

## ADAPTAČNÍ PLÁN v HANNY dětské skupině

**Postupujeme individuálně dle věku dítěte a seznámíme s ním rodiče.**

Plánujete nástup dítěte do dětské skupiny? Důvodů pro toto rozhodnutí může být velké množství, od vašeho návratu do práce po snahu dopřát dítěti pár hodin ve skupině ostatních dětí. Ať už vaše rozhodnutí pramení z jakéhokoliv důvodu, čeká vás velká změna v životě. Nástup do kolektivního zařízení není změnou jen pro dítě, ale i pro rodiče. A proto je tu naše Hanny dětská skupina a její pracovníci, abychom vám tento důležitý životní krok co nejvíce usnadnili.

Je pochopitelné, že na začátku mohou z vaší strany panovat jisté obavy - často bývá naše dětský skupina prvním kolektivním zařízením, které dítě začne navštěvovat. Pro někoho to znamená první větší odloučení, první trávení času s větší skupinkou dětí i přijetí nového druhu autority. Je proto důležité, aby proběhl adaptační proces, ve kterém kromě dítěte samotného hrají významnou roli rodiče i pečující personál dětské skupiny.

Během adaptačního procesu se dítě seznámí s novým prostředím, novými kamarády, naučí se respektovat nová pravidla a autoritu ve formě pečujících osob místo rodičů.

### Jak na co nejsnazší a nejrychlejší adaptaci?

#### **1. Mluvte s dětmi**

Na dětskou skupinu dítě připravujte už dopředu doma. Mluvte s ním, že tato situace nastane. Popište mu, co se bude dít a proč. Nikdy, ale opravdu nikdy před dítětem nemluvte o tom, že do dětské skupiny jde za trest. "Počkej, ve školce tě srovnají." "Ty pořád zlobíš, už se těším až půjdeš do školky." Mohou to být věty, které zazní ve vzteku, rozčilení, ale rozhodně budoucí situaci nepomohou, a i když vás to v tu chvíli ani nenapadne, do budoucna by vás mohly velmi mrzet a adaptační proces by velmi ztížily nám všem.

#### **2. Přijďte se podívat**

Vezměte dítě a přijďte se za námi do Hanny podívat. Není nic snazšího a v dítěti se tak dá vzbudit nadšení a těšení, které je žádoucí.

V červnu můžete jesličky navštívit s dítětem 1x týdně (přesně stanovená den) od 17 – 17,30 hodin.

V červenci můžete jesličky navštívit s dítětem 2x týdně (přesně stanovené dny) od 17 – 17,30 hodin

V srpnu můžete jesličky navštívit s dítětem 3x týdně (přesně stanovené dny) od 17 – 17,30 hodin

### 3. Bud'te si svým rozhodnutím vy jako rodiče jistí

Pro dítě, které čeká jedna z jeho prvním velkých změn v životě je podstatné mít v rodičích silnou oporu. Nejistý rodič = nejisté dítě a adaptace se tím opět prodlužuje. Musíme pozitivně podporovat rodiče. Hodnotíme den s rodiči pečující osobou. Každý den informujeme o průběhu adaptačního procesu a rodiče pozitivně podporujeme. Musíme DS začlenit do rodinného světa.

### 4. První den

Nastal ten okamžik. Okamžik, kdy své dítě přenecháte v našich rukou.

Co přinést s sebou?

- Pokud jste nám je ještě neodevzdali, tak potřebujeme veškeré dokumenty, které budou řádně vyplněny.
- Za nás jako pečující osoby prosíme o pár řádek o vašem dítěti - jaké je, co ho baví, jak si s ním doma hrajete, má nějaký zvyk,... prostě vše, co vám přijde důležité a podstatné o vašem dítěti.
- Věci na převlečení a na ven - dle počasí - vše prosíme podepsat!
- Přebušky - z důvodu bezpečnosti není možné být pouze v ponožkách anebo bosky.
- Kartáček na zoubky.
- Plenky, pokud je vaše dítě ještě potřebuje.
- Pyžamko.

Po odevzdání dokumentů vám pečující osoba ukáže značku, jakou bude vaše dítě mít - tam mu můžete odložit věci.

### 5. Předávání dítěte

Nejen první den, ale i ty následující bývají ze začátku náročnější pro všechny strany.

Zbytečně neprodlužujte ranní pobyt v šatně a loučení s dítětem. Dítě předejte pečující osobě a zbytečně v něm nevyvolávejte větší lítost a stres, pokud dítě pláče, otřete mu slzičky, ale buďte pevní ve svém postoji. Dítě velmi rychle vycítí, že rodič si je nejistý, a umí toho využívat.

Velmi často dochází k situaci, kdy dítě, které vám v šatně pláče, drží se vás "zuby nehty", přestává a jde si například hrát s dětmi anebo pomazlit se s pečující osobou, jen co se za vámi zavřou dveře.

K pláči může docházet i při opačné situaci - vy jako rodič si jdete vyzvednout dítě. Je to naprosto běžná reakce a je důležité abyste dítě nelitovali a nestýskali si s ním, jak vám bylo také smutno bez něj.

### 6. Bud'te trpělivý!

Nástup do dětské skupiny vnímá každý jinak a každému trvá jinak dlouho se s novou situací vyrovnat. Může se stát, že dítě bude do dětské skupiny chodit s nadšením prvních pár dnů a pak dojde k pláči a odmítání. I to je běžná reakce, kdy po prvotním nadšení si uvědomí, že

docházení do dětské skupiny je trvalé. Musíte brát, že každé dítě je jiné, ale pečující osoby v Hanny jsou profesionálové a vědí, jak se zachovat v určitých situacích.

Vás jako rodiče prosíme, buďte trpěliví, dejte dětem čas zpracovat novou životní etapu a spolupracujte s námi. Rádi Vám poradíme a nasměrujeme další kroky.

### **7. Délka adaptace**

Toto je něco, co nelze přesně definovat, každý potřebuje jiné množství času. Čas, který bude dítě potřebovat, je závislý na mnoha aspektech, od jeho povahy přes psychický vývoj i věk. U někoho může tedy celý proces trvat pár dnů, u někoho i několik týdnů.

### **8. Nemoci**

Důležitým bodem je i nemocnost dětí, která adaptaci může narušovat. Dítě, které do dětské skupiny nastoupí, zažívá určitou míru stresu, která se odrazí i na jeho obranyschopnosti organismu. Dítě je tím oslabeno a je náchylnější k různým nemocem, které se v kolektivu objevují. Mimo to dochází i k setkání “nových” bacilů a většina dětí díky tomu bývá na počátku své docházky do dětské skupiny více nemocná, než bylo běžné. Tyto situace jsou naprosto normální a je třeba s nimi také počítat. Bohužel vyšší nemocnost může prodlužovat i délku adaptace, jelikož pobyt v dětské skupině tím může být značně narušen.

### **9. Vše řešíme individuálně**

Výhodou Hanny dětské skupiny je menší kolektiv dětí a tím i vysoká míra individuálních řešení situací. Adaptační proces je proto u každého trochu jiný a vždy připravený na míru vám a vašemu dítěti. Domluvíme se společně na všem.

V našem zájmu je hlavně vaše dítě. Je pro nás nejdůležitější, aby se u nás cítilo bezpečně a svůj čas s námi si náležitě užívalo. Po úspěšné adaptaci si u nás dítě buduje své první důležité sociální kontakty se svými vrstevníky i s pečujícími osobami, užívá si nových aktivit, rozvíjí se po fyzické, psychické i sociálně stránce. A to nejlepší - přichází a odchází s úsměvem na rtech a je tu s námi šťastné.

Vypracovala Zuzana Vlasáková



