

ADAPTAČNÍ PLÁN PRO NOVĚ PŘÍCHOZÍ DĚTI DO DĚTSKÉ SKUPINY DUHOVKA



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 těšící 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 společnosti, 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 den příchod do DS v 8:00 hodin.
- Najděte dítěti v šatně svou značku, která mu je přidělena.
- 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

- Délka adaptace je u každého dítěte individuální. U někoho může trvat několik dní, u jiného i několik týdnů.
- Používejte stejné rituály.
- Vod'te 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 obecně jako brzy, za chvíli, po práci apod.

Předání dítěte pečující osobě (chůvě)

- 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 tajně, 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.

Předávání dětí rodičům

- 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 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 – to mu rozhodně neprospěje. Buďte citliví a trpěliví Vyprávějte si o tom, co dítě ve školce 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 „školičku“.

Co děláme pro co nejlhadší 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.
- Úvodní schůzka s rodiči bývá z pravidla v odpoledních hodinách po 15 hodině. Může být individuální – po dohodě nebo skupinová.
- Přibalte dítěti mazlíčka.
- Dovolte dítěti, aby si s sebou vzal do DS svou oblíbenou hračku, např. plyšáka. Existence pevného bodu, známé osoby nebo předmětu v cizí situaci zmenšuje nejistotu a případný strach z neznámého prostředí.

Individuální přístup

- Nově přichozím 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 (chůvu) přijalo jako dalšího člověka, ke kterému postupně získá důvěru.

Konzultace

- Kdykoliv budete potřebovat, stačí zavolat do DS (603187361) nebo napsat SMS nebo e-mail a můžeme se sejít a probrat, co trápí Vás nebo Vaše děti. Sami píšeme u nových dětí maminkám informační SMS, 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 školičkou.

Společný 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 obraťte na vedoucí dětské skupiny popřípadě na pečující osoby. Je přeci v našem společném zájmu, aby byly děti v DS šťastné a spokojené. Jedině tak budou v naší "školičce" zdravé a schopné se přirozenou cestou rozvíjet.

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 DS 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

Za kolektiv pečujících osob Dětské skupiny Duhovka

Mgr. Renata Jarošová, ředitelka DS Duhovka

V Drastech 2.1.2023