



## RAMOWY PROGRAM ADAPTACJI UWZGLĘDNIAJĄCY INDYWIDUALNE POTRZEBY DZIECI ORAZ AKTYWNY UDZIAŁ RODZICA/OSOBY BLISKIEJ

### **Cel programu**

Celem programu adaptacji dzieci jest zapewnienie nowo przyjętym dzieciom możliwie najlepszych warunków do płynnego, bezstresowego przejścia z domu rodzinnego do nowego środowiska, jakim jest Pozytywny Żłobek. Program ma na celu zminimalizowanie trudności adaptacyjnych dzieci, zbudowanie poczucia bezpieczeństwa, zaufania do osób z personelu, a także nawiązanie partnerskiej współpracy z rodzicami na rzecz dobra dziecka.

### **Założenia i zakres programu**

- Adaptacja w instytucji to proces, który zwykle trwa od 5 do 10 dni (ale może się różnić pod tym względem w zależności od potrzeb i wcześniejszych doświadczeń dziecka).
- Obecność rodzica lub osoby bliskiej dziecku np. babci, niani, jest niezbędna w procesie adaptacji.
- Obecność rodzica/osoby bliskiej jest stopniowo skracana według ustalonego harmonogramu, a czas pobytu dziecka stopniowo wydłużany.
- Harmonogram pracy grupy jest dostosowywany do potrzeb dzieci adaptujących się, poprzez np. ustalenie czasu na pobyty adaptacyjne na początku dnia lub pod koniec, kiedy dzieci jest mniej, a opiekunki mogą poświęcić więcej uwagi nowym dzieciom.
- Opiekunki i rodzice troszczą się o minimalizowanie stresu dziecka, m.in. przez ograniczenie bodźców, spokojną atmosferę, kontakt z naturą.
- Program dotyczy wszystkich nowoprzyjętych dzieci, niezależnie od wieku.

### **Przebieg i fazy adaptacji**

#### **Faza I. Poznanie**

W fazie „Poznania” dziecko zaznajamia się z nowym środowiskiem (przestrzeń, ludzie, dźwięki, zapachy, zwyczaje, smaki), rodzice poznają placówkę i zasady jej funkcjonowania, personel zaznajamia się z dzieckiem i rodzicami. Etap poznawania można realizować jeszcze przed oficjalnym przyjęciem dziecka do żłobka, a już po jego zapisaniu.

Przed rozpoczęciem uczęszczania dziecka do Pozytywnego Żłobka, Dyrektor organizuje spotkanie z rodzicami nowoprzyjętych dzieci oraz dziećmi, które zostaną przyjęte. Podczas spotkań prezentuje placówkę, jej ofertę, zapoznaje z programem adaptacji, rozdaje rodzicom materiały informacyjne.

- Jeśli dziecko jest przyjmowane w trakcie roku, te działania organizowane są indywidualnie.
- Dyrektor nawiązuje indywidualny kontakt z rodzicami, przeprowadza wywiad i omawiają wypełniony przez rodziców formularz na temat potrzeb i rozwoju dziecka.
- Na podstawie zebranych informacji, dyrektor wspólnie z rodzicami ustalają indywidualny plan adaptacji w tym: termin rozpoczęcia adaptacji (godziny pobytu, czas pobytu dziecka w pierwszych dniach) oraz udział rodzica/osoby bliskiej.
- Rodzice otrzymują materiały informacyjne dotyczące przebiegu procesu adaptacji oraz znaczenia obecności rodziców w procesie adaptacji dla zdrowia i dobrostanu dziecka.
- Rodzice otrzymują wskazówki, jak przygotować dziecko do rozpoczęcia uczęszczania do żłobka, takie jak: „wizyta zapoznawcza” w żłobku, stopniowe przyzwyczajanie dziecka do rozstań z rodzicami, zwiększanie samodzielności dziecka itp.

## **Faza II. Budowanie zaufania**

### **1. Zadania opiekunek:**

- Opiekunki kierują ku nowemu dziecku szczególną uwagę, stara się nawiązać z nim bliski, ciepły kontakt. Często zwraca się do dziecka po imieniu, wyjaśnia co się będzie działo, zapewnia o swojej obecności i pomocy.
- Opiekunki zapoznają dziecko i towarzyszącą mu osobę bliską z rozkładem dnia, obowiązującymi zasadami i pokazują, gdzie znajdują się ważne miejsca (łazienka, szatnia, kącik zabawek itp.).
- Opiekunki respektują potrzeby zachowania dystansu przez dziecko, obserwowania z boku, nie zmuszają do uczestnictwa w zabawach, jeśli dziecko nie jest na to gotowe. Dają czas na oswojenie się z nowym miejscem. Dziecko może siedzieć na kolanach rodzica/osoby bliskiej lub wracać do niej, kiedy tego potrzebuje.
- Opiekunki pomagają dziecku w nawiązaniu relacji z innymi dziećmi - przedstawiają je grupie, prezentują ciekawe materiały, inicjują zabawy z grupą, uważnie rozpoznają sygnały chęci dziecka do dołączenia do grupy.
- Opiekunki proponują atrakcyjne zabawy, np. lepienie z ciastoliny, budowanie zjeżdżalni dla samochodów, konstruowanie wieży z dużych klocków, tory przeszkód dla dzieci (tunele, przeszkody, bujaki), przelewanie i przesypywanie w kąciku sensorycznym oraz zabawy, które dziecko lubi (rozmowa/ankieta w I fazie adaptacji).
- W razie trudności dziecka (płacz, agresja, wycofanie) opiekunki reagują ze spokojem, zrozumieniem. Oferują pocieszenie, wsparcie, ale nie zmuszają na siłę do niczego. Jeśli dziecko wybiera rodzica/osobę bliską, opiekunki nie

interweniują i nie stają pomiędzy dzieckiem a rodzicem/osobą bliską.

- Opiekunki na bieżąco ustalają z rodzicem/osobą bliską zakres jej aktywności oraz czas i miejsce pobytu w grupie. Omawiają, jak dziecko funkcjonowało, jakie pojawiły się postępy, trudności. Wspólnie z rodzicami szukają rozwiązań ewentualnych problemów.
- Jeśli dziecko po dłuższym czasie (po 5 dniach) nadal ma duże trudności adaptacyjne, opiekunki konsultują sytuację z rodzicami i osobą kierującą instytucją oraz psychologiem/psycholożką. Wspólnie z rodzicami mogą zdecydować o wydłużeniu obecności rodzica/osoby bliskiej, modyfikacji planu adaptacji.

## **2. Zadania rodziców**

- Zapewnienie poczucia bezpieczeństwa dziecku przez obecność, uważne (nienadmierne) towarzyszenie dziecku.
- Rodzic ma obowiązek uprzedzenia dziecka o swoim wyjściu.
- Stwarzanie dziecku okazji na stopniowe wchodzenie w zabawy z innymi dziećmi (np. przez siedzenie w jednym określonym miejscu co skłania dziecko do podejmowania prób włączania się w interesujące je zabawy).
- Współpraca z opiekunkami i stosowanie się do wskazówek dotyczących miejsca pobytu i zakresu aktywności.
- Omawianie z opiekunkami postępów w adaptacji dziecka w czasie wyznaczonym na rozmowy przez personel

## **3. Przebieg adaptacji (harmonogram):**

- Dzień 1: Dziecko przebywa w sali wspólnie z rodzicem przez około 1 godzinę. Rodzic aktywnie uczestniczy w zabawach i wspólnie z dzieckiem poznaje przestrzeń, opiekunek oraz dzieci.
- Dzień 2: Dziecko przebywa w sali z rodzicem przez około 15 minut, po czym rodzic stopniowo wycofuje się, pozostawiając dziecko pod opieką opiekunek. Czas samodzielnego pobytu dziecka zostaje wydłużony o 20 minut.
- Dzień 3 i kolejne: Rodzic wchodzi razem z dzieckiem do sali, pomaga mu spokojnie się odnaleźć (np. pokazuje zabawki, wskazuje na opiekuna), następnie opuszcza salę. Dziecko zostaje w sali z opiekunkami. Ten schemat może być powtarzany dłużej, jeśli dziecko wciąż czuje się niepewnie w nowym środowisku. Każdy kolejny dzień zostaje wydłużony o minimum 20 minut.

Harmonogram może być modyfikowany w zależności od indywidualnych potrzeb dziecka oraz obserwacji personelu i rodziców.

## **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 m.in. następujące oznaki:

- dziecko rozpoznaje opiekunki, pozytywnie na nie reaguje;
- dziecko odchodzi od rodzica i bawi się bez jego udziału;
- dziecko akceptuje pocieszenie od opiekunek;
- dziecko po wyjściu rodzica, nawet jeśli się zasmuci lub wykaże inne negatywne emocje, potrafi się uspokoić w towarzystwie opiekunek;
- dziecko rozpoznaje elementy rutyny w żłobku – odkładanie butów i kurtki na miejsce, mycie rąk przed posiłkiem, siadanie do posiłku itp.;
- dziecko włącza się w zabawy inicjowane przez opiekunkę i/lub inne dzieci;
- dziecko samo sięga po ulubione zabawki;
- dziecko jest w stanie pójść na drzemkę podczas pobytu w żłobku;
- dziecko uczestniczy w posiłkach.

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