

Adaptační plán Montessori jesle Ostrava

Vážení rodiče,

nástup Vašeho dítěte do Montessori dětské skupiny je velkou změnou nejen pro dítě, ale i pro Vás jako rodiče. Prostřednictvím pozvolného adaptačního plánu nabízíme možnost bezproblémového přechodu z domácího prostředí do kolektivu dětské skupiny. Je možné, že dítě s nástupem do dětské skupiny zažije první odloučení od rodiče, a proto můžete přicházet s pocitem nejistoty a obav. Je tedy důležité, aby dítě prošlo adaptačním procesem, ve kterém mají svou nezastupitelnou pozici a vliv rodiče a pečující personál.

Čas potřebný k adaptaci závisí především na věku a psychickém vývoji dítěte. Odměnou jsou dítěti při úspěšné adaptaci nové zážitky, zkušenosti, kamarádi a větší samostatnost. Při samotném nástupu doporučujeme dobu strávenou v DS postupně prodlužovat dle možností rodičů a hlavně psychických limitů dítěte. **NEDOPORUČUJEME** dát dítě bez přípravy do DS na celý den!

Jakými pocity na začátku adaptačního cyklu dítě prochází:

- Máma a táta nejsou po určitou část dne k dispozici.
- Dítě se musí naučit respektovat nová pravidla.
- Učí se sžít s novým kolektivem a prostředím.
- Učí se důvěře k jiným dospělým než k rodičům.

Zásady vedoucí k úspěšné adaptaci:

Včasná příprava

- Na nástupu dítěte do dětské skupiny pracujte s dostatečným časovým předstihem ještě před samotným zahájením docházky. S dítětem si povídejte o dětské skupině, zajděte se podívat na individuální prohlídku nebo „Den otevřených dveří“.
- Věnujte čas pro přípravu i sobě, i Vy, rodiče, se potřebujete na tuto změnu dostatečně připravit a své rozhodnutí vnímat jako správné. Pokud jste si nejistí, dítě to vycítí, a může se pobytu bát (maminka má strach, tak já taky), a tyto pocity určitě u dítěte nechceme vyvolat.

Rozvrhnutí času

- rozvrhněte svůj čas tak, aby dítě nebylo při příchodu a odchodu stresováno spěchem

První den

- první den znamená pro dítě seznámení s novým prostředím a kolektivem. Pečující osoby Vám budou zasílat fotografie a informace o průběhu pobytu v dětské skupině.

Délka pobytu

- první den je doporučená délka pobytu 1-1,5hod., tato doba se v následujících dnech může postupně prodlužovat

Stejně rituály

- dítě vodte do dětské skupiny ve stejný čas a vyzvedávejte, pokud možno ve stejnou hodinu. Používejte konkrétní údaje o tom, kdy je vyzvednete – po obědě, po svačince, nejen obecně jako brzy, za chvíli, po práci apod. Pravidelnost docházky v dohodnuté dny, výjimky dělat jen z opravdu zásadních důvodů.

Pozitivní motivace

- Pozitivní motivace dítěte bez nutnosti odměny (dárku) za každý den v dětské skupině. Např. umožnění vzít si s sebou oblíbenou hračku, která mu umožní navodit si ve skupině pocit bezpečí.

Předání dítěte pečující osobě (tetě)

- Zbytečně neprodlužujte ranní loučení a nevyvolávejte v dítěti lítost nad vzájemným odloučením. Pokud bude dítě plakat, buďte přívětiví, ale i rozhodní. Děti hodně vycítí emoce, nejistoty rodičů a někdy je to pro ně náročnější. Prodlužováním loučení prodlužujete pláč dítěte. Neodcházejte však natajno, bez rozloučení. Pokud rodič nese předávání dítěte těžce, je lepší na pár dní-týdnů posílat klidně druhého rodiče.

Předávání dětí rodičům a vyzvedávání

- Pečující osoby při předávání dítěte rodičům povypráví, jak dítě pobyt v DS. Možná se dozvíte, že i když jste odcházeli „s pláčem“, vaše pláčící dítě se rázem uklidnilo a šlo si spokojeně hrát.
- Při vyzvedávání dítěte z DS se může stát, že dítě reaguje pláčem. To je naprosto přirozená reakce. Dítě nelitujte, naopak dítě za zvládnutý pobyt v DS pochvalte, pozitivně motivujte, vyzdvihněte jeho pěkné zážitky.

Budte citliví a trpěliví

- Vyprávějte si o tom, co dítě ve školce dělalo a co nového se naučilo. Ujistěte dítě, že je do DS neodkládáte. Vysvětlete mu, že ho máte rádi a že nechodí do DS proto, že na něj nemáte čas, nebo že s ním nechcete být doma. Každý má své povinnosti – vy práci, vaše dítě školičku.

Co zajišťujeme pro co nejladší adaptaci dítěte:

Individuální schůzka s rodiči

- Schůzka s rodiči nově příchozích dětí se týká informací o provozu DS, předání potřebných dokumentů k nástupu do DS a seznámení s adaptačním plánem DS. Při této příležitosti mohou být děti přítomny v DS a seznamovat se s jejím prostředím.

Mazlíček

- Přibalte dítěti mazlíčka, dovozte dítěti, aby si s sebou vzal do DS svou oblíbenou hračku. Existence pevného bodu, známe osoby nebo předmětu v cizí situaci zmenšuje nejistotu a případný strach z neznámého prostředí.

Individuální přístup

- Nově příchozím dětem věnujeme zvýšenou individuální péči. Nenutíme děti do společných aktivit ani do jídla. Nabízíme citlivé přijetí, klidné vystupování, toleranci, vcítění se do situace dítěte, dítě je třeba získat, zaujmout, nadchnout, upoutat, a usnadnit mu novou situaci tak, aby pečující osobu (tetu) přijalo jako dalšího člověka, ke kterému postupně získá důvěru.

Konzultace

- Konzultace kdykoliv po domluvě. Můžeme se sejít a probrat, co trápí Vás nebo Vaše děti. U nových dětí píšeme rodičům informační SMS a posíláme fotografie. Stejně tak se Vám můžeme ozvat my, pokud bychom se s Vámi potřebovaly poradit.

Adaptační proces je náročný nejen pro dítě, ale i pro samotné rodiče, kteří mohou prožívat různé obavy. Čím lépe se Vám podaří své obavy zpracovat, tím více usnadníte adaptaci dítěte. Neváhejte proto být s námi v kontaktu a kdykoliv se doptat na to, co Vás zajímá.

První týden s úsměvem a pak slzičky

První týden bývají děti v DS nadšené. Zhruba po pár dnech může, ale nemusí nastat první krize. Dítěti dochází, že docházka do DS je napořád. To v dětech vyvolává obrannou reakci, jako je například ranní pláč, znovu počůrávání či vztekání cestou do školičky nebo v šatně. Někdy přijdou adaptační obtíže až po pár týdnech bezproblémové docházky a nemusí to mít žádnou objektivní příčinu. Nebojte se, tímto prochází velká část dětí a je to zcela přirozená součást adaptačního cyklu na DS. Pokud se objeví adaptační problémy, budeme hledat společně individuální řešení v zájmu dítěte.

Toto by mělo nejdéle do 3 měsíců odeznít. Při přetrvávajících potížích s adaptací a případné konzultaci s pediatrem, je možné doporučení vedoucí DS k odkladu docházky. K tomuto dochází zcela výjimečně.

Bohužel od nástupu do DS mohou dětem ztěžovat adaptaci opakující se nemoci, kdy dítě přijde z rodinného kruhu do dětského kolektivu po delší době. Míra stresu je po nástupu do nového prostředí vysoká. Stejně jako u Vás rodičů, když máme přejít do jiné práce. Dítě je psychicky oslabené, a na rozdíl od Vás nemá ještě dozrálý imunitní systém a je vůči nemocem méně odolné. Počítejte teda předem s tím, že dítě bude ještě potřebovat Vaši zvýšenou pozornost a promyslete, jak budete řešit ošetřování dítěte v případě nemoci. Nedoléčené děti přispívají k nekonečnému koloběhu nemocí, a tím k prodlužování adaptačního procesu. Navíc dítěti nedoléčenému není ve školce dobře a nepřispívá to k jeho dobré zkušenosti se školičkou.

Naším i Vaším cílem je bezproblémový a co nejméně stresující přechod z rodinného prostředí do kolektivu naší DS. Aby se k nám děti ráno těšily a odcházely domů s úsměvem plný nových dojmů a poznání.