Dětská skupina Králíčci

Adaptační program k nástupu do Dětské skupiny Králíčci Klopina

Dětská skupina Králíčci zajišťuje primárně péči o děti ve věku od 1 roku až do 6 let dle kapacity. Adaptační plán zohledňuje nejčastější nástupní věk dítěte 1,5 – 2,5 roku.

Dětská skupina Králíčci má zpracovaný adaptační program, který napomáhá všem účastníkům toho procesu (rodičům, dětem i pečujícím osobám) zvládnout adaptaci a nástup do dětské skupiny. Tento adaptační program je inspirován publikací MPSV **„Adaptační program pro děti v DS s akcentem na věková a vývojová specifika“**, Hana Sotáková a PhDr. Pavla Presslerová, PhD.

Nástup dítěte do dětské skupiny je velkou změnou nejen pro dítě, ale i pro vás rodiče. Je pochopitelné, že ze začátku můžete přicházet do dětské skupiny s jistou mírou nejistoty a obav.

Adaptační období

Adaptačním obdobím rozumíme období nástupu dítěte do dětské skupiny, kde se dítě seznamuje s fungováním zařízení, jeho prostředím a osvojuje si základní pravidla a 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 projevuje tím, že dítě zvládá pobyt v dětské skupině, je zde spokojené, rozvíjí své schopnosti a dovednosti, tvoří si vazby s pečujícími osobami a dalšími dětmi.

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

• 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.

• Pokud plánujete nástup dítěte do dětské skupiny v batolecím věku, neplánujte současně (pokud možno) příliš mnoho dalších významných změn v životě dítěte (např. stěhování, odplenkování těsně před nástupem, odebrání dudlíku apod.) - dítě by mohlo všechny změny těžce zvládat a adaptace by probíhala delší dobu.

• Na nástupu dítěte do dětské skupiny pracujte s dostatečným časovým předstihem ještě před samotným zahájením docházky. S dítětem si povídejte o dětské skupině, o tom, jak to v ní chodí apod. Pokud je to možné, spolu s ním dětskou skupinu navštivte, aby dítě mělo konkrétní představu, co to dětská skupina je.

• V průběhu adaptace může dojít ke krátkodobé regresi v již zvládnutých dovednostech (např. může dojít k počůrávání u již odplenkovaných dětí, regresi v chování). Není třeba se tímto znepokojovat, jedná se o běžnou součást adaptace, která zpravidla sama odezní.

Desatero pro snadnější vstup do Dětské skupiny králíčci

1. Mluvte s dítětem o tom, jak to v DS vypadá a co ho čeká.
2. Zvykejte ho na postupné odloučení. Při odchodu láskyplně a s jistotou řekněte, že odcházíte, ale ujistěte dítě, že se vrátíte. Dítě potřebuje vědět, že se na vás může spolehnout.
3. Veďte dítě k samostatnosti v hygieně, oblékání a jídle. Dítě by mělo být zvyklé na tuhou stravu a umět jíst u stolu.
4. Ráno se snažte při předání a rozloučení s dítětem čas v šatně neprodlužovat. Je vhodné se s dítětem krátce rozloučit a sdělit mu, kdo a kdy si ho vyzvedne. Předem si můžete vymyslet společný rituál loučení. Je možné, že dítě bude plakat, v tu chvíli buďte laskaví, ale i rozhodní.
5. Dejte dítěti s sebou něco důvěrného – plyšáka, hračku, látkovou plenku. Oblíbený předmět umožní navodit dítěti pocit bezpečí.
6. Obzvláště na začátku adaptačního období je důležitá pravidelnost docházky v dohodnuté dny. Pro adaptaci je důležitý pravidelný denní režim – opakující činnosti, které probíhají každý den. Vodte dítě do DS vždy ve stejném čase a vyzvedávejte je (pokud možno) v podobnou hodinu. Pomáhají také pravidelné rituály.
7. Dodržujte postupnou adaptaci dítěte v DS (doporučený adaptační plán). Postupné si zvykání na nové prostředí pomáhá, nejprve za přítomnosti rodiče (návštěva před nástupem). První dny se doporučuje docházka pouze na několik málo hodin, postupně se čas v dětské skupině prodlužuje (odchod domů nejprve před dopolední svačinkou, potom před obědem, později celodenní režim se spinkáním). Vždy se domlouvání dle individuálních potřeb dítěte a toho, jak adaptaci zvládá. Důležitá je pravidelnost a návaznost, proto doporučujeme docházku ve dnech na sebe navazujících.
8. Aktivně spolupracujte s pečujícími osobami dětské skupiny, mějte důvěru v jejich kompetence. Průběžně vás budou o průběhu adaptace informovat.
9. Povídejte si s dítětem o tom, co v dětské skupině dělalo, jaké to pro něj bylo apod. Dítě za zvládnutý pobyt v DS pochvalte a vyzdvihněte jeho pěkné zážitky.
10. Respektujte individuální proces adaptace, je potřeba trpělivost a citlivost. Neporovnávejte své dítě s druhými dětmi, každé dítě je jedinečné, stejně tak jeho situace.

Jak již bylo několikrát zdůrazněno, adaptační období může být klíčové pro úspěšné zařazení dítěte do dětské skupiny, pokud je dobře zvládnuté, dítě se naučí překonat odloučení od rodiny a může si začít užívat aktivity, které mu dětská skupina nabízí. Hlavním cílem je, aby se dítě cítilo 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.

Dětská skupina králíčci

Mějte na paměti, že dítě se s nástupem do dětské skupiny setká s novými situacemi:

- Vyrovnat se s odloučením od rodičů.
- Navázat nové vztahy s pečujícími osobami, které se zároveň věnují i jiným dětem.
- Vyrovnat se s tím, že přestává být středem zájmu, jako bývalo v rodině.
- Poznat další styl výchovy a přístupu.
- Navázat vztah s ostatními dětmi a dělit se o pozornost pečujících osob, o hračky apod. Dítě si musí zaujmout určitou sociální pozici, osvojit si svou roli ve skupině, způsob spolupráce ale i způsob řešení konfliktních situací.
- Přizpůsobit se pravidelné docházce, tedy uzpůsobit denní režim a přizpůsobit se mu.
- Přijmout nová pravidla a hranice z něj plynoucí.
- Poznat nové prostředí, hernu, zahradu.
- Naučit se pravidelnosti stravování, novým chutím podávaných jídel, společnému stravování a jisté míře samostatnosti v sebeobsluze (osobní hygiena, oblékání a stolování).
- Zvládnout říct si o pomoc (např. hygieně, oznamování pocitu žízně či hladu, při stolování apod.).

Co děláme pro hladší průběh adaptace:

• **Úvodní setkání s rodiči a dítětem**

Úvodní setkání s rodiči a dítětem bývá zpravidla v odpolední čas před nástupem do DS. Rodiče obdrží veškeré informace o provozu DS, mohou se zeptat na jakékoliv otázky, proběhne možnost poskytnutí rad, jak projít bezproblémovým adaptačním obdobím. Rodiče i dítě se seznámí s prostředím DS před zahájením provozu.

• **Individuální přístup**

Nově příchozím dětem věnujeme zvýšenou péči, individuální přístup, citlivé přijetí, klidné vystupování, toleranci. Dítě je třeba získat, zaujmout, nadchnout, upoutat a usnadnit mu novou situaci tak, aby pečující osobu přijalo jako dalšího člověka, ke kterému si postupně získá důvěru.

• **Sledování vývoje dítěte**

Pečující osoby kontinuálně pozorují a vyhodnocují průběh adaptačního procesu a vývoj dítěte. Všechny poznatky pečující osoby průběžně sdělují rodičům, se kterými úzce spolupracují.

• **Konzultace**

Rodičům nabízíme konzultace emailovou i osobní formou. Adaptační proces je náročný nejen pro dítě, ale i pro samotné rodiče, kteří mohou prožívat různé obavy. Ve chvíli, kdy své obavy zpracujete, usnadníte adaptaci i vašemu dítěti. Neváhejte proto být s námi v kontaktu a kdykoliv se informovat o tom, co vás zajímá.

Naším cílem je bezproblémový a co nejméně stresující přechod dětí z rodinného prostředí do kolektivu DS. Pevně věříme, že společně nástup dětí do dětské skupiny a jejich adaptaci zvládneme, a moc si přejeme, aby se jim u nás líbilo.