Adaptační plán pro nově příchozí děti do dětské skupiny Miniškolka Rolnička

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 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 stresování spěchem při příchodu ani odchodu z DS.

První den

Příchod do DS v 8:00 hodin. Najděte dítěti v šatně svou značku. 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

Voďte 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.

Předání dítěte pečující osobě (tetě)

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 natajno, bez rozloučení. Není také vhodné slibovat odměny tipu: 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 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 prostředí. Úvodní schůzka s rodiči bývá z pravidla dopoledne mezi 10-11 hodinou.

Přibalte dítěti mazlíčka

Dovolte dítěti, aby si s sebou vzal do DS svou oblíbenou hračku, např. plyšáka. 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 (608 480 854 nebo 608 904 077) 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 potíží 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 zvýšenu 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 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 jakýmikoliv dotazy, připomínkami, problémy, náměty se obracejte 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.

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.