**Adaptační program DS Dráčata**

****

Naše dětská skupina Dráčata má zpracovaný adaptační program, který napomáhá všem účastníkům toho procesu (rodičům, dětem i pečujícím osobám) zvládnout příchod do nového prostředí a adaptaci na novou událost do nového kolektivu dětí v DS.

Inspirováno adaptačním programem MPSV – Adaptační program pro děti v DS s akcentem na věková a vývojová specifika, Hana Sotáková a PhDr. Pavla Presslerová, PhD.

Pokud se rodiče rozhodnou, že nastal čas, aby jejich dítě vyzkoušelo dětskou skupinu, nebo potřebují nastoupit do práce, ale obávají se, že by jejich dítě ještě klasickou školku nezvládlo, nabízíme možnost vyzkoušet dětskou skupinu.

Nástup dítěte do dětské skupiny je velkou změnou nejen pro dítě, ale i pro rodiče. Je pochopitelné, že ze začátku mohou jak rodiče, tak děti přicházet do dětské skupiny s jistou mírou nejistoty a obav. Je docela možné, že dítě s nástupem do dětské skupiny zažije první odloučení od rodiče. Proto je důležité, aby dítě prošlo adaptačním procesem, ve kterém mají svou nezastupitelnou pozici a vliv i rodiče a pečující osoby.

**Adaptační období**

Adaptačním obdobím rozumíme období nástupu dítěte do institucionálního zařízení, tedy i dětské skupiny, kde se dítě seznamuje s fungováním zařízení, jeho prostředím a osvojuje si základní pravidla, ale také si postupně zvyká na odloučení od rodičů. Pro dítě je důležité vědět, že pobyt v dětské skupině je časově omezen a rodiče si jej vždy vyzvednou. Toto období může trvat u dětí různě dlouho, obecně se uvádí doba mezi cca 4 týdny až 3 měsíci, jeho trvání je závislé na osobnostních faktorech dítěte, přístupu rodičů a pečujících osob. Výsledkem úspěšné adaptace dítěte na dětskou skupinu se projevuje tím, že dítě zvládá pobyt v dětské skupině, je zde spokojené, rozvijí si své schopnosti a dovednosti, tvoří si vazby s pečujícím personálem a dětmi.

Zásady pro rodiče aneb jak na snadnější adaptaci dítěte v dětské skupině:

1. Jistá míra obav, strachu je u dítěte batolecího věku zcela v pořádku a svědčí to o jeho dostatečném naplňování jeho potřeb ze strany rodičů a také citové vazbě k nim.

2. Pokud plánujete nástup dítěte v batolecím věku do dětské skupiny, neplánujte současně pokud možno příliš mnoho dalších významných změn v životě (např. nástup do zaměstnání v úplně stejný termín, narození sourozence, apod.), dítě by mohlo všechny změny těžce zvládat a adaptace by probíhala delší dobu.

3. Na nástupu dítěte do dětské skupiny pracujme s dostatečným časovým předstihem ještě před samotným zahájením docházky. S dítětem si povídejte doma o dětské skupině, o tom, jak to v ní chodí apod. (pokud je to možné, můžete spolu nějakou dětskou skupinu navštívit). Vždy ujišťujte dítě, že si pro něj opět přijdete. Stejně tak budou podporovat pečující osoby důvěru dítěte v to, že se maminka vždycky a brzy vrátí.

4. Věnujte podobný čas i sobě, i my, rodiče se potřebujeme na tuto změnu dostatečně připravit a své rozhodnutí vnímat jako správné. Pokud si je rodič nejistý, nedůvěřuje personálu, dítě to z něj vycítí, a může se třeba bát jít do školky (maminka má strach, tak já taky), a tyto pocity určitě u dítěte nechceme vyvolat.

5. Adaptace dítěte je individuální proces, každé dítě si může zvykat různě dlouhou dobu, překonávat různé počáteční potíže. Může se ukázat, že dítěti vstup do institucionální péče neprospívá a pro jeho zdravý vývoj je lepší počkat s nástupem o několik měsíců. Důležité je také pracovat s tím, že adaptační období může trvat 1 až 3 měsíce, a to při pravidelném docházení dítěte do skupiny (tzn. pokud dítě dochází do dětské skupin například pouze 2x v týdnu, a do toho je každý druhý týden nemocné, adaptační proces se prodlužuje), neměli bychom tudíž dělat předčasné závěry a možné adaptační problémy porovnávat se zkušenostmi jiných rodičů.

6. Je důležité vnímat změny v chování dítěte, komunikovat s dítětem, ne každé dítě reaguje na odloučení a stres pláčem. Další projevy v adaptačním procesu mohou být nechutenství, změny v komunikační potřebě, uzavření se do sebe, strhávání pozornosti na sebe. Vše je nutné konzultovat s pečujícím personálem, aby mohl dítěti tu správnou oporu a ulehčit proces adaptace.

7. Základem zvládnutí adaptačního období je intenzivní komunikace rodiny a pracovníků dětské skupiny, zpětná vazba a hledání individuálních řešení.

Shrnutí postupů, které mohou adaptaci usnadnit

1. Postupné si zvykání na nové prostředí, nejprve za přítomnosti rodiče. První dny se doporučuje docházka pouze na několik málo hodin, postupné prodlužování času v dětské skupině.

2. Přívětivé, ale neprodlužované loučení.

3. Povídání si s dítětem o tom, co v dětské skupině dělalo, jaké to pro něj bylo, apod. (Zde je důležité, aby měl rodič možnost seznámit se s konkrétním denním programem dětské skupiny, aby jeho dotazy mohly být konkrétní.) Doporučujeme s dětmi sledovat fotografie a krátká vide z průběhu dne v DS a poprosit děti o komentář, co se v ten den v DS dělo, jaké se hrály hry, jaké tam má dítě kamarády, která paní učitelka se mu líbí, jakou se neučilo písničku, co vyrábělo v ateliérech, na co nebo s čím si hrálo dítě venku, co vidělo na procházce atd.

4. Dobrovolné zapojení dítěte do jednotlivých aktivit.

5. Pravidelné docházky v dohodnuté dny, výjimky dělat jen z opravdu zásadních důvodů.

6. Pozitivní motivace dítěte, ale bez nutností odměny (dárku) za každý den v dětské skupině, ale umožnění vzít si s sebou například oblíbenou hračku, svoji oblíbenou dečku, která mu umožní navodit si ve skupině pocit bezpečí.

7. Dodržování všech slibů, které dítěti dáme.

8. Respektování individuálního procesu adaptace, trpělivost a citlivost. Neporovnáváme s druhými dětmi, každé dítě je jedinečné, stejně tak jeho situace.

9. Aktivní spolupráce s personálem dětské skupiny, důvěra v jejich kompetence.

10. Aktivní komunikace personálu s dětmi i v období, kdy ještě samy produkují řeč jen minimálně (popisujeme prováděné aktivity, využíváme vizualizačních prvků a prvků neverbální komunikace).

Jak již bylo několikrát zdůrazněno, adaptační období může být klíčové pro úspěšné zařazení dítěte do skupiny, pokud je dobře zvládnutý, dítě se naučí překonat odloučení od rodiny a může si začít užívat aktivity, které mu skupina nabízí. Hlavním cílem je, aby se dítě cítilo ve skupině bezpečně, aby se cítilo přijímané a aby pochopilo a přijalo denní režim zařízení. Není třeba se znepokojovat drobnými překážkami v adaptačním procesu (nemoc dítěte, obtíže při loučení s rodiči), jde spíše o to, snažit se je konstruktivně řešit.

Věřte, že v naší dětské skupině nám jde především o to, aby si u nás dítě budovalo zdravé sebevědomí, cítilo se bezpečně s přátelským přijetím, cítilo se důležitě, významně, jedinečně. Cítilo se součástí skupiny a rozvíjelo se dle svých zájmů. Je naším velkým přáním, aby se děti do DS Lvíčata těšily a odpoledně nechtěly odejít. Respektujeme jedinečnost každého dítěte.