíbený plyšák, polštář

Dovolte dítěti, aby si s sebou vzal do dětské skupiny svou oblíbenou hračku (plyšáka). Existence pevného bodu, známe osoby nebo předmětu v cizí situaci zmenšuje nejistotu a případný strach z neznámého prostředí. Prosíme však o nenošení autíček, malých, drahých nebo nebezpečných hraček do dětské skupiny.

Konzultace

Kdykoliv budete potřebovat, stačí zavolat do dětské skupiny (792 765 918) nebo napsat SMS a můžeme se sejít a probrat, co trápí Vás nebo Vaše děti. Stejně tak se Vám můžeme ozvat my, pokud bychom se s Vámi potřebovaly poradit. Berte, ale prosím na vědomí, že se hlavně věnujeme Vaším dětem a telefony či SMS vyřídíme, v co nejbližší volné době. 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 dětské skupině nadšené. Zhruba po pár dnech může, ale nemusí nastat první krize. Dítěti dochází, že docházka do dětské skupiny 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. 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 doporučeno vedoucí dětské skupiny odklad docházky. K tomuto dochází zcela výjimečně.

Bohužel od nástupu do dětské skupiny 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 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 školičkou.

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 dětské skupiny spokojené a těšily se na každý den s námi!

Závěr

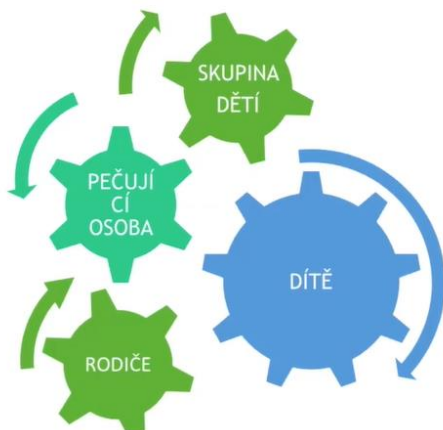
Dětská skupina je přes veškeré případné problémy při adaptaci obrovským přínosem do života. Dítě se tu naučí sociálním dovednostem, díky nimž bude schopnější obstát v kolektivu, uhájit si své místo, spolupracovat, soupeřit i uznávat jinou autoritu. Dětská skupina vlastně představuje první krok k osamostatnění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

S jakýmkoliv dotazy, připomínkami, problémy, náměty se obraťte na vedoucí dětské skupiny popřípadě na pečující osoby. Je přeci v našem společném zájmu, aby byly děti v dětské skupině šťastné a spokojené.

SPOLU TO ZVLÁDNEME.

Adaptace závisí na Vaší spolupráci, účasti účasti a ztotožnění se s účastí dítěte v DS. Doba adaptačního procesu závisí na osobnosti dítěte i citovém poutu k rodině a je individuální. Tímto procesem musí projít každé dítě.

ADAPTAČNÍ PROCES – KONTEXT



Desatero pro rodiče

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

Vypracovala: Lucie Mayerová hlavní pečující osoba