

Adaptační postup v Dětské skupině Veverka

Přechod dítěte z rodinného zázemí do jakéhokoliv nového prostředí, i dětského, je pro každé dítě velkým životním krokem. Pojdme společně připravit takové podmínky, aby tento krok byl co možná nejpohodovější.

- Každé dítě je jiné, každé dítě potřebuje individuální přístup, odpovídající jeho věku, vývoji a připravenosti.
- Proto před nástupem vašeho dítěte do dětské skupiny společně naplánujeme vhodný adaptační proces pro vaše dítě. Je důležité, aby rodiče byli do adaptačního procesu aktivně zapojeni.
- Společně se osobně domluvíme na průběhu adaptačního procesu (např. prodlužování doby návštěvy dítěte v dětské skupině, získání informací o dítěti – oblíbené oslovení, zdravotní stav, rituály, potřeba oblíbené hračky.)
- Slzy jsou v adaptačním procesu bohužel častým jevem. Věřte však, že v drtivé většině případů netrvá tato smutná chvíle déle než pár minut.
- Je velmi žádoucí, aby adaptace probíhala pravidelně, důsledně, není řešením odhlásit dítě na týden a poté doufat, že adaptace proběhne lépe. Naopak, zbytečně tím vystavíme dítě opětovnému zvykání.
- Jsme si vědomi, že nástup do dětské skupiny není milníkem jen pro dítě, ale často především pro rodiče. Maminky, tatínkové, pokuste se na dítě nepřenasát své úzkosti a obavy. I vaše slzy jsou v pořádku, berte však v potaz, že v dítěti mohou maminčiny slzy probudit pocit strachu nebo v horším případě sebeobviňování.

Ověřená adaptační desatero doporučení

1. Popisujte dítěti, co ho ve skupině čeká – kolektiv dětí, společné hračky, poslouchání paní učitelky, procházky, snaha o samostatnost při oblékání, stolování, odpočinek po obědě na lehátku.
2. Buďte dítěti oporou, poskytněte mu pocit bezpečí a jistoty. Pořád ho přece milujete a přijdete si pro něj. Pokud slíbíte, že přijdete po obědě, vyvarujte se nečekaným změnám, které v dítěti mohou vzbudit pocit nejistoty a zklamání.
3. Přibalte mazlíčka (např. oblíbenou plyšovou hračku) na spaní. Klidně i jen na dopoledne.
4. Používejte stejné rituály. Důležitý je ranní rituál, jak to každé ráno bude probíhat. Sami jistě víte, jak dítě uklidňuje pocit pravidelnosti a předvídatelnosti, co ho čeká.
5. Rozlučte se krátce. Pokud dítě přichází s rozpaky, či slzičkou, neprodlužujte svou přítomnost, věřte, že se tím situace jen zhoršuje. Při vyzvednutí dítěte vám ochotně povíme, jak se mu po vašem ranním odchodu dařilo.
6. V případě intenzivního, neutišitelného pláče, je možno, aby maminka zůstala v prostoru DS a vyčkala, až se dítě uklidní. Konkrétní situace vždy budeme řešit na základě společné domluvy.

7. Buďte citliví a trpěliví, přesto nezapomínejte na důslednost. Nenechte se dítětem vmanipulovat do situací, které vám dlouhodobě nebudou vyhovovat. Neslibujte víc, než je ve vašich silách. Např., že dítě nebude v dětské skupině nikdy spát.

8. Dítě za zvládnutý pobyt v dětské skupině pochvalte a pozitivně ho motivujte. (Tím se nemyslí sladkosti a nové hračky)

9. Vyvarujte se při řešení situací vyjednávání ve stylu „ještě jednou to uděláš a nevyzvednu tě po obědě / už aby bylo pondělí a já si od tebe odpočinula.“ Dítě by nemělo pobyt ve skupině vnímat jako něco negativního, naopak je vhodnější motivace typu „už si dovedeš obléct tričko, to budou kamarádi koukat.“

10. Mluvme spolu. Vy s námi, my s vámi. Předcházejme zbytečným nedorozuměním a budme k sobě upřímní.

**Těšíme se na vaše dítě. Společně to zvládneme.
Kolektiv Dětské skupiny Veverka**