



jednostka budżetowa
miasta stołecznego
Warszawy

PLAN ADAPTACJI

Żłobek nr 34

ul. Nowy Świat 47A

oraz filia Żłobka 34

ul. Badowska 2

W Warszawie



Serdecznie witamy wszystkie nowo przyjęte Dzieci i ich Rodziców w Żłobku nr 34 oraz w jego filii.

Adaptacja do żłobka to proces przystosowania się dziecka do nowego otoczenia, który może trwać od kilku do kilkunastu tygodni.

Adaptacja wymaga od dziecka czasu na przyzwyczajenie się do nowej sytuacji, nadmiaru bodźców (hałasu, szumu, obecności innych dzieci, itp.), odmiennego rytmu dnia oraz innego niż dotychczasowy sposobu zaspakajania potrzeb (spożywania posiłków, czekania na swoją kolej, odpoczynku).

Przede wszystkim jednak wymaga od dziecka akceptacji kilkugodzinnej rozłąki z rodzicem. Jest to trudne zarówno dla niego, jak i jego rodziców. Wiąże się z wieloma wątpliwościami i trudnymi emocjami.

Rozstając się z dzieckiem rodzic może przeżywać niepokój, niepewność i lęk o jego bezpieczeństwo, a także mieć poczucie winy, że powierza dziecko obcym osobom.

Maluszek pozostawiony w nowym otoczeniu może czuć się zalękniony i nieszczęśliwy. Nie zna jeszcze poczucia czasu i nie rozumie, że rodzice po niego wrócą.

Dzieci w odmienny sposób mogą reagować na trudności związane z adaptacją.

Pogodny dotąd maluszek może stać się płaczliwy i rozdrażniony. Może reagować częstymi zmianami nastrojów, trudnościami z zasypianiem, jedzeniem, zachowaniami agresywnymi, apatią i wzmożoną lękliwością. Mogą również wystąpić u niego reakcje somatyczne, np. wymioty, bóle brzucha, biegunki i podwyższona temperatura.

Dziecku niezbędna jest w tym okresie szczególna akceptacja, zrozumienie i cierpliwość ze strony rodziców.

Trudności związane z procesem adaptacji można złagodzić poprzez odpowiednie postępowanie osób dorosłych przed i w trakcie procesu adaptacyjnego.

Współpraca z rodzicami w okresie adaptacji jest niezwykle ważna dla zapewnienia dzieciom wysokiej jakości doświadczeń w czasie pobytu w żłobku.

W trosce o zapewnienie dzieciom i rodzicom warunków odpowiadających ich potrzebom w tym ważnym czasie, wszystkie warszawskie żłobki przyjęły wspólne standardy pracy w tym zakresie.

Standardy te uwzględniają współczesną wiedzę na temat potrzeb rozwojowych najmłodszych dzieci oraz wieloletnie doświadczenie stołecznych wychowawców, pielęgniarek i innych specjalistów.

Standardy dotyczące współpracy z rodzicami w okresie adaptacji*

- 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 te zostały opracowane na podstawie broszury: Jakość od początku. Standardy jakości opieki i wspierania rozwoju dzieci do lat 3. (2019) pod redakcją Moniki Rościszewska–Woźniak.

Schemat adaptacji w Żłobku nr 34 oraz w jego filii

Pierwszy tydzień

W pierwszym dniu zapraszamy na dwie godziny, np. w godz. 8.00-10.00 lub 9.45 - 11 45. Zależy nam na Państwa nieprzerwanej obecności. Ważne jest, aby dziecko wprowadzone zostało do obcego dla siebie miejsca przez osobę, którą zna, i której ufa. Może uda mu się nawet zjeść obiad?

W drugim dniu zapraszamy Państwa również na dwie godziny - w godz. 8.00 – 10.00 – wtedy również prosimy o Państwa obecność. To okazja do zobaczenia, jak wyglądają żłobkowe poranki, śniadanie oraz czas przed wyjściem do ogrodu.

Przez kolejne trzy dni mogą Państwo towarzyszyć dziecku na sali w wyżej wymienionych godzinach (9.45 - 11 45 lub 8.00 – 10.00).

Jeżeli jednak wspólnie z paniami opiekunkami uznają Państwo, że dziecko może już przez te dwie godziny zostać samo, oczywiście, jest taka możliwość. Prosimy jednak wtedy, aby nie oddalali się Państwo zbyt daleko od żłobka, ponieważ jeżeli dziecko będzie płakać, zależy nam, aby byli Państwo w pobliżu i mogli do niego wrócić.

Drugi tydzień

proponujemy, aby dziecko zostawało na sali bez Państwa obecności – na 2 godziny lub od śniadania do obiadu – w zależności od tego, jak sobie radzi z rozstaniem.

Panie opiekunki i pani psycholog chętnie będą rozmawiać z Państwem, aby omawiać wszelkie sprawy dotyczące dziecka i jego dobrostanu.

Trzeci tydzień – zapraszamy dzieci przynajmniej od śniadania do obiadu.

Maluszki, które dobrze sobie radzą z rozstaniem, możemy nawet spróbować zostawić na drzemkę i odebrać po podwieczorku ok 14.45 15.

Część dzieci będzie potrzebowała jednak więcej czasu na oswojenie się z perspektywą spania w żłobku, więc taką możliwość zaproponujemy im w kolejnym tygodniu.

Zazwyczaj proces pełnej adaptacji dziecka do żłobka trwa ok 4 tygodni, chociaż naturalną rzeczą są odstępstwa od tej reguły.

Mamy świadomość, że Państwa obowiązki zawodowe lub względy rodzinne mogą wymagać skrócenia do minimum okresu adaptacji dziecka do żłobka. W takim przypadku, oczywiście, wyjdziemy naprzeciw Państwa oczekiwaniom.

Jeżeli jednak nic nie stoi na przeszkodzie spokojnemu, rozciągniętemu w czasie wdrożeniu dziecka do żłobkowego rytmu - zachęcamy do skorzystania z naszej propozycji.

Wszystkim nam zależy, aby rozstanie z rodzicem przebiegło u maluszków w możliwie najmniej stresujący sposób.

Start w żłobku mogą ułatwić zarówno Państwu, jak i Państwa dzieciom:

- pozytywne nastawienie do placówki, zaufanie do personelu,
- wcześniejsze próby pozostawienia dziecka z innymi dorosłymi, bez obecności rodziców,
- wcześniejsze umożliwienie maluszkowi kontaktu z innymi dziećmi,
- rozmowa z dzieckiem na temat żłobka, tłumaczenie nowej dla niego sytuacji, pokazanie budynku żłobka i jego okolic,
- dostosowanie rytmu dnia dziecka do planu dnia w żłobku,
- unikanie chaosu i pośpiechu podczas porannego wyjścia z domu,
- wspieranie samodzielności dziecka podczas jedzenia, rozbierania się i ubierania, korzystania z toalety, itp.,
- stopniowe przyzwyczajanie dziecka do pobytu w żłobku, towarzyszenie mu w pierwszych dniach,
- krótkie, serdeczne pożegnanie z dzieckiem przed wejściem do sali i obietnica, że odbierze się dziecko w określonym momencie dnia, np. przed leżakowaniem, po podwieczorku, itp.; ułatwi to dziecku orientację w czasie,
- okazywanie dziecku wsparcia, akceptacji i zrozumienia w tym trudnym dla niego okresie,
- wspólne spędzanie czasu z dzieckiem po wyjściu ze żłobka,
- szukanie wsparcia u psychologa w żłobku w przypadku rodziców i dzieci, którzy ciężko radzą sobie z własnymi emocjami,

Serdecznie zapraszamy Państwa i Dzieci do uczestnictwa w procesie adaptacji.

W naszym żłobku stworzyliśmy profesjonalne środowisko wychowawcze, którego pracownicy chętnie Państwu pomogą, doradzą i udzielą wsparcia.

Dołożymy wszelkich starań aby Państwa dzieci były u nas szczęśliwe, a Państwo zadowoleni ze sprawowanej przez nas opieki.

Zachęcam do korzystania z rad i uwag pań opiekunek – to profesjonalistki mające długi staż w pracy z małymi dziećmi. Chętnie podzielę się z Państwem swoją wiedzą i doświadczeniem.

Zachęcam również do zapoznania się z Informatorem dla Rodziców stanowiącym praktyczny przewodnik po funkcjonowaniu naszych placówek. Informator w trzech wersjach językowych: polskiej, angielskiej i ukraińskiej znajdą Państwo na stronie internetowej Zespołu Żłobków m.st. Warszawy w zakładce *Jakość opieki/Wspieranie rodziców/Informator dla rodziców* (<https://zlobki.waw.pl/informator-dla-rodzicow/>)

Wszystkiego dobrego!

Kierownik Żłobka nr 34 Urszula Pawlak

wraz z Pracownikami