

Ramowy program adaptacji

Adaptacja to proces, który jest trudny zarówno dla dzieci jak i dla rodziców. Niektórzy z Państwa po raz pierwszy mają styczność ze żłobkiem, inni doświadczyli już tego przy starszych dzieciach. Dla dzieci natomiast jest to zupełna nowość i ogromna zmiana w życiu. Dlatego też, jeszcze przed posłaniem dziecka do placówki prosimy Państwa o pozytywne nastawienie się do procesu adaptacji. Warto pamiętać, że dzieci wyczuwają nastawienie rodziców – jeśli rodzic w sposób pozytywny myśli i mówi o żłobku, to dziecko również będzie w podobny sposób go odbierać.

Na początku będą Państwu towarzyszyć bardzo różne emocje, od tych negatywnych po pozytywne. Na pewno odczuwać będą Państwo lęk, smutek czy obawę przed oddaniem dziecka pod opiekę obcym osobom. Wszystkie te emocje są naturalne i nie należy ich negować .

Warto jednak pamiętać, że dzieci również odczuwają różnorakie emocje. Pójście do żłobka jest dla nich ogromną zmianą i zupełnie naturalne jest, że mogą zacząć zachowywać się inaczej niż dotychczas. W ten sposób będą odreagowywać nową sytuację, poznanie nowego otoczenia , opiekunów, dzieci. Często wśród dzieci rozpoczynających przygodę ze żłobkiem można zaobserwować zmiany w zachowaniu (mające miejsce w domu, po powrocie ze żłobka lub przed wejściem do niego), takie jak konieczność ciągłego kontaktu z dorosłym (np. noszenie na rękach) i nie odstępowanie go ani na krok, problemy ze snem i wybudzanie się w nocy (choć dziecko przesypiało już całe noce samodzielnie), problemy w sygnalizowaniu potrzeb fizjologicznych (u dzieci odpieluchowanych), chęć ciągłego „wiszenia” na piersi mamy (u dzieci karmionych piersią), problemy z apetytem itp. Dlatego tak ważne jest wsparcie rodziców i bycie z dzieckiem w jego trudnych chwilach. Jednak, aby to było możliwe rodzic musi być pozytywnie nastawiony do żłobka, opiekunów i tej ogromnej zmiany w życiu . To rodzic musi tak naprawdę uwierzyć, że żłobek jest miejscem dobrym dla dziecka, stymulującym jego rozwój. Musi zaufać opiekunom (są to profesjonaliści

z doświadczeniem) i współpracować z nimi dla dobra dziecka. Tylko wtedy dziecko widząc spokój rodzica samo powoli przekona się do żłobka i chętnie dołączy do zabawy z innymi dziećmi.

Adaptacja w naszym żłobku jest indywidualnie dostosowana do każdego dziecka oraz potrzeb rodzica. Jesteśmy zwolennikami podążania za dzieckiem i zwracania uwagi na jego emocje, odczucia związane z poznaniem nowego miejsca, nowych osób czy spotkaniem dużej liczby dzieci w jednym miejscu. Czas spędzony w żłobku powinien być stopniowo wydłużany, aby dziecko miało możliwość spokojnego przyzwyczajania się do nowej sytuacji, zaakceptowania i polubienia jej.

Nasz żłobek dba o to, aby adaptacja odbywała się z udziałem rodzica lub osoby bliskiej dziecku (np. babcia, ciocia) i pełnym zaangażowaniem dorosłego. Podczas pierwszych dni adaptacji opiekunowie próbują nawiązać kontakt z dzieckiem oraz rodzicami, co pozwala poznać dziecko, zbudować więź. Adaptacja z rodzicem pomaga również w poznawaniu zwyczajów dziecka, sposobu komunikowania przez nie podstawowych potrzeb oraz jego reakcji na różne sytuacje. W czasie adaptacji rolę rodzica lub innej osoby dorosłej jest aktywny udział (wraz z dzieckiem) w zajęciach, zabawach prowadzonych przez opiekunów. Rodzic bierze udział, także w czynnościach pielęgnacyjnych, posiłkach czy zabawach na placu zabaw.

Cel programu

Głównym celem Ramowego Programu Adaptacji jest zapewnienie nowo przyjętym dzieciom możliwie jak najlepszych warunków do płynnego przejścia z domu rodzinnego do nowego środowiska, jakim jest żłobek, gdzie dziecko będzie czuło się bezpiecznie, zbuduje pozytywne relacje z opiekunami i rówieśnikami, a jednocześnie będzie mogło rozwijać swoją samodzielność i pewność siebie.

Zadania personelu

Personel żłobka pełni kluczową rolę w procesie adaptacji, ponieważ to na nim spoczywa odpowiedzialność za stworzenie warunków, w których dziecko poczuje się bezpiecznie, zbuduje pozytywne relacje i płynnie włączy się w życie grupy. Zadania personelu zostały podzielone ze względu na etapy adaptacji dzieci w żłobku oraz współpracę z rodzicami:

1. Nawiązujemy kontakt z rodzicami jeszcze przed rozpoczęciem uczęszczania dziecka do żłobka:

- zachęcamy rodziców do przeczytania informacji dotyczących adaptacji, które są zamieszczone na stronie internetowej placówki,
- przeprowadzamy wywiad na temat dziecka, jego przyzwyczajzeń, preferencji, ewentualnych obaw,
- zapoznajemy rodziców ze specyfiką pracy instytucji, planem dnia, zasadami,
- organizujemy dzień otwarty dla dzieci i rodziców,
- ustalamy indywidualny plan adaptacji, w tym np. stopniowe wydłużenie pobytu dziecka, obowiązkowa obecność rodzica lub innej bliskiej dziecku osoby dorosłej.

2. Stwarzamy bezpieczne i przyjazne warunki w pierwszych dniach pobytu dziecka w placówce:

- wyznaczamy stałych opiekunów w poszczególnych grupach żłobkowych, szczególnie na początku,
- indywidualnie podchodzimy do dziecka, dostosowujemy się do jego temperamentu i potrzeb, w tym na przykład: częstsze przytulanie dziecka, pozwalanie na obserwacje z boku,
- okazujemy zrozumienie dla różnych emocji dziecka,
- pomagamy w nawiązaniu relacji z innymi dziećmi, włączamy do wspólnej zabawy, gdy jest na to gotowe,
- zezwalamy na przynoszenie przez dziecko ulubionych bezpiecznych zabawek, przedmiotów z domu dla poczucia bezpieczeństwa jeśli dziecko tego potrzebuje.

3. Ścisła współpraca z rodzicami w czasie adaptacji:

- ustalamy z rodzicami zasady i harmonogram działań w pierwszym okresie adaptacji, w tym obecności osób bliskich,
- codziennie, szczegółowo wymieniamy informacje o samopoczuciu i zachowaniu dziecka,
- wspólnie ustalamy ewentualną modyfikację planu adaptacji,
- udzielamy wsparcia rodzicom, szczególnie w przypadku trudności.

4. Obserwujemy dziecko i oceniamy przebieg procesu adaptacji:

- monitorujemy samopoczucie, zachowanie i postępy dziecka,
- identyfikujemy ewentualny obszar wymagający dodatkowego wsparcia,
- dokumentujemy przebieg adaptacji, wyciągamy wnioski na przyszłość.

Zadania rodziców

1. Przygotowanie dziecka do rozpoczęcia uczęszczania do żłobka:

- zapoznanie dziecka z drogą do placówki,
- rozmowy z dzieckiem o nowym miejscu, pozytywne nastawienie,
- stopniowe przyzwyczajanie dziecka do rozstań (np. zostawienie z babcią, ciocią),
- uczenie samodzielności w zakresie jedzenia, ubierania się, toalety.

2. Aktywny udział w procesie adaptacji dziecka:

- obecność z dzieckiem w żłobku w pierwszych dniach,
- stosowanie się do ustalonych reguł obecności w grupie,
- stopniowe skracanie pobytu rodzica i wydłużenie czasu pobytu dziecka, zgodnie z ustalonym planem,
- zapewnienie dziecku ulubionych, bezpiecznych zabawek, przedmiotów z domu dla poczucia bezpieczeństwa, jeśli tego potrzebuje.

3. Ścisła współpraca z personelem:

- przekazywanie szczegółowych informacji o dziecku, jego przyzwyczajeniach, preferencjach,
- codzienne rozmowy z opiekunami, wymiana spostrzeżeń, uwag,
- stosowanie się do ustalonych zasad.

4. Wsparcie dziecka w domu:

- okazywanie zrozumienia dla różnych emocji dziecka związanych z adaptacją,
- zapewnienie poczucia bezpieczeństwa, dodatkowa czułość,
- cierpliwość, niewyręczanie dziecka w sytuacjach, z którymi może poradzić sobie samo.

Przebieg programu adaptacji

Założenia i zakres programu

1. Adaptacja w żłobku to proces który zwykle trwa około 10 dni, ale może się różnić w zależności od potrzeb i wcześniejszych doświadczeń dziecka.
2. Obecność rodzica lub osoby bliskiej dziecku np. babcia, niania jest niezbędna w procesie adaptacji.
3. Obecność rodzica czy osoby bliskiej jest stopniowo skracana, a czas pobytu dziecka stopniowo wydłużany.

4. Harmonogram pracy grupy jest dostosowany do potrzeb dzieci adaptujących się poprzez np. ustalenie czasu na pobyty adaptacyjne na początku dnia lub pod koniec, kiedy dzieci jest mniej, a personel może poświęcić więcej uwagi nowym dzieciom.
5. Personel i rodzice troszczą się o minimalizowanie stresu dziecka poprzez m.in. ograniczenie bodźców wzrokowych i słuchowych, spędzanie czasu na zewnątrz budynku- w naturze.
6. Program dotyczy wszystkich nowoprzyjętych dzieci, niezależnie od wieku.

Przebieg i fazy adaptacji

Faza I. Poznanie

1. W tej fazie dziecko zaznajamia się z nowym środowiskiem, rodzice poznają placówkę i zasady jej funkcjonowania, personel zaznajamia się dzieckiem i rodzicami. Etap ten rozpoczyna się jeszcze przed oficjalnym przyjęciem dziecka do instytucji i obejmuje rozmowy z rodzicami, wizytę w żłobku, zapoznanie rodziców ze stroną internetową żłobka w celu przybliżenia specyfiki pracy.
2. Przed rozpoczęciem uczęszczania dziecka do placówki dyrektor żłobka umożliwia rodzicom wizytę w placówce, organizuje zebranie, na którym przedstawia specyfikę pracy żłobka, prezentuje ofertę, zapoznaje z programem adaptacji.
3. Jeśli dziecko jest przyjmowane w trakcie roku, te działania organizowane są indywidualnie.
4. Każdy opiekun nawiązuje indywidualny kontakt z rodzicami, przeprowadza z nimi wywiad lub analizuje wypełniony przez rodziców formularz na temat potrzeb i rozwoju dziecka.
5. Na podstawie zebranych informacji ustala się indywidualny plan adaptacji w tym: termin rozpoczęcia adaptacji, godziny pobytu, czas pobytu dziecka w pierwszych dniach oraz udział osoby bliskiej.
6. Rodzice otrzymują materiały informacyjne dotyczące przebiegu procesu adaptacji lub zostają poinformowani o tym, gdzie informacje te zostały zamieszczone na stronie internetowej placówki. Informacje te zawierają wskazówki, jak przygotować dziecko do rozpoczęcia uczęszczania do żłobka, w tym między innymi: wizyta poznawcza w placówce, stopniowe przyzwyczajanie dziecka do rozstań z rodzicami, zwiększenie samodzielności dziecka.

Faza II. Budowanie zaufania

Zadania personelu:

1. Wyznaczony opiekun kieruje ku nowemu dziecku szczególną uwagę, stara się nawiązać z nim bliski, ciepły kontakt.
2. Opiekun zwraca się do dziecka po imieniu, wyjaśnia co się będzie dzieło, zapewnia o swojej obecności i pomocy.
3. Opiekun zapoznaje dziecko i towarzyszącą mu osobę bliską z rozkładem dnia, obowiązującymi zasadami, rozkładem pomieszczeń, wyposażeniem.
4. Opiekun respektuje potrzebę zachowania dystansu przez dziecko, obserwowania z boku, nie zmusza do udziału w zabawach, jeśli dziecko nie jest na to gotowe. Daje czas na oswojenie się z nowym miejscem. Dziecko może siedzieć na kolanach rodzica/ osoby bliskiej lub wraca do niej, kiedy tego potrzebuje.
5. Opiekun pomaga dziecku w nawiązaniu relacji z innymi dziećmi- przedstawia je grupie, prezentuje ciekawe zabawki, inicjuje zabawę z grupą, uważnie rozpoznaje potrzebę dziecka do dołączenia do grupy.
6. Opiekunowie proponują atrakcyjne zabawy, które dzieci lubią.
7. W razie trudności dziecka opiekunowie reaguje ze spokojem i zrozumieniem. Oferują pocieszenie i wsparcie ale nie zmuszają na siłę do niczego. Jeśli dziecko wybiera rodzica opiekunowie nie interweniują i nie stają pomiędzy dzieckiem a rodzicem.
8. Opiekunowie na bieżąco ustalają z rodzicem zakres aktywności oraz czas i miejsce pobytu w grupie. Omawiają jak dziecko funkcjonowało, jakie pojawiły się postępy, trudności. Wspólnie z rodzicami szukają rozwiązań ewentualnych problemów.
9. Jeśli dziecko po dłuższym czasie (po 10 dniach) nadal ma duże trudności adaptacyjne, opiekunowie konsultują sytuację z rodzicami i Dyrektorem Żłobka. Wspólnie z rodzicami mogą zdecydować o wydłużeniu obecności rodzica, modyfikacji planu adaptacji.

Zadania rodziców:

1. Zapewnienie poczucia bezpieczeństwa dziecku przez obecność, uważne towarzyszenie dziecku.
2. Poinformowanie dziecka z odpowiednim wyprzedzeniem, że będzie uczęszczało do żłobka.
3. Stworzenie dziecku okazji na stopniowe wchodzenie w zabawy z innymi dziećmi.

4. Współpraca z personelem i stosowanie się do wskazówek dotyczących miejsca pobytu i zakresu aktywności.
5. Omawianie z personelem postępów w adaptacji dziecka w czasie wyznaczonym na rozmowy przez personel.

Faza III. Separacja – powierzenie

Zakończenie okresu adaptacji następuje, gdy dziecko względnie swobodnie funkcjonuje w grupie, chętnie uczestniczy w zabawach, rozstaje się z rodzicami bez większego stresu. Udaną adaptację charakteryzują między innymi następujące oznaki:

- dziecko rozpoznaje opiekunów, pozytywnie na nich reaguje,
- dziecko odchodzi od rodzica i bawi się bez jego udziału,
- dziecko akceptuje pocieszenie od opiekunów,
- dziecko po wyjściu rodzica, nawet jeśli się zasmuci lub wykaże inne negatywne emocje, potrafi się uspokoić w towarzystwie opiekuna,
- dziecko rozpoznaje elementy rutyny w żłobku,
- dziecko włącza się w zabawy inicjowane przez opiekunów,
- dziecko samo sięga po ulubione zabawki,
- dziecko jest w stanie pójść na drzemkę podczas pobytu w żłobku,
- dziecko uczestniczy w posiłkach.

Adaptacja jest procesem i ciężko określić dokładny czas jej trwania. Jesteśmy zwolennikami podążania za dzieckiem w tej kwestii i stopniowego wydłużania czasu pobytu dziecka w żłobku.

Przez kilka pierwszych dni dziecko przebywa w żłobku wraz z rodzicem przez około 1,5 do 2 godzin. Potem rodzice próbują pożegnać się z dzieckiem i zostawić je pod opieką personelu żłobka. Optymalnie jest to ok. 1,5 – 2 godziny (oczywiście można zaczynać od krótszego czasu bez rodzica). Opiekunowie z grupy dziecka na bieżąco informują rodziców o postępach dziecka i wspólnie decydują o wydłużaniu czasu pobytu w żłobku .

Po około tygodniu adaptacji czas pobytu można wydłużyć, ale zalecamy aby dziecko odbierane było po obiedzie (przed drzemką). Jeśli nowoprzyjęty żłobkowiec radzi sobie coraz lepiej to po około 2 - 4 tygodniach od przyjscia do żłobka po raz pierwszy staramy się wykonać próbę pozostawienia go w żłobku również na czas drzemki.

Czas trwania adaptacji jest inny dla każdego dziecka. Jedno będzie potrzebowało na to tygodnia lub dwóch, inne miesiąca, a jeszcze inne kilku dni. Jest to więc kwestia bardzo indywidualna.

Na zakończenie adaptacji opiekun podsumowuje przebieg procesu adaptacji z rodzicami dziecka, przekazuje swoje obserwacje, wnioski, ewentualne rekomendacje do dalszej pracy.

FORMULARZ DLA RODZICÓW ZGŁASZAJĄCYCH DZIECKO DO SAMORZĄDOWEGO ŻŁOBKA W ADAMOWIE

Drodzy Rodzice

Serdecznie witamy w Samorządowym Żłobku w Adamowie. Cieszymy się, że chcecie powierzyć nam opiekę nad Waszym dzieckiem. Abyśmy mogli dobrze je poznać, prosimy o wypełnienie poniższego formularza. Pozwoli to nam lepiej zrozumieć indywidualne potrzeby i preferencje Waszego dziecka, co będzie kluczowe dla zapewnienia mu komfortu oraz warunków do wszechstronnego rozwoju. Prosimy o przekazanie wszelkich informacji, które według Was są istotne.

Jeśli nie znajdziecie w formularzu odpowiedniego miejsca na ważne Waszym zdaniem informacje, zachęcamy do napisania swoich uwag na końcu formularza. Jesteśmy otwarci na wszelkie sugestie i chętnie wysłuchamy Waszych potrzeb.

Dziękujemy za zaufanie oraz poświęcony czas na wypełnienie ankiety.

INFORACJE O DZIECKU- FORMULARZ

Imię i nazwisko dziecka

1. Umiejętności dziecka (Proszę zaznaczyć, które z poniższych umiejętności posiada Państwa dziecko):

- Posługiwanie się sztućcami (łyżką, widelcem)
- Chodzenie na dwóch nogach
- Chodzenie na czworakach
- Mówienie kilku słów/mówienie prostymi zdaniami
- Budowanie wieży z kilku klocków
- Trzymanie kredki i rysowanie
- Samodzielne zdejmowanie/zakładanie butów

2. Zdrowie dziecka:

- Czy dziecko ma jakieś alergie?

Tak/Nie (proszę podać szczegóły):

.....

.....

- Czy dziecko cierpi na jakieś choroby przewlekłe?

Tak/Nie (proszę podać szczegóły):

.....

.....

- Czy dziecko ma specjalne potrzeby zdrowotne?

Tak/Nie (proszę podać szczegóły):

.....

.....

3.Sposoby komunikacji z dzieckiem i ulubione zabawy:

- Czy dziecko mówi już kilka słów?

Tak/Nie (proszę podać szczegóły):

.....

.....

- Jakie są ulubione zabawki dziecka?

.....

.....

- Jakie są ulubione aktywności dziecka? Co dziecko lubi robić?

.....

.....

4. Preferencje żywieniowe dziecka:

- Czy dziecko ma alergie na jakieś produkty?

Tak/Nie (proszę podać szczegóły):

.....
.....

- Jakie posiłki lub przekąski dziecko lubi najbardziej?

.....
.....

5. Ulubione zabawy i aktywności dziecka (Poniżej proszę zaznaczyć aktywności, które dziecko lubi):

- Budowanie z klocków
 - Czytanie książek
 - Rysowanie, malowanie
 - Słuchanie muzyki
 - Zabawy w piaskownicy
 - Zabawy ruchowe na świeżym powietrzu
 - Inne ulubione zabawy (proszę opisać):
-

6. Jak zazwyczaj dziecko reaguje w nowych sytuacjach (np. nowa osoba w domu, zmiana w posiłku, duża przestrzeń, hałas)? (Prosimy o krótki opis zachowania dziecka):

.....
.....

7. Co w powyższych sytuacjach dziecku pomaga?

.....
.....

8. Jakie macie Państwo oczekiwania lub obawy związane z pobytem dziecka w naszym żłobku ?

.....

9. Jakie formy komunikacji z opiekunami Państwo preferują (e-mail, SMS, bezpośrednia rozmowa, inne)?

.....
10. Proszę podać wszelkie inne informacje, które mogą być ważne dla opieki nad Państwa dzieckiem.

.....
.....

11. Dane kontaktowe do Państwa:

Imię i nazwisko rodzica/opiekuna:

Numer telefonu:

Adres e-mail:

Data wypełnienia formularza:

Dziękujemy za wypełnienie formularza. Informacje te pomogą nam lepiej zrozumieć potrzeby Państwa dziecka i zapewnić mu odpowiednią opiekę oraz wsparcie w naszym żłobku.