

RAMOWY PROGRAM ADAPTACJI

Wprowadzenie

Adaptacja w żłobku to proces, w którym dziecko uczy się funkcjonowania w nowym środowisku, innym niż domowe. Zmiana otoczenia, pojawienie się nowych osób i większej grupy dzieci to dla malucha duże wyzwanie emocjonalne, dlatego proces adaptacji powinien być podjęty w sposób przemyślany, stopniowy i dostosowany do indywidualnych potrzeb dziecka.

Okres adaptacji może wiązać się z różnymi reakcjami emocjonalnymi i fizjologicznymi (lęk, napięcie, trudności z zasypianiem, regres). Czas przystosowania jest indywidualny — jedne dzieci adaptują się szybko, inne potrzebują znacznie więcej czasu. Adaptacji podlegają również rodzice, którzy często mierzą się z lękiem i wątpliwościami.

Żłobek Miejski w Ustrzykach Dolnych prowadzi proces adaptacji w sposób świadomy, empatyczny i oparty na współpracy z rodziną dziecka. Celem programu jest zapewnienie dzieciom poczucia bezpieczeństwa, ułatwienie im wejścia w nowe środowisko oraz pomoc rodzicom w zrozumieniu emocji i potrzeb dziecka.

I. Cel główny programu

Celem głównym programu adaptacji jest **zapewnienie nowo przyjętym dzieciom możliwie najłagodniejszego i bezpiecznego przejścia z domu do środowiska żłobkowego**, z uwzględnieniem ich indywidualnych potrzeb rozwojowych i emocjonalnych.

II. Cele szczegółowe programu

W odniesieniu do dziecka:

- zmniejszenie napięcia emocjonalnego związanego z rozstaniem z rodzicem,
- zminimalizowanie lęku przed nowym otoczeniem,
- poznanie opiekunów i przestrzeni żłobka,
- stopniowe nawiązywanie relacji z rówieśnikami,
- oswojenie codziennych czynności żłobkowych (posiłki, zabawy, odpoczynek).

W odniesieniu do rodziców:

- zapoznanie rodziców z funkcjonowaniem żłobka, personelem oraz zasadami adaptacji,
- przygotowanie rodziców do radzenia sobie z emocjami własnymi i dziecka,
- wzmocnienie zaufania do personelu,
- zachęcenie do współpracy i bieżącej komunikacji.

W odniesieniu do opiekunów:

- poznanie dzieci i ich potrzeb,
- zdobycie informacji od rodziców o przyzwyczajeniach i trudnościach dziecka,
- bieżąca obserwacja i ocena przebiegu adaptacji,
- współpraca z rodzicami w celu dostosowania procesu adaptacyjnego.

III. Standardy realizacji adaptacji

- Adaptacja odbywa się stopniowo i z poszanowaniem tempa każdego dziecka.
- Rodzic **od pierwszego dnia pobytu dziecka w żłobku nie wchodzi na salę**, zgodnie z zasadami obowiązującymi w placówce. Zasada niewchodzenia rodziców na salę od pierwszego dnia pobytu dziecka wynika z przyjętych w Żłobku zasad organizacyjnych, bezpieczeństwa oraz potrzeby zapewnienia dzieciom spójnych warunków adaptacji.
- Rodzice mają możliwość przygotowania się do rozstań podczas spotkania adaptacyjnego z psychologiem.
- Personel prowadzi systematyczną obserwację dzieci i omawia z rodzicami ich postępy.
- Czas pobytu dziecka w placówce jest stopniowo wydłużany, **po konsultacji z rodzicami**.
- Kadra udziela rodzicom wsparcia w sytuacjach trudnych i odpowiada na bieżące pytania.
- **W każdej grupie opiekunki są odpowiedzialne za realizację procesu adaptacji**. Osoby te koordynują przebieg adaptacji dzieci danej grupy, utrzymują bieżący kontakt z rodzicami oraz współpracują z psychologiem i dyrektorem w przypadku trudności adaptacyjnych.
- Dodatkowo Żłobek Dolnych przygotował dla rodziców i dzieci **Książeczkę Adaptacyjną**, w której znajdują się najważniejsze informacje dotyczące placówki. Zawiera ona m.in. przedstawienie personelu („cioć”), opis sal i przestrzeni, zdjęcia pomieszczeń, krótkie informacje o planie dnia oraz zasadach funkcjonowania żłobka. Książeczka pomaga oswoić dziecko z nowym miejscem, a rodzicom ułatwia przygotowanie malucha do pierwszych dni pobytu. Dzięki niej proces adaptacji może przebiegać spokojniej, a dziecko ma możliwość stopniowego poznawania żłobka jeszcze przed rozpoczęciem uczęszczania.

IV. Zadania personelu

1. Nawiązanie kontaktu z rodzicami przed rozpoczęciem uczęszczania dziecka

- zebranie informacji o dziecku (wywiad, Karta Informacyjna),
- omówienie zasad funkcjonowania żłobka, planu dnia, organizacji posiłków oraz adaptacji,
- wskazanie opiekunów odpowiedzialnych za poszczególne grupy,
- przygotowanie indywidualnego planu adaptacji.

2. Zapewnienie poczucia bezpieczeństwa dziecka

- stała obecność wyznaczonych opiekunów,
- akceptacja emocji dziecka, cierpliwość i łagodność,
- wspieranie dziecka w kontaktach z innymi dziećmi,
 - umożliwienie dziecku stopniowego odkrywania sali i nowych aktywności.

3. Ścisła współpraca z rodzicami

- codzienna wymiana informacji,
- konsultowanie i modyfikowanie planu adaptacyjnego,
- informowanie o postępach i trudnościach.

4. Obserwacja dziecka

- monitorowanie zachowań i samopoczucia,
- identyfikowanie potrzeb dodatkowego wsparcia,
- dokumentacja przebiegu adaptacji.

V. Zadania rodziców

1. Przygotowanie dziecka

- pozytywne nastawianie i rozmowy o żłobku,
- zapoznanie dziecka z drogą do placówki,
- wcześniejsze krótkie rozstania z osobami bliskimi,
- stosowanie w domu podobnych potraw jak w jadłospisach żłobkowych.

2. Współpraca z personelem

- przekazywanie ważnych informacji o dziecku,
- przestrzeganie zasad dotyczących pożegnań i odbioru dziecka,
- otwartość na konsultacje.

3. Wsparcie dziecka w domu

- akceptacja emocji, zapewnianie bezpieczeństwa,
- cierpliwość i spokój,
- konsekwentne rutyny.

VI. Założenia programu adaptacyjnego

- Standardowy czas adaptacji wynosi ok. **10 dni**, ale może zostać skrócony lub wydłużony w zależności od potrzeb dziecka.
- Program dotyczy wszystkich nowoprzyjętych dzieci.
- Dzieci przyjmowane w trakcie roku adaptują się według ustalonego indywidualnego planu.
- Od pierwszego dnia obecności dziecka w żłobku **rodzice nie wchodzą na salę** — pożegnanie odbywa się w wyznaczonym miejscu.

VII. Przebieg i etapy adaptacji

1. Adaptacja wstępna (sierpień)

Piątek – Spotkanie z psychologiem (tylko dla rodziców)

- omówienie procesu adaptacji,
- przygotowanie emocjonalne rodziców do rozstań,
- wskazówki psychologiczne dotyczące reakcji dzieci,
- rozmowy o emocjach dorosłych i ich wpływie na dziecko,
- podczas adaptacji wstępnej dyrektor lub wyznaczona przez niego osoba odpowiedzialna jest za zapoznanie rodziców z zasadami pracy żłobka przedstawia procedury obowiązujące w placówce oraz odpowiada na pytania dotyczące organizacji dnia, bezpieczeństwa i w jaki sposób mogą przygotować dziecko do adaptacji,
- podczas Dnia Otwartego rodzice przekazują opiekunkom na danej grupie informacje dotyczące codziennych przyzwyczajeń dziecka (sen, karmienie, zabawa, reakcje na trudne sytuacje), co stanowi podstawę do opracowania indywidualnego wsparcia w trakcie adaptacji.

Sobota – Dzień Otwarty dla rodziców i dzieci

- zapoznanie z przestrzenią żłobka,
- poznanie opiekunów,
- omówienie planu dnia, wyprawki, organizacji pracy,
- swobodna zabawa dzieci w obecności rodziców (rodzic wchodzi na salę tylko podczas dnia otwartego),
- oddanie wypełnionych Kart Informacyjnych (załącznik nr 1).

Podczas tych dwóch dni rodzice będą mogli zasięgnąć porad indywidualnych z psychologiem.

2. Adaptacja główna (od pierwszego dnia pobytu dziecka)

Uwaga: od pierwszego dnia rodzic nie wchodzi na salę. Pożegnanie odbywa się w miejscu wyznaczonym przez żłobek (szatnia).

Etap I (dni 1–3):

Pobyt dziecka ok. 1–1,5 godziny bez rodzica

- zabawa swobodna, zapoznanie z salą i opiekunami,
- krótkie aktywności w grupie,
- po odbiorze dziecka opiekun udziela rodzicowi szczegółowej informacji o przebiegu dnia i jest odpowiedzialny za realizację etapów procesu adaptacji.

Etap II (dni 4–6):

Wydłużenie pobytu do 2–3 godzin – zabawa + śniadanie

- dalsze budowanie relacji z opiekunem,
- włączanie dziecka do zabaw grupowych,
- obserwacja reakcji na krótkie rozstanie i jedzenie.

Etap III (dni 7–8):

Pobyt do ok. godz. obiadu (3–4 godz.)

- udział w śniadaniu i ewentualnie w II daniu,
- ocena samopoczucia dziecka,
- omówienie etapów z rodzicami; możliwe dostosowanie planu.

Etap IV (dzień 9–10):

Pobyty z drzemką

- jeśli dziecko jest gotowe – próba pozostania na leżakowaniu,
- obserwacja reakcji,
- rozmowa z rodzicami po zakończeniu dnia.

Etap V:

Pełny pobyt zgodnie z deklarowanym czasem
– zakończenie adaptacji.

Oznaki zakończenia adaptacji

Adaptację uznaje się za zakończoną, gdy dziecko:

- szybko uspokaja się po pożegnaniu,
- chętnie bawi się w sali i eksploruje przestrzeń,
- nawiązuje relacje z dziećmi i opiekunami,
- uczestniczy w codziennych czynnościach bez większego oporu,
- wchodzi do żłobka bez oznak silnego stresu.

Przyczyny trudności w adaptacji

- niepewność decyzji rodzica,
- silny lęk i wyrzuty sumienia,
- brak zaufania do placówki,
- nadopiekuńczość,
- brak konsekwencji,
- zbyt szybkie wydłużanie pobytu,
- brak wcześniejszej rozmowy o żłobku,
- nieprzygotowanie emocjonalne rodzica.

Podsumowanie

Proces adaptacji wymaga współpracy dziecka, rodzica i opiekuna. W Żłobku Miejskim w Ustrzykach Dolnych adaptacja odbywa się z poszanowaniem emocji i indywidualności każdego dziecka. Rodzic od pierwszego dnia nie wchodzi na salę, lecz pozostaje w gotowości do kontaktu, a czas pobytu dziecka jest stopniowo wydłużany po konsultacji z opiekunem.

Celem programu jest zapewnienie dzieciom bezpiecznego startu w nowym środowisku oraz budowanie stabilnych, pełnych zaufania relacji między rodziną a personelem żłobka

p.o. **DYREKTORA**
ŻŁOBKA MIEJSKIEGO
Magda Fundanicz

ANKIETA INFORMACYJNA O DZIECKU

Nazwisko i imię dziecka

Data urodzenia

INFORMACJE O DZIECKU:

Proszę zaznaczyć lub uzupełnić te stwierdzenia, które charakteryzują Państwa dziecko:

Proszę, w kilku określeniach scharakteryzować dziecko: np. jest pogodne, radosne, otwarte, smutne, często płacze, jest ruchliwe, spokojne itp.

.....
.....
.....
.....

Zachowanie dziecka

☐ Komunikuje się za pomocą:

- gestów i mimiki
- używa pojedynczych wyrazów
- buduje proste zdania
- mówi płynnie
-
-

☐ W nowych sytuacjach jest:

- onieśmiałe
- swobodne
- zaniepokojone
-

☐ Czy najczęściej bawi się:

- samo
- z opiekunem
- z innymi dziećmi
-

☐ Jak dziecko zachowuje się gdy jest zdenerwowane lub się złości?

- płacze-przewraca się na ziemię
- bije innych

- niszczy zabawki
- gryzie
- zamyka się w sobie
- raczej ustępuje
- prosi o pomoc opiekunów
-

Czynności higieniczne i samoobsługa:

- ☐ Czy dziecko sygnalizuje potrzeby fizjologiczne? TAK/NIE
- ☐ Czy korzysta z nocnika? TAK/NIE
- ☐ Czy dziecko używa pampersów?
 - zawsze
 - sporadycznie (np. podczas spaceru itp.)
 - tylko do spania
 - nie używa
- ☐ Czy potrzebuje pomocy przy myciu rącek i buzi? TAK/NIE
- ☐ Czy wymaga pomocy przy ubieraniu i rozbieraniu odzieży, bucików? TAK/NIE

Jedzenie:

- ☐ Czy dziecko wymaga pomocy przy jedzeniu? TAK/NIE
- ☐ Czy dziecko próbuje jeść samodzielnie? TAK/NIE
- ☐ Czy podawane są pokarmy stałe (nierozdrobnione)? TAK/NIE
- ☐ Potrafi pić z kubeczka TAK/NIE
- ☐ Potrafi pić tylko z butelki TAK/NIE
- ☐ Czy dziecko podlega diecie żywieniowej, jeśli tak to jakiej?

.....

- ☐ Czy jest uczulone na jakieś produkty, jeśli tak to na jakie?

.....

WAŻNE!!! Jeżeli dziecko ma stwierdzoną alergię pokarmową należy dostarczyć zaświadczenie od specjalisty ze wskazaniem diety celem zastosowania diety eliminacyjnej.

Sen:

- ☐ W jakich godzinach dziecko śpi w ciągu dnia?
- ☐ Czy usypia samo czy w obecności osoby dorosłej.....
- ☐ Czy wymaga kołysania? TAK/NIE
- ☐ Czy przy usypianiu potrzebuje pieluchy, smoczka, zabawki itp.?
-
- ☐ Inne przyzwyczajenia ułatwiające dziecku zaśnięcie
-

Zdrowie:

- ☐ Czy często choruje? TAK/ NIE
- ☐ Jeżeli tak, to na jakie choroby najczęściej?
-
-
- ☐ Jakie choroby zakaźne przebyło dziecko.....
- ☐ Czy miało wypadki? TAK/ NIE
- ☐ Jeżeli TAK to jakie?
-
- ☐ Czy miało utraty przytomności? TAK/ NIE
- ☐ Czy w rozwoju dziecka występowały zaburzenia lub nieprawidłowości? TAK/ NIE
- ☐ Jeśli tak, to jakie?
- ☐ Kiedy się pojawiły? (wiek dziecka)
- ☐ Czym się przejawiały?
-
- ☐ Czy dziecko jest pod stałą opieką specjalistyczną? TAK/ NIE
- ☐ Od kiedy?
- ☐ Jacy specjaliści opiekują się dzieckiem?
- ☐ Które z zaleceń specjalistów powinny być wypełniane również w żłobku?
-
- ☐ Czy dziecko na stałe przyjmuje leki?
- ☐ Jeśli tak to jakie?
-
- ☐ Czy u dziecka występuje alergia inna niż pokarmowa? TAK/ NIE – jeżeli TAK to na co.....

Proszę wpisać inne ważne problemy rozwojowe dziecka, jeśli istnieją

.....

.....

.....

MOJE DZIECKO

- jak nazywać dziecko (pełne imię, zdrobnienie).....
- denerwuje się gdy.....
- lubi bawić się (czym).....
- ulubione zabawki to:

Inne informacje o dziecku:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Informacje zbierane są w celu lepszego poznania dziecka oraz posłużą w zorganizowaniu codziennego pobytu dziecka w żłobku.

Zgadzam się na przetwarzanie podanych danych osobowych w celu organizacji opieki i procesu adaptacji dziecka w Żłobku Miejskim w Ustrzykach Dolnych, zgodnie z obowiązującymi przepisami o ochronie danych osobowych.

Data

Podpis rodzica/opiekuna prawnego

p.o. **DYREKTORA**
ŻŁOBKA MIEJSKIEGO
Magda Fundanicz