

Załącznik Nr 1 do Zarządzenia Dyrektora Poznańskiego Zespołu Żłobków Nr 12/2021 r.  
z 11.06.2021 r.

## **Program adaptacji dzieci w Poznańskim Zespole Żłobków\***

Pójście do żłobka to bardzo duża zmiana w życiu dziecka i jego rodziców.

Dziecko poznaje zupełnie nowe otoczenie, zmienia tryb życia musząc dostosować się do nowego rytmu dnia, poznaje i buduje kontakt z nowymi osobami dorosłymi, staje się członkiem większej grupy społecznej, musi nauczyć się, że jego potrzeby nie są zaspokajane od razu i trzeba poczekać na swoją kolej.

Udział rodziców w procesie adaptacji dziecka w żłobku ma podstawowe znaczenie dla prawidłowego jej przebiegu. Opiekunowie prowadzą proces adaptacji dziecka przy ścisłej współpracy z rodzicami.

Podstawowym celem procesu adaptacji jest umożliwienie dziecku zdobycie zaufania do nowego otoczenia oraz stworzenie więzi z opiekunem przy współpracy z rodzicami.

Adaptacja dziecka do żłobka przebiega w obecności rodziców i jest dostosowana indywidualnie do każdego dziecka. Adaptacja przebiega stopniowo, by wysiłek związany z poznawaniem nowego otoczenia rozłożyć w czasie. Program adaptacyjny obejmuje adaptację wstępną i wrześniową.

### **I. Adaptacja wstępna oraz przygotowanie dziecka do pójścia do żłobka w domu**

Adaptacja wstępna oraz przygotowywanie dziecka do pójścia do żłobka powinno trwać minimum dwa miesiące przed rozpoczęciem adaptacji wrześniowej, optymalnie trzy miesiące lub dłużej. Adaptacja wstępna i przygotowanie dziecka w domu powinny opierać się przede wszystkim na systematyczności w realizacji założonych działań oraz wprowadzanych stopniowo zmian.

#### **1. Adaptacja wstępna**

##### **1) Spotkanie informacyjne dla rodziców**

Proces adaptacji rozpoczyna się od spotkania informacyjnego dla rodziców prowadzonego przez dyrektora i przyszłych opiekunów. Rodzice zostają zaproszeni na spotkanie w formie przyjętej zwyczajowo w żłobku. Mogą także otrzymać drogą mailową pełną dokumentację związaną z rozpoczęciem uczęszczania dziecka do żłobka. Spotkanie może mieć formę grupową lub odbywać się indywidualnie z poszczególnymi rodzicami lub też przybrać formę mniejszych grup. Na spotkaniu rodzice poznają zasady działania żłobka, przestrzeń żłobka, przyszłe sale dziecka oraz otrzymują informacje w jaki sposób mogą przygotować dziecko do żłobka w domu. Przedstawiony jest również program adaptacji wstępnej i wrześniowej. Rodzice wypełniają „Ankiety informacyjną o dziecku”\*\* (załącznik nr 1), by przekazać podstawowe informacje o rozwoju i potrzebach dziecka. Bardzo ważne jest rzetelne wypełnienie ankiety oraz przekazanie opiekunkom wszelkich informacji na temat dziecka (jego stanu zdrowia, przyzwyczajzeń, samodzielności, potrzeb, diety). Ankieta podlega aktualizacji przed adaptacją wrześniową. Rodzice otrzymują również na spotkaniu „Przewodnik po żłobku” z wszystkimi ważnymi informacjami o żłobku i procesie adaptacji wraz z harmonogramem dnia w żłobku.

## 2) List do dziecka

Dzieci przed rozpoczęciem uczęszczania do żłobka otrzymują od opiekunek/ów grupy, do której dziecko zostało zapisane, list z ich zdjęciami. List pomaga budować kontakt z dzieckiem jeszcze przed rozpoczęciem pobytu w żłobku. List jest wręczany rodzicom na spotkaniu informacyjnym może zostać również wysłany pocztą lub mailem.

## 3) Zajęcia zabawowe dla dzieci wraz z rodzicami

W okresie poprzedzającym adaptację wrześniewą dzieci przychodzą systematycznie do żłobka wraz z rodzicem lub bliską osobą z rodziny na zajęcia do żłobka\*\*\*. Optymalna częstotliwość zajęć to dwa pobyty w ciągu tygodnia. Zajęcia polegają na zabawach organizowanych przez opiekunki/ów. W tym czasie dzieci poznają przede wszystkim otoczenie żłobka oraz opiekunki/ów. Zajęcia sprzyjają integracji dzieci i rodziców oraz opiekunek/ów. Dzieci mają możliwość poznania nowego środowiska w bezpiecznych warunkach. Rodzice uczą się nowych zabaw z dziećmi. Rodzic w trakcie zajęć umożliwia dziecku przede wszystkim poznanie i oswojenie się z opiekunami. Zajęcia warsztatowe dla rodziców z dziećmi organizowane są w godzinach popołudniowych.

Zajęcia mogą być również realizowane w formie odwiedzin w ogrodzie żłobkowym w wyznaczone dni.

## 2. Przygotowanie dziecka do pójścia do żłobka w domu

- 1) **Trenowanie rozstań z dzieckiem** i stwarzanie okazji, by dzieckiem zajmował się ktoś inny niż tylko mama i tata. Ważne, by dziecko pozostawało pod opieką w domu lub poza nim z osobami, które zna i którym ufa. Należy pamiętać, by przed rozstaniem spokojnie pożegnać się z dzieckiem i powiedzieć o porze powrotu.
- 2) **Wypracowanie przez rodziców w sobie pozytywnego nastawienia do żłobka**, zaakceptowanie sytuacji pozostawienia malucha pod opieką opiekunki w żłobku.
- 3) **Wprowadzenie dziecka w świat żłobka poprzez opowiadanie o żłobku**, czytanie i oglądanie z nim książeczek o żłobku, **budowanie pozytywnego obrazu żłobka u dziecka**, opowiadanie o tym, że dziecko w żłobku przebywać będzie z ciociami bez mamy i taty.
- 4) **Przyzwyczajanie dziecka do rytmu dnia żłobka** (pory posiłków, snu – zbliżone do harmonogramu dnia żłobkowego). Po starcie żłobkowym należy zachować wdrożony rytm dnia także w weekendy.
- 5) **Rozwijanie samodzielności dziecka**. Im dziecko będzie bardziej samodzielne, tym pewniej będzie czuło się w żłobku.

## II. Adaptacja wrześniewa (minimalny czas trwania – dwa tygodnie)

### 1. Etap wstępny

- 1) **Przygotowanie emocjonalnej wyprawki**. Rodzice pomagają wybrać dziecku ulubioną przytulankę, ulubioną zabawkę czy pieluszkę, którą zabierze do żłobka\*\*\*\*.

- 2) **Kącik rodzinny w żłobku.** Rodzice wybierają z dzieckiem zdjęcie rodziny, a następnie zalaminowane dostarczają do żłobka w wyznaczonym terminie. Opiekunowie przygotowują kącik ze zdjęciami dzieci i ich rodzin lub książeczki, do których dzieci będą mieć łatwy dostęp. Zdjęcia rodzinne oraz przyniesione przedmioty będą dla dziecka namiastką domu.
- 3) **Wyprawka i stałe miejsce na rzeczy dziecka.** Rodzice otrzymują informację o szafce dla dziecka w szatni. Opiekun wraz z rodzicem pokazuje to miejsce dziecku. W szafce umieszczone zostają rzeczy przyniesione w ramach wyprawki.

## 2. Pierwszy tydzień adaptacyjny

W tym czasie następuje stopniowe wprowadzenie dziecka w życie grupy w obecności rodzica lub innej bliskiej osoby np. babci\*\*\*. Dziecko w towarzystwie bliskiej mu osoby nawiązuje kontakt z opiekunką/em, opiekun/ka stopniowo przejmuje opiekę nad dzieckiem, przeprowadza pierwsze rozstania, stopniowo wydłuża samodzielny czas pobytu dziecka w żłobku. Każde dziecko ma wyznaczoną główną/ego opiekunkę/a, która/y będzie prowadzi/a proces adaptacji.

Rodzic przez pierwsze trzy dni przez ok. 1 godzinę towarzyszy dziecku w placówce. W tym czasie opiekun/ka poświęca czas wyłącznie dziecku, stopniowo nawiązując z nim kontakt oraz przejmuje od rodzica opiekę. Rodzic jest przy dziecku, dodaje mu odwagi, jednak w zabawie jest raczej pasywny. Dziecko poznaje otoczenie oraz opiekunkę/a, która/y prowadzi proces adaptacji. Rodzice wraz z dziećmi wcześniej umawiani są na określone godziny (harmonogram adaptacji). Liczba rodziców z dziećmi powinna być ograniczona w danym przedziale czasowym.

Czwartego dnia opiekun przeprowadza na krótki czas rozstanie dziecka z rodzicem. Rodzic żegna się z dzieckiem w obecności głównego opiekuna i wychodzi na korytarz. Bardzo ważne jest pożegnanie z dzieckiem z zastosowaniem znanych dziecku rytuałów, np. przytulenie, machanie bez przedłużania tego momentu. Rodzic powinien powiedzieć dziecku, kiedy wróci. Pierwsze rozstanie powinno być krótkie, aby dziecko mogło przeżyć sukces.

Piątego dnia dziecko będzie przebywać w małej grupie przez około dwie godziny. Jeżeli poprzedniego dnia dziecko dobrze zareagowało na rozstanie (potrafiło się czymś zająć, nie rozpaczowało, w chwili przykrości opiekun był w stanie je pocieszyć), czas rozstania jest wydłużony. Rodzice wówczas przebywają na korytarzu w żłobku.

W zależności od reakcji dziecka na rozstanie, wychowawca podejmuje decyzję o przebiegu dalszej adaptacji. Jeżeli dziecko w czasie pierwszego rozstania: potrafiło się czymś zająć, nie rozpaczowało, w chwili przykrości opiekun był w stanie je pocieszyć, to wskazówka, że rodzic może w następnych dniach wychodzić na dłużej np. 2, 3 h.

Adaptacja dzieci nowo przyjętych nie może zakłócać organizacji dnia dzieci uczęszczających już do żłobka.

## 3. Skrócony pobyt

Jeżeli jest to możliwe, ze względu na intensywność doświadczeń i nowości dla dziecka, w pierwszych tygodniach września wskazany jest krótszy pobyt dziecka w żłobku i stopniowe wydłużanie samodzielnego pobytu.

W tej fazie rodzice nie przebywają już z dzieckiem w żłobku, lecz pozostają w kontakcie telefonicznym na wypadek, gdyby potrzebna było ich pomoc, by uspokoić dziecko.

Okres adaptacji jest zakończony, jeśli dziecko akceptuje opiekuna jako osobę, której można zaufać i wprawdzie może protestować przeciw odejściu mamy lub taty, ale potem daje się uspokoić i bawi się w dobrym nastroju.

### **III. Adaptacja dzieci nowo przyjętych w grupach starszych w których przebywają dzieci uczęszczające już do żłobka może przybrać formę uzależnioną od warunków lokalowych i organizacyjnych.**

#### **1. Adaptacja wstępna oraz przygotowanie dziecka do pójścia do żłobka w domu – realizowana zgodnie z pkt. I. 1 oraz I.2.**

#### **2. Adaptacja wrześniowa realizowana w formie skróconego pobytu**

Ze względu na intensywność doświadczeń i nowości dla dziecka, w pierwszych tygodniach września wskazany jest krótszy pobyt dziecka w żłobku i stopniowe wydłużanie samodzielnego pobytu.

### **IV. Narzędzia wykorzystywane w czasie adaptacji:**

- Ankieta informacyjna o dziecku
- List do dziecka i rodzica
- Zdjęcia rodziny lub książeczki rodzinne
- Obiekty zastępcze i ulubione zabawki
- Rytm dnia w grupie formie obrazkowej lub zdjęciowej (grupy starsze)
- List do dziecka w sytuacji choroby lub dłuższej nieobecności
- Symbole graficzne w przestrzeni ułatwiające dzieciom orientację – stółki

### **V. Adaptacja dzieci kontynuujących swój pobyt w żłobku, a zmieniających salę i niektórych opiekunów.**

#### **Czerwiec/Lipiec**

#### **1. List do rodzica i dziecka**

Przekazanie rodzicom listu z pokreśleniem, jak ważne są wszystkie przejścia w życiu dziecka, na czym polega obecna zmiana, jak można wesprzeć dziecko w tej sytuacji zmiany, kto będzie opiekunem od września. Przekazanie listu do dziecka, na zdjęciu są wszystkie opiekunki.

#### **2. Ankieta informacyjna o dziecku**

Obecne opiekunki wypełniają ankietę informacyjną o dzieciach (lub inną formę dokumentu). Ankieta zawiera ważne informacje o dziecku i rodzinie.

#### **3. Podział na kluczowych opiekunów dzieci**

Opiekunki dzielą się opieką nad dziećmi.

#### **Lipiec/Sierpień**

#### **1. Nawiązywanie kontaktów przez główne opiekunki z przyszłymi podopiecznymi**

Dotychczasowi opiekunowie co najmniej dwa razy odwiedzają przyszłą nową salę z grupką dzieci. Dzieci zostają przywitane przez przyszłego kluczowego opiekuna. Następnie „nowe” opiekunki wchodzi pojedynczo do grupy i mają spotkania indywidualne z dziećmi, nakierowane na poznanie

się i nawiązanie więzi. Gdy dzieci je już poznają, ufają im i je akceptują, opiekunki z jednym lub dwojgiem dzieci odwiedzają nową salę.

Jeżeli opiekunowie wiedzą, że w lipcu/sierpniu część dzieci nie będzie już uczęszczała do grupy, po nawiązaniu więzi przenoszą dzieci po dwoje do nowej grupy - szczególnie dzieci z trudnościami adaptacyjnymi.

Podczas pobytu na dworze opiekunowie wchodzą w kontakty z dziećmi, bawią się z nimi, integrują grupy.

## **Wrzesień**

### **1. Propozycja pobytu skróconego**

Rodzicom proponuje się w pierwszym tygodniu pobyt skrócony. Dzieci witane są rano przez wszystkie wychowawczynie.

### **2. Narzędzia budujące poczucie bezpieczeństwa dziecka w żłobku:**

- zdjęcie rodzica lub książeczki rodzinne,
- obiekty zastępcze, ulubione zabawki,
- własna szafka, pudełko oznaczone zdjęciem dziecka,
- oznaczenia w przestrzeni poprzez zdjęcia dzieci oraz zrozumiałe symbole graficzne ,
- rytm dnia,
- list do dziecka ze zdjęciem opiekunów i list do rodzica,
- list do dziecka w sytuacji choroby lub dłuższej nieobecności.

Adaptacja dzieci zmieniających salę, grupę oraz niektórych opiekunów realizowana jest w ww. miesiącach oraz zawsze, gdy we współpracy z rodzicami zostaje podjęta decyzja o zmianie grupy i sali.

\*Program opracowany na podstawie: „Wsparcie na starcie. Jak przygotować dziecko do żłobka i wspierać je w pierwszych dniach? oraz „Małe dzieci warte poznania” autorstwa Instytutu Małego Dziecka im. Astrid Lindgren.

\*\* Załącznik nr 1 – Ankieta opracowana przez Instytut Małego Dziecka im. Astrid Lindgren z uwzględnieniem zmian.

\*\*\*Ze względu na zagrożenie epidemiczne rodzice zobowiązani są do przestrzegania Procedury obowiązującej w tym zakresie w żłobku. Otrzymują do zapoznania się właściwe dokumenty, potwierdzają ich przestrzeganie oświadczeniem i codziennie dostarczają (także w czasie adaptacji) ankietę o stanie zdrowia dziecka. Rodzice zobowiązani są do bezwzględnego przestrzegania zasad sanitarnych (zakrywanie ust i nosa, dystans społeczny, ochroniacze na obuwie wewnątrz budynku).

\*\*\*\* Ze względu na zagrożenie SARS-CoV-2 przyniesienie przytulanki, zabawki, pieluszki nie jest możliwe.