

## Adaptační proces v dětské skupině Saurus

Adaptační období začíná vstupem dítěte do dětské skupiny a končí, když dítě zvládá pobyt ve skupině bez emocionálních výkyvů, tedy zvládá odloučení od rodičů a již chápe, že pobyt v dětské skupině je časově omezený a rodič si ho vyzvedne po určité době.



Období ukončení adaptace nastává zhruba po jednom měsíci, děti se zakotvily ve vztazích ve skupině, osvojily si určitou roli, přijaly svou pozici ve skupině. Ztotožnily se s hodnotami, pravidly a normami dané skupiny, navázaly vztah s pečujícími osobami, které jim jsou schopny poskytnout podporu ve všech směrech v případě potřeby.

Zároveň nastupuje období, kdy se dítě přirozeně zapojuje do aktivit v rámci režimu dne dětské skupiny a více méně jej chápe.

Délka období adaptace je zcela individuální, trvá 1 týden až 3 měsíce. Důležitou roli zde má osobnost dítěte, rodičovský přístup a přístup pečujících osob.

Dále také rozhoduje bezpečné, předvídatelné a podnětné uspořádání prostoru v dětské skupině (tedy že dítě má a zná svoji značku, ví, kde má skříňku na šaty, boty, kde má ručník a kde má svou postýlku).

Předpokladem pro dobrý průběh adaptace dětí v dětské skupině pro děti je komunikace. Pro pečující osoby je důležité mít informace o dítěti od rodičů. K získání nejdůležitějších informací o dítěti nám slouží „Evidenční list“ a dále také samozřejmě poskytnuté informace rodičem pečujícím osobám při každodenním ranním příjmu dítěte. Pečující osoby naopak pravidelně informují o dítěti při odpoledním předání a dále kdykoliv je to třeba.

Důležitou roli hraje i důvěra rodiče v pečující osobu. Oboustranným cílem je spokojené dítě. Počítejte s tím, že se může dítě v době adaptace začít chovat na přechodnou dobu jinak, než tomu bylo před nástupem do dětské skupiny. Projevy chování jsou různé dítě je např. zamlklé, vzteká se, nechce jíst, pláče ze spaní apod. Nemějte obavy, časem se vše srovná a uklidní.

Ani po úspěšném zadaptování dítěte však nedoporučujeme rodičům pobyt dítěte v dětské skupině delší než 8 hodin denně. Předem upozorňujeme, že nástup dítěte do dětské skupiny by se neměl krýt s nástupem pečujícího rodiče do pracovního procesu. V prvních dnech zůstává dítě v dětské skupině pouze několik hodin dopoledne, přespávat v dětské skupině začíná zpravidla až po několika týdnech (ale je to velmi individuální).

Na nástup do dětské skupiny je dobré dítě připravovat vhodnou formou předem (obrázkové knížky, procházka k dětské skupině, účast na dnu otevřených dveří). Adaptaci usnadní dále i to, že rodič zvyká dítě na odloučení ještě před nástupem do dětské skupiny. Žádáme rodiče o pochopení, že z důvodu hladkého průběhu adaptací neumožňujeme kromě dne nástupu vstupu rodičům do herny.

### Pro přiblížení změn a nároků, se kterými se dítě při nástupu do dětské skupiny musí vyrovnávat:

- odloučení od rodičů;
- navazování nových vztahů s pečujícími osobami, které se zároveň věnují jiným dětem;
- přestává být středem zájmu, jako bývalo v rodině;
- poznávání jiného stylu výchovy;
- navazování vztahu s ostatními dětmi a dělení se o pozornost, o hračky atp.;
- osvojení si své role ve skupině, způsobu spolupráce ale i způsobu řešení konfliktních situací;
- pravidelná docházka, tedy např. jindy vstávat;
- nový pravidelný režim a rytmus dne;

- přijímání nových pravidel a omezení;
- mnoho aktivit se provádí společně, jisté omezení soukromí, předpoklad spolupráce;
- poznávání nového prostředí (hernu, místnost k odpočinku, zahradu atp.);
- pravidelnost stravování, nové chutě, druhy jídla, společné stravování a jistá míra samostatnosti v sebeobsluze (osobní hygiena, oblékání a stolování);
- říct si o pomoc (např. při hygieně, oznamování pocitu žízně či hladu, při stolování apod.);
- očekávání ze strany rodičů, personálu dětské skupiny, i ostatních účastníků.

### **Adaptace dítěte od 1 do 1,5 let**

Velmi citlivě sledujeme rizikové oblasti v adaptaci dítěte a věnujeme mu dostatečnou pozornost i podporu. V tomto věku jsou mezi dětmi výrazné rozdíly, proto zde preferujeme maximálně individuální přístup, který nám menší dětská skupina umožňuje a tím můžeme respektovat individuální „tempo“ adaptace.

Pro budování postupného pocitu bezpečí dítěte v novém prostředí, činíme strukturu dne a aktivit v dětské skupině pravidelnou, pro dítě předvídatelnou. V tomto směru kromě pořadí aktivit napomáhá i zařazení různých rituálů (např. aktivní přivítání dítěte, ranní kruh, pravidelná říkanka atd.). Pečující osoby veškeré aktivity popisují, komentují vše, co dělají. Tímto se batole v nové situaci i prostředí cítí bezpečněji.

Velmi doporučujeme před zahájením adaptace, resp. jako její nultou fázi, návštěvu dětské skupiny s rodičem, seznámení se s prostředím.

### **Adaptace dítěte od 1,5 do 2 let**

Vycházíme z individuálních projevů, osobnostních charakteristik a celkové zralosti dítěte. Výhodou je, že máme skupinu často věkově heterogenní, tohoto prvku využíváme i v oblasti adaptace. Starší děti předškolního věku jsou pro děti od 1,5 roku „průvodci“, přirozenou formou je seznámení s prostředím dětské skupiny, pomohou jim se zapojit do dětské hry, zorientovat se v programu dne atd.

Jinak platí obdobně viz Adaptace dítěte od 1 do 1,5 let.

### **Adaptace dítěte od 3 do 5 let**

Automaticky nepředpokládáme snadnější adaptaci (naopak, mnohdy u nich mohou být adaptační reakce výraznější, byť nemusí být na první pohled ihned identifikovatelné), proto také věnujeme výraznou pozornost, pečlivost v procesu adaptace u této věkové kategorie.

### **Doporučení pro rodiče, která mohou usnadnit proces adaptace**

- Dbejte na to, aby předávání dítěte do dětské skupiny proběhlo v klidu, bez nervozity z Vaší strany. Dítě tento stav rychle vycítí a je pak samo neklidné a nervózní.
- Rozlučte se s dítětem v šatně a loučení neprodlužujte. Zároveň ale neodcházejte ve spěchu nebo dokonce tajně. Po svém rozloučení se již nevracejte, dítě to nijak neuklidní, naopak jej to rozlítostní.
- Věřte, že pečující osoby dokážou dítě utiшит, když je to potřeba. Jen dejte dítěti čas a prostor pro to, aby je více poznalo. I my dáme dítěti čas a prostor na to, aby si na naši dětskou skupinu zvyklo.
- Plňte své sliby. Když například řeknete dítěti, že ho vyzvednete po obědě, opravdu po obědě pro dítě přijďte. Dítě tak získá pocit, že se na Vás může spolehnout a nebude mít obavy z odloučení.
- Komunikujte s pečujícím personálem.

- Přibalte dítěti do dětské skupiny oblíbenou hračku, plyšáka, plenu nebo mazlíčka na spaní.
- Nenechte se obměkčit a buďte důslední.
- Povídejte si s dítětem o tom, co v dětské skupině dělalo, jaké to pro něj bylo atd. Je vhodné se seznámit s konkrétním denním programem dětské skupiny, aby Vaše dotazy mohly být konkrétní. Také denně zveřejňujeme pro tyto účely popis dne a fotografie.
- Dítě za zvládnutý pobyt v dětské skupině pochvalte a povzbudte jej k další docházce. Není však vhodné slibovat dítěti předem odměny, jelikož se ke strachu z nového prostředí a lidí přidá i strach ze selhání a neobdržení slíbené odměny. Navíc poté bude onu odměnu vyžadovat pravidelně.
- Používejte s dítětem stejné ranní rituály, například chodte do dětské skupiny vždy stejnou cestou a používejte stejný rituál při loučení.
- Dbejte na pravidelnou docházku, pro dítě je důležitá bezpečná a předvídatelná rutina.
- Mějte na paměti, že se v případě přerušení adaptačního procesu z důvodu nemoci dítěte adaptace adekvátně prodluží.
- Dítě za problémy s přivykáním nikdy netrestejte. Naopak buďte trpěliví, vše má svůj čas.
- Neporovnávejte své dítě s druhými dětmi, každé dítě je jedinečné, stejně tak jeho situace.

#### **Co potřebuje vaše dítě při nástupu do dětské skupiny:**

- Podepsané boty
- Vhodné přezůvky (plné) – podepsané
- Papírové kapesníky a vlhčené ubrousky (dle domluvy)
- Podepsaný hrnek s pítkem – jen pokud dítě neumí pít z hrnku
- Pokud nosí dítě pleny – dostatečný počet plen
- Náhradní oblečení včetně ponožek a spodního prádla – prosíme vložit do skříňky dítěte
- Kartáček a zubní pastu (kelímek)

#### **Důležité provozní pokyny pro rodiče**

Nepřítomnost svého dítěte prosím omlouvejte do 8 hodin ráno.

Zaregistrujte se na web dětské skupiny (foto, emaily), následně Vám schválíme přístup a budeme ve spojení.

Dne 30. 8. 2021

Zpracovala: Ing. Mgr. Alena Jungová

Doplnily: Bc. Žaneta Bernardová a Anděla Hladíková