



jednostka budżetowa
miasta stołecznego
Warszawy

STANDARDY ADAPTACJI

Żłobek nr 24
ul. Ks. J. Popiełuszki 15
01-595



W warszawskich żłobkach publicznych przyjęto standardy pracy w zakresie współpracy z rodzicami w okresie adaptacji, są nimi:

- Placówka organizuje adaptację nowych dzieci tak, by móc poświęcić uwagę każdemu z nich
- Rodzice lub inne bliskie dorosłe osoby towarzyszą dziecku w czasie adaptacji
- W placówce prowadzi się różne działania ułatwiające dzieciom adaptację
- Kadra uważnie buduje relacje z dzieckiem, szanując jego potrzeby
- Kadra rozpoznaje moment zakończenia adaptacji dziecka i wie, kiedy dziecko jest gotowe do rozstania z rodzicem
- Kadra zaznajamia rodziców z przebiegiem procesu adaptacji i jego znaczeniem dla zdrowia i rozwoju dzieci
- W trakcie adaptacji kadra daje wsparcie rodzicom w sytuacjach dla nich trudnych

*Standardy w obszarze *Współpraca z rodzicami w okresie adaptacji* zostały opracowane na podstawie: [Jakość od początku. Standardy jakości opieki i wspierania rozwoju dzieci do lat 3. \(2019\) pod redakcją Moniki Rościszewska–Woźniak.](#)

Placówka organizuje adaptację nowych dzieci tak, by móc poświęcić uwagę każdemu z nich

- Adaptacja w naszym żłobku jest prowadzona w taki sposób, aby jak najbardziej poznać dziecko oraz rodziców. Opiekunki starają się poświęcić czas na rozmowę z każdym z rodziców oraz nawiązać kontakt z maluchem. W celu realizacji tego zadania proces adaptacyjny rozłożony jest w czasie (czas adaptacji staramy się dostosować do możliwości dziecka i rodziców), a dzieci rozpoczynające przygodę ze żłobkiem są podzielone na kilka grup.
- Okres pobytu w żłobku jest rozłożony na różne godziny. Pomaga nam to poświęcić uwagę każdemu z najmłodszych, poznać jego przyzwyczajenia, zachowania i reakcje na różne bodźce. Staramy się pomóc dzieciom przyzwyczaić się do panujących w żłobku warunków. Wspieramy i oswajamy każde z dzieci z nowym otoczeniem (możliwość wejścia do każdej z sal, łazienki, wyjście do ogrodu).
- Informacje na temat Harmonogramu adaptacji znajdą Państwo na naszej stronie internetowej:

<https://zlobki.waw.pl/nasze-placowki/zlobki/zoliborz/zlobek-nr-24-ul-ks-j-popieluszki-15/>

- Szczegółowy podział godzinowy i informację, do której grupy zostanie przyjęte dziecko otrzymają Państwo na adresy e-mailowe.

Rodzice lub inne bliskie dorosłe osoby towarzyszą dziecku w czasie adaptacji

Adaptacja to proces, który jest trudny zarówno dla dzieci jak i rodziców. Niektórzy z Państwa po raz pierwszy mają styczność ze żłobkiem, inni doświadczyli już tego przy starszych dzieciach. Dla maluchów natomiast jest to zupełna nowość i ogromna zmiana w życiu. Dlatego też tak ważne jest (jeszcze przed posłaniem dziecka do placówki) pozytywne nastawienie się do procesu adaptacji. Warto pamiętać, że dzieci wyczuwają nastawienie rodziców – jeśli rodzic w pozytywny sposób myśli i mówi o żłobku, to maluch również będzie w podobny sposób go odbierać. Tak naprawdę to rodzic musi uwierzyć, że żłobek jest miejscem dobrym dla dziecka, stymulującym jego rozwój na różnorodnych płaszczyznach. Musi zaufać opiekunkom, które są profesjonalistkami z doświadczeniem

i współpracować z nimi dla dobra dziecka. Tylko wtedy młody człowiek widząc spokój rodzica sam powoli przekona się do żłobka i chętniej dołączy do zabawy z rówieśnikami.

Rodzice lub inne bliskie dorosłe osoby towarzyszą dziecku w czasie adaptacji

- Nasz żłobek dba o to, aby adaptacja odbywała się z udziałem rodzica lub innej osoby bliskiej dziecku (np. babcia, ciocia) i z pełnym zaangażowaniem dorosłego. Opiekun malucha podczas adaptacji jest zobowiązany do skupienia się na dziecku i wprowadzenia go w nowe otoczenie, dlatego też prosimy o nieużywanie w tym czasie telefonów/tabletów czy robienia zdjęć.
- W pierwszych dniach pobytu w żłobku opiekunki będą próbować nawiązać kontakt z dzieckiem i rodzicami, co pozwoli im poznać nowego żłobkowicza i zbudować z nim więź.
- Adaptacja z rodzicem pomaga również w poznaniu zwyczajów dziecka, sposobu komunikowania przez nie podstawowych potrzeb oraz jego reakcji na różne sytuacje. W czasie adaptacji rolą rodzica lub innej osoby dorosłej jest aktywny udział (wraz z dzieckiem) w zajęciach i zabawach prowadzonych przez opiekunki.

- Zachęcamy również do udziału w innych czynnościach takich jak: mycie rąk, przewijanie, jedzenie, sprzątanie zabawek czy wyjście do ogrodu.

W placówce prowadzi się różne działania ułatwiające dzieciom adaptację

- W pierwszych dniach adaptacji staramy się poświęcić jak najwięcej czasu na bezpośredni kontakt opiekuna z dzieckiem. Dlatego też opiekunki przygotowują różne zabawy i zajęcia dla dzieci. Są to zajęcia zarówno indywidualne jak i grupowe.
- Rozpoczynając zabawę opiekunki witają każde z dzieci (może to mieć formę krótkiej piosenki, wierszyka lub zwykłego przywitania np. poprzez przybicie piątki czy pomachanie ręką) i przy okazji poznają imiona dzieci. Często na początku przygody ze żłobkiem maluchy otrzymują naklejki z imieniem, tak aby nie mylić dzieci i zwracać się do nich bezpośrednio, po imieniu. Opiekunki proponują żłobkowiczom różne formy zabaw np. wspólne układanie klocków, taniec, gimnastyka i zabawy ruchowe, rysowanie kredkami itp. Wykorzystywane są również przeróżne akcesoria do zabaw np. chusta animacyjna, balony, hula – hop, piłki.

- Staramy się zachęcać nowych żłobkowiczów do uczestniczenia w zajęciach razem z rodzicem czy inną osobą bliską, ponieważ buduje to pewność siebie dziecka i pozwala poczuć się bezpiecznie w nowym miejscu i wśród nowopoznanych dorosłych i rówieśników.

W placówce prowadzi się różne działania ułatwiające dzieciom adaptację

- Opiekunki zaznajamiają dzieci z planem dnia w żłobku i czynnościami, które są ze sobą powiązane (np. mycie rąk przed posiłkiem, jedzenie i mycie rąk po posiłku). Pozwala to stopniowo przyzwyczaić dzieci do harmonogramu dnia i kolejności zdarzeń występujących po sobie. Staramy się również pokazać nowoprzyjętym do żłobka maluchom i ich rodzicom wszystkie sale, w których będą przebywać, łazienki oraz ogród. Poznanie otoczenia wpłynie pozytywnie na proces adaptacyjny.
- W jak największym stopniu chcemy wspomóc dziecko w trudnym procesie adaptacji i informujemy rodziców o możliwości przyniesienia przez malucha jego ulubionej zabawki/pieluszeki/smoczka. Prosimy jednak o pamiętaniu,

aby rzeczy takie były podpisane i bezpieczne dla dziecka i jego rówieśników (nie przynosimy bardzo małych zabawek, które dziecko może włożyć do buzi lub z ostrymi krawędziami).

Kadra uważnie buduje relacje z dzieckiem, szanując jego potrzeby

- Nawiązanie i zbudowanie relacji z dzieckiem to bardzo ważny proces zarówno dla malucha jak i opiekuna. Jest to stopniowe poznawanie potrzeb dziecka, nauka sygnałów wysyłanych przez niego w stosunku do innych osób oraz nauka komunikowania się z nim. Budowanie relacji to również danie poczucia bezpieczeństwa i wsparcia w trudnych chwilach.
- Opiekunki pracujące w naszym żłobku znają etapy rozwoju dziecka oraz normy rozwojowe i szanują potrzeby dziecka (nie tylko te ze strefy potrzeb fizjologicznych, ale również potrzeby emocjonalne). Zawsze starają się indywidualnie podchodzić do każdego malucha i reagować na bieżąco na jego zachowanie i emocje.

- Podczas pierwszych dni adaptacji, które malec spędza w placówce z rodzicem, opiekunki delikatnie próbują włączyć się w proces opieki nad nowym dzieckiem, ale zawsze pierwszeństwo we wszystkich czynnościach ma rodzic. Nie narzucają się dziecku, tylko spokojnie i stopniowo próbują nawiązać z nim kontakt. Zachęcają je do udziału w zabawie, ale nie zmuszają i gdy dziecko woli obserwować ją z boku – pozwalają na to.

Kadra uważnie buduje relacje z dzieckiem, szanując jego potrzeby

- Opiekunki obserwują zachowanie dziecka z rodzicem, tak aby w późniejszej opiece móc naśladować działanie rodzica względem malucha. Mowa tutaj np. o sposobie pocieszania dziecka, zachęcania do zabawy czy zwracania uwagi na jakieś zachowanie, sytuację. To również pozwoli malcowi poczuć się bezpiecznie i da mu pewien komfort, skoro rodzic i nowa ciocia zachowują się czy reagują w podobny sposób.
- Budowanie relacji w zgodzie z potrzebami dziecka to również spokojna i stopniowa adaptacja.

Staramy się podążać za dzieckiem i stopniowo wydłużać czas samodzielnego pobytu w żłobku. Opiekunki są w stałym kontakcie z rodzicami i razem decydują o ewentualnym wydłużeniu czasu pobytu czy pozostawienia dziecka na drzemkę.

Kadra rozpoznaje moment zakończenia adaptacji dziecka i wie, kiedy dziecko jest gotowe do rozstania z rodzicem

- Opiekunki potrafią rozpoznać moment, kiedy dziecko jest gotowe na samodzielny pobyt w żłobku. Z reguły staramy się czas samodzielnego pobytu wydłużać, żeby w końcu malec mógł spróbować zostać w placówce na drzemkę i ewentualnie czas po niej. Cały proces adaptacji jest omawiany przez opiekunów z rodzicami dziecka. Gdy widzimy jakieś trudności – staramy się znaleźć rozwiązanie i zmodyfikować harmonogram adaptacji pod dane dziecko, ale również zgodnie z możliwościami rodziców.
- Początkowo czas adaptacji to około 1,5 – 2 godzin. Czasami jednak zdarzają się sytuacje, gdy jest to za długo dla malucha – informujemy wtedy rodziców o konieczności szybszego odebrania dziecka. Opiekunki najlepiej wiedzą czy dziecko jest już gotowe na dłuższy pobyt. Jeśli widzimy, że żłobkowiec próbuje bawić się zabawkami lub dołącza do

zorganizowanych zajęć – powoli wydłużamy czas pobytu. Gdy adaptacja przebiega sprawnie to nawet w 3 – 4 tygodniu przygody ze żłobkiem podejmowana jest próba pozostawienia malca na drzemkę.

- Adaptację można uznać za udaną, gdy maluch próbuje nawiązać kontakt z opiekunką i umie pokazać swoje potrzeby. Dziecko powinno też podejmować próby samodzielnego jedzenia/picia lub chociaż wyrażać zgodę na pomoc opiekuna w tej czynności.

Kadra zaznajamia rodziców z przebiegiem procesu adaptacji i jego znaczeniem dla zdrowia i rozwoju dzieci

- Adaptacja to proces, podczas którego zarówno rodzicom jak i dzieciom towarzyszą przeróżne emocje, zarówno te negatywne jak i pozytywne. Rodzice zwykle odczuwają lęk, smutek czy obawę przed oddaniem malucha pod opiekę obcą osobą. Z drugiej strony mogą też czuć ulgę (bo dziecko w końcu dostało się do placówki) czy zadowolenie z racji np. powrotu do pracy. Wszystkie te emocje są naturalne i nie należy ich negować czy różnicować na dobre/złe.

- Dzieci również odczuwają wiele emocji. Pójście do żłobka jest dla nich ogromną zmianą i zupełnie naturalne jest, że mogą zachowywać się inaczej niż dotychczas. Często wśród dzieci rozpoczynających przygodę ze żłobkiem można zaobserwować zmiany w zachowaniu (mające miejsce w domu, po powrocie ze żłobka lub przed wyjściem do niego), takie jak: konieczność ciągłego kontaktu z dorosłym (np. noszenie na rękach, przytulanie) i nie odstępowanie go na krok, problemy ze snem i wybudzanie się w nocy (np. konieczność obecności rodzica przy zasypianiu, chociaż dotąd malec zasypiał sam, budzenie się w nocy, mimo że wcześniej ładnie przesypiał całą noc), problemy w sygnalizowaniu potrzeb fizjologicznych (u dzieci odpieluchowanych), chęć ciągłego „wiszenia” na piersi mamy (u dzieci karmionych piersią), problemy z apetytem, inne nietypowe zachowanie (np. dziecko raczej spokojne staje się bardzo pobudzone lub odwrotnie).

Kadra zaznajamia rodziców z przebiegiem procesu adaptacji i jego znaczeniem dla zdrowia i rozwoju dzieci

- Warto pamiętać, że emocje rodzica mają ogromny wpływ na dziecko. Jeśli rodzic denerwuje się, jest niepewny, smutny itp. z powodu posłania maluszka do żłobka to on niestety będzie te emocje przejmować. Również będzie źle odbierał to miejsce i ludzi. Dlatego podkreślamy, że bardzo ważne jest nie pokazywanie silnych emocji/obaw/lęków w obecności dziecka i nie rozmawianie na temat żłobka przy dziecku (przynajmniej w początkowej fazie adaptacji).
- Każdy rodzic dziecka przyjętego do naszego żłobka już podczas weryfikacji dokumentów jest informowany o tym, jak w naszej placówce przebiega adaptacja. Dodatkowe informacje przekazujemy również na zebraniu dla rodziców dzieci nowoprzyjętych, które corocznie odbywa się pod koniec sierpnia. Wtedy też jest przeznaczony czas na zadawanie pytań, oglądanie żłobka czy poznanie zasad ogólnych panujących w placówce.
- Dokładny harmonogram adaptacji i informację, do której grupy będzie uczęszczać dziecko będą przesyłane do rodziców w drugiej połowie sierpnia.

Kadra zaznajamia rodziców z przebiegiem procesu adaptacji i jego znaczeniem dla zdrowia i rozwoju dzieci

Plan dnia w żłobku

7:00-8:20 - przyjmowanie dzieci do placówki

8:20-8:30 - czynności pielęgnacyjne

8:30-9:00 - śniadanie

9:00-11:15 - zajęcia w salach lub w ogrodzie

11:15-11:30 - czynności pielęgnacyjne

11:30-12:00 - obiad (II danie) plus deser (owoce)

12:00-14:15 - przygotowanie do leżakowania oraz drzemka

14:15-14:30 - pobudka i czynności pielęgnacyjne

14:30-15:00 - zupa plus podwieczorek

15:00 - 17:00 - zajęcia w salach lub w ogrodzie i odbiór dzieci przez rodziców

W trakcie adaptacji kadra daje wsparcie rodzicom w sytuacjach dla nich trudnych

Cały personel naszego żłobka stara się być wsparciem dla rodziców w trakcie trwania adaptacji, ale również po jej zakończeniu. Wszelkie informacje dotyczące tego procesu przekazujemy rodzicom już podczas weryfikacji dokumentów czy zebrania. Harmonogram adaptacji jest dostępny przez cały rok na stronie internetowej żłobka.

Dodatkowo, w przypadku pytań czy wątpliwości, służymy rodzicom pomocą każdego dnia, od poniedziałku do piątku w godzinach 7:30 – 15:30. Można się z nami skontaktować:

- osobiście (w biurze żłobka),
- telefonicznie (nr tel. 723 248 061),
- e – mailowo (zlobek24@zlobki.waw.pl)

Kierownik żłobka przyjmuje interesantów, po wcześniejszym umówieniu się, od poniedziałku do piątku w godzinach 7:30 – 15:30. Telefon kontaktowy do kierownika : 797 990 824.

W trakcie adaptacji kadra daje wsparcie rodzicom w sytuacjach dla nich trudnych

Przed rozpoczęciem procesu adaptacji, podczas rozmów czy zebrania z rodzicami dzieci nowoprzyjętych, staramy się nakreślić najważniejsze zasady obowiązujące w trakcie pierwszych dni pobytu dziecka w placówce.

Do najważniejszych należą:

- Pozytywne myślenie i mówienie o żłobku przez rodziców oraz pozytywne nastawienie do placówki i opiekunów,
- Nie wprowadzanie w życie dziecka nagłych zmian bezpośrednio przed przyjściem do żłobka (np. odstawienie od piersi, odpieluchowanie, odzwyczajanie od smoczka, nauka samodzielnego spania w łóżku itp.),
- Stopniowe przyzwyczajanie dziecka do rytmu dnia w żłobku,
- Wcześniejsza próba pozostawienia dziecka pod opieką innych osób niż rodzice (np. ciocia, babcia),

- Spokojna adaptacja i stopniowe wydłużanie czasu pobytu w placówce,
- Przyniesienie do żłobka ulubionej zabawki dziecka/smoczka/pieluszki.

W trakcie adaptacji kadra daje wsparcie rodzicom w sytuacjach dla nich trudnych

- W pierwszych dniach pobytu dziecka w żłobku bardzo ważny jest również sposób komunikacji na linii rodzic – dziecko. Dla malucha to rodzic jest ogromnym wsparciem w tym trudnym procesie. Jest dla niego ostoją i bezpieczną przystanią. W związku z tym bardzo ważne jest tłumaczenie dziecku, dlaczego idzie do żłobka, co będzie tam robić. Można również powiedzieć, że mama czy tata idą teraz do pracy/na zakupy.
- Należy również dokładnie określić porę, kiedy rodzic po dziecko wróci np. „Mama przyjdzie po Ciebie po obiadku”, „Tata odbierze Cię jak zjesz podwieczorek” – taki komunikat jest dla dziecka bardziej dokładny niż np. określenie „Dziś odbiorę Cię jak skończę pracę”. Oczywiście jeśli już obiecamy dziecku odbiór

po obiedzie to rzeczywiście tak je odbierzmy, ponieważ ono mimo, że jest jeszcze małe to naprawdę wyczekuje obiadu i przyjścia mamy czy taty po jego zjedzeniu.

W trakcie adaptacji kadra daje wsparcie rodzicom w sytuacjach dla nich trudnych

- Kolejną bardzo ważną rzeczą jest sposób pożegnania z dzieckiem w szatni i przekazanie go opiekunce. Bardzo prosimy, aby pożegnania były krótkie i spokojne. Wydłużanie czasu rozstania nie jest dobre dla dziecka, szczególnie na początku przygody ze żłobkiem. Jeśli dziecko nie chce iść do opiekuna czy do sali samodzielnie to rodzic przekazuje dziecko. Można podać dziecko z rąk do rąk, ale to mama czy tata podaje dziecko opiekunowi – zawsze buzią malucha w kierunku opiekunki. Opiekun nie powinien zabierać dziecka od rodzica lub tym bardziej wyrywać go z jego objęć.
- Powitanie dziecka przy odbiorze również jest ważne. Szczególnie na początku przygody ze żłobkiem prosimy rodziców o nie zadawanie maluszkowi zbyt wielu pytań o to, co robił w placówce, czy się bawił, jadł itp. Najlepiej przywitać się z dzieckiem, przytulić je i pochwalić, że świetnie sobie poradziło w żłobku. Po

adaptacji w placówce zachęcamy do spędzenia czasu z dzieckiem. Świetnym pomysłem będzie spacer czy wspólna zabawa, szczególnie taka, którą uwielbia dziecko. W tym trudnym dla dziecka okresie proponujemy, aby jak najwięcej czasu spędzać bezpośrednio z nim, aby nie czuło się porzucone czy osamotnione.

W trakcie adaptacji kadra daje wsparcie rodzicom w sytuacjach dla nich trudnych

- Należy pamiętać, że czas trwania adaptacji jest inny dla każdego dziecka. Jedno będzie potrzebowało na to kilku dni, inne tygodnia czy dwóch, a jeszcze inne miesiąca lub dłużej. Jest to kwestia bardzo indywidualna. Dlatego też staramy się dostosować ten czas do potrzeb dziecka i jego rodziców. Jesteśmy zwolennikami podążania za maluchem i zwracania uwagi na jego emocje, odczucia związane z poznaniem nowego miejsca, nowych osób czy spotkaniem dużej liczby dzieci w jednym miejscu. Czas w żłobku powinien być stopniowo wydłużany, aby dziecko miało możliwość spokojnego przyzwyczajania się do nowej sytuacji, zaakceptowania i polubienia jej.
- Przez cały ten okres opiekunki służą wsparciem rodzicom. Również po zakończeniu adaptacji można umówić się na rozmowę (telefoniczną lub w cztery oczy) w godzinach leżakowania dzieci. Wtedy opiekunki mają czas, aby na spokojnie porozmawiać z rodzicem o rozwoju dziecka, przebiegu jego adaptacji czy zachowaniu w żłobku. Na taką rozmowę najlepiej umawiać się

bezpośrednio z opiekunkami w grupie np. podczas odbioru dziecka z placówki. Takie spotkanie odbywa się w żłobku, w miejscu specjalnie do tego przeznaczonym, bez udziału innych osób.