

PROGRAM ADAPTACJI W ŻŁOBKU

1. Cel

1. Ułatwienie dziecku adaptacji do nowego środowiska żłobka.
2. Zminimalizowanie stresu związanego z rozstaniem z rodzicami.
3. Budowanie poczucia bezpieczeństwa i zaufania do opiekunów.

2. Etapy adaptacji

A. Przygotowanie przed rozpoczęciem adaptacji:

- wypełnienie i dostarczenie karty zgłoszeniowej dziecka, informującej o potrzebach, przyzwyczajeniach dziecka a także o jego diecie i ewentualnych chorobach,
- spotkanie informacyjne z rodzicami, podpisanie umowy, ustalenie terminu adaptacji,
- przekazanie rodzicom informacji w jaki sposób mogą przygotować dziecko do adaptacji,
- przekazanie podstawowych informacji dotyczących działania żłobka.

Osoba odpowiedzialna: dyrektor lub opiekun grupy.

B. Pierwszy tydzień adaptacji:

Czas pobytu:

Pierwsze dwa dni adaptacji: 1 godzina dziennie dziecka wraz z rodzicem w żłobku.

Kolejne dni: 1 godzina dziennie samodzielnego pobytu dziecka w żłobku.

Działania:

- zapoznanie dziecka z opiekunem i grupą. Wyznaczony opiekun kieruje ku dziecku szczególną uwagę i stara nawiązać się z nim bliższy kontakt. Zwraca się do dziecka po imieniu, wyjaśnia co się będzie działo.
- krótkie zabawy integracyjne (np. śpiewanie, zabawy z piłką),
- obserwacja reakcji dziecka przez opiekuna,
- przekazywanie rodzicom informacji na temat kolejnych dni procesu adaptacyjnego.

Osoba odpowiedzialna: wyznaczony opiekun grupy.

C. Drugi tydzień adaptacji:

Czas pobytu: 1 godzina dziennie samodzielnego pobytu dziecka w żłobku. Stopniowe wydłużanie samodzielnego pobytu dziecka w żłobku – jest ono uzależnione od indywidualnych predyspozycji dziecka. W razie trudności z adaptacją w żłobku opiekun ustala z rodzicami indywidualny plan dalszego pobytu w żłobku.

Działania:

- włączenie dziecka w pełny harmonogram dnia (posiłki, drzemka, zajęcia),
- indywidualne wsparcie w razie trudności (np. płacz przy rozstaniu),
- codzienna konsultacja z rodzicami o trudnościach dziecka / postępach.

Osoba odpowiedzialna: wyznaczony opiekun grupy.

3. Zakończenie

Na zakończenie adaptacji opiekun grupy podsumowuje przebieg procesu adaptacji z rodzicami dziecka, przekazuje obserwacje, wnioski, ustala godziny dalszego pobytu dziecka w żłobku oraz zakres wyżywienia z którego dziecko będzie korzystało.

JAK POMÓC DZIECKU W ADAPTACJI?

1. Opowiadaj dziecku, co będzie robiło w żłobku i gdzie Ty będziesz w tym czasie. Zaproponuj wspólne pakowanie plecakka do żłobka.
2. Pozwól dziecku zabrać do żłobka jego jedną ulubioną zabawkę lub rzecz (misia, lalkę, poduszkę), dzięki której będzie się czuło bezpieczniej, spokojniej.
3. W okresie adaptacji do żłobka dziecko potrzebuje od Ciebie dużo cierpliwości, wyrozumiałości. Zapewnij mu codzienny ruch na świeżym powietrzu, który będzie pomocny w odreagowaniu emocji, napięć.
4. Jeśli to możliwe – stopniowo wydłużaj czas pobytu dziecka w żłobku. Początkowo niech pozostanie na 1 godzinę dziennie, a dopiero po upływie 1-2 tygodni na dłużej. Dzięki temu łatwiej przywyknie do nowej sytuacji.
5. Postaraj się nie okazywać dziecku zaniepokojenia czy zniecierpliwienia przy oddawaniu do żłobka. W taki sposób Twoje negatywne emocje udzielą się malcowi.
6. Oddając swoją pociechę do żłobka nie kłam mówiąc mu, że „zaraz wrócę”, jeśli masz zamiar odebrać je po kilku godzinach. Słyszac od Ciebie fałszywe zapewnienia, dziecko będzie niespokojne.
7. Rano unikaj przeciągających się w nieskończoność pożegnań. Przytul dziecko, zapewnij o swojej miłości, powiedz, kto po nie przyjdzie i kiedy (np. po obiedzie).
8. Nie strasz swojej pociechy żłobkiem (np. „Pani w żłobku nauczy Cię porządku”). Takie słowa wzbudzą w dziecku lęk, zachwieją poczucie bezpieczeństwa i skutecznie zniechęcą do żłobka.
9. Nigdy nie wprowadzaj kilku istotnych zmian w życiu małego człowieka jednocześnie. Metoda małych kroków jest najlepsza. Posyłając dziecko do żłobka odłóż w czasie rezygnację z pieluchy, smoczek, butelki. Łatwiej przywyknąć dziecku do jednej zmiany w danym momencie niż do kilku naraz.

Do najczęstszych problemów związanych ściśle z trudnościami adaptacyjnymi u dzieci zalicza się:

- płacz, krzyk, histeria – jako naturalne sposoby odreagowania stanu napięcia związanego z rozłąką,-- napady złości, agresji jako przejaw niezadowolenia,
- odmawianie przyjmowania posiłków w żłobku – jako wyraz buntu, sprzeciwu.

Są to naturalne objawy występujące w tym okresie. W większości przypadków mają one charakter przejściowy. Długość procesu adaptacji zależy w dużej mierze od wieku dziecka, które po raz pierwszy przekroczyło próg żłobka. Do zadań personelu żłobka należy m.in. łagodzenie symptomów trudności adaptacyjnych. Niektóre dzieci, adaptują się szybko i łatwo, niekiedy jednak trudności takie występują przez kilka, kilkanaście tygodni. Istotne jest, aby niepokojące objawy wraz z upływem czasu zanikały, a nie nasilały się.

Jeśli mają Państwo jakiegokolwiek pytania, czy wątpliwości związane z tematem adaptacji w żłobku zapraszamy do rozmowy bezpośredniej z naszym personelem oraz dyrektorem.

Jesteśmy do Państwa dyspozycji.