

Adaptacja dziecka w Pozytywnym Żłobku nr 3

Dla dziecka moment pójścia do żłobka jest niewątpliwie sytuacją budzącą silne emocje. Dzieci uczęszczające do żłobka będą się różniły między sobą pod względem zdolności przystosowawczych. Niektóre adaptują się do nowych warunków łatwo i szybko, inne natomiast, mają w tym zakresie duże trudności. Dlatego naszym celem będzie wprowadzenie **programu adaptacyjnego**, chcąc chociaż częściowo złagodzić stres związany z koniecznością rozstania się z rodzicami na dłuższe godziny.

Wszystkie podejmowane przez nas działania mają na celu ułatwić dzieciom start w żłobku, stworzyć żłobek przyjazny dzieciom, otwarty na ich potrzeby. Aby się to udało musimy jasno sprecyzować nasze cele, które pomogą nam zagwarantować sukces pedagogiczny, a dzieciom pozwolą na bezstresowe przekraczanie progu w naszym żłobku. Realizacja celów będzie stale dopasowywana i doskonalona do potrzeb dzieci. Oto cele które nam przyświecają w realizacji programu adaptacyjnego:

Cel główny:

- Wspomaganie dziecka i złagodzenie stresu w procesie przystosowania do życia w żłobku.
- Przygotowanie rodziców i pomoc w procesie przystosowania dziecka.

Cele szczegółowe:

- Poznanie nowego otoczenia tak, aby dziecko czuło się bezpiecznie.
- Tworzenie wokół dziecka atmosfery życzliwości, zaufania, zrozumienia i akceptacji dla jego zachowań.
- Zaspokajanie potrzeb poznawczych i społecznych.
- Kształtowanie poczucie przynależności do grupy żłobkowej.
- Nawiązanie współpracy z rodziną w celu włączenia jej w przygotowanie dziecka do pobytu w żłobku.
- Obniżenie lęku rodziców związanego z koniecznością oddania dziecka pod opiekę personelu w żłobku.
- Uświadomienie rodzicom potrzeb emocjonalnych dziecka.

Maluch z dnia na dzień zostaje wrzucony w nieznanne środowisko. Nowe jest otoczenie, przestrzenie, osoby, oczekiwania, rytm dnia, jedzenie. Konsekwencją tego jest fakt, że dziecko nie jest w stanie kontrolować sytuacji i odczuwa ją jako zagrożenie.

Dziecko może reagować negatywnie w różny sposób:

- maluszek może mieć zaburzenia snu, trudności w zasypianiu, lęki nocne,
- u dziecka mogą pojawić się wymioty, brak apetytu, odmowa przyjmowania posiłków na terenie żłobka,
- dziecko może ponownie zacząć się moczyć zarówno w dzień jak i w nocy,
- u malucha może pojawić się płacz, lęk, niepokój,
- dziecko może przejawiać agresję lub niechęć,
- u dziecka można zauważyć zaburzenia aktywności. Dziecko w żłobku przez okres adaptacji w ogóle może się nie bawić. Brak działalności zabawowej kompensuje w domu stając się wtedy nadmiernie ruchliwe.

W tym trudnym dla dziecka okresie trzeba unikać przychodzenia do żłobka w ostatniej chwili, pośpiechu. Łagodniej maluszek może znieść rozłąkę, jeżeli rodzic kilka chwil pobędzie z dzieckiem w szatni, następnie czule, lecz stanowczo pożegna się, mówiąc wyraźnie kiedy odbierze je ze żłobka (np. po obiedzie, po spaniu itp). Nowe otoczenie, osoby, zabawki, duża grupa dzieci stanowią źródło intensywnej stymulacji. Powoduje to, że dziecko jest bardzo zmęczone. **Z tego między innymi względu istotne jest, by w okresie adaptacji dziecko było jak najmniejszą liczbę godzin w żłobku.** Dziecko może być pobudzone, płaczliwe, zaborcze, zazdrosne o każdą chwilę spędzoną z rodzicem. W ten sposób trudności związane z nową sytuacją dziecko odreagowuje w domu, przy kochających rodzicach, w bezpiecznych warunkach. Dzięki poświęceniu rodziców i ich czasu, zainteresowania, zrozumienia dziecko szybciej odnajdzie się w nowej rzeczywistości.

Adaptację ułatwia:

- **towarzystwo rodzica** w pierwszych dniach adaptacji i podejmowanie odpowiednich działań wspólnie z opiekunem tak, aby zminimalizować stres dziecka,
- **krótkie pożegnanie z dzieckiem** – nawet jeśli ono płacze, przytulcie je, powiedzcie, że wrócicie zaraz po drzemce lub obiedzie, pocałujcie i wyjdźcie – przeciąganie momentu pożegnania to kolejny stres dla dziecka i kolejne łzy. Pamiętajcie aby dotrzymywać słowa!,

- **konsekwencja w posyłaniu dziecka do żłobka** – pomimo, że dziecko płacze, tupie nogami, kurczowo się was trzyma, jest to normalna reakcja na rozstanie z rodzicem, na ogół taki stan utrzymuje się do 10-15 minut od wyjścia rodzica ze żłobka, a potem mija i dziecko włącza się w zabawę grupy,
- **umożliwienie zabrania z domu ulubionej zabawki,**
- **stopniowe wydłużanie pobytu dziecka w żłobku, najlepiej** niech codziennie zostaje w placówce dłużej o 30 minut,
- **ważne jest aby witać i żegnać dziecko z uśmiechem, niepokój może udzielić się dziecku,**
- **okazywanie dziecku zrozumienia i cierpliwości, wspierać go,**
- **dostarczanie dziecku zanim pójdzie do żłobka w miarę możliwości, doświadczeń przebywania z innymi dorosłymi bez mamy, stopniowo wydłużając czas rozstania,**
- **umożliwienie kontaktów z innymi dziećmi,**
- **odpowiednio wczesna pobudka** na tyle, aby dać dziecku szansę na spokojne zjedzenie śniadania i inne rutynowe czynności, bez pośpiechu.

Adaptację utrudnia:

- wyrzuty sumienia,
- niepewność decyzji,
- niepokój o dziecko,
- brak zaufania do placówki,
- zdenerwowanie, pośpiech, spóźnianie się,
- brak czasu dla dziecka,
- brak zrozumienia dla trudnych zachowań dziecka, odrzucenie dziecka,
- nadopiekuńczość,
- brak doświadczeń społecznych w kontaktach z innymi dorosłymi oraz dziećmi,
- pełny wymiar godzin – „rzucanie na głęboką wodę”.

Rodzice i opiekunowie muszą sobie zdawać sprawę, że choć okres adaptacyjny powinien trwać ok. 1-3 tygodni, to jednak jego długość zależy od wielu indywidualnych czynników. W czasie adaptacji kontakt z dzieckiem mają stałe osoby, które budują z dzieckiem kontakt i przejmują stopniowo opiekę nad dzieckiem, aby czuło się bezpiecznie.