

Adaptacja dzieci
w żłobku Gminnym
„Wesoły Wiatraczek”
w Krasocinie
- przewodnik dla rodziców



1. Po co jest adaptacja?

Adaptacja to łagodne, stopniowe wprowadzenie dziecka do nowego środowiska – żłobka – w taki sposób, aby czuło się w nim bezpieczne. Dzięki adaptacji dziecko buduje zaufanie do opiekunów, poznaje rytm dnia w placówce, a rodzice zyskują pewność, że potrzeby ich dziecka są zauważone i szanowane. Proces adaptacji w żłobku jest indywidualny dla każdego dziecka, a czas potrzebny do pełnej adaptacji może być różny. Kluczowe jest stworzenie atmosfery pełnej wsparcia, zaufania i zrozumienia, aby dziecko poczuło się komfortowo w nowym otoczeniu i nawiązało pozytywne relacje z opiekunami i rówieśnikami.

2. Dlaczego Twoja obecność ma znaczenie?

Od momentu urodzenia tworzy się szczególna więź przywiązania między dzieckiem a rodzicami. Ta relacja jest fundamentem bezpieczeństwa oraz rozwoju i umacnia się do ok. 5 roku życia. Podczas adaptacji rodzic staje się dla dziecka „bezpiecznym portem” – swoją obecnością zachęca je do odkrywania nowego miejsca, osób i aktywności. Dlatego rodzic (lub inna bliska osoba) towarzyszy dziecku tak długo, aż między dzieckiem a opiekunami w grupie zacznie tworzyć się nowa, pełna zaufania więź. To właśnie ta „trójkątna” relacja – dziecko ↔ rodzic ↔ opiekun – jest dla dziecka niezbędna do budowania kontaktów z rówieśnikami i całym otoczeniem.

3. Jak długo trwa?

Nie ma jednej „właściwej” długości – każde dziecko reaguje inaczej. Typowy przebieg wygląda tak:

Etap	Czas orientacyjny*	Co się wtedy dzieje?
Poznajemy się	1-2 spotkania przed startem	Zwiedzanie sali, rozmowy z opiekunem, wypełnianie ankiety o dziecku. Wspólne zabawy z innymi rodzicami i dziećmi.
Pierwsze wizyty z rodzicem	3-5 dni	Dziecko przebywa 1-2 godz. w sali razem z rodzicem; obserwuje, bawi się, nawiązuje pierwsze kontakty.
Pierwsze krótkie rozstania	5-10 dni	Rodzic wychodzi na kilka-kilkadziesiąt minut; czas rozłąki stopniowo się wydłuża.
Samodzielny pobyt	do 4 tyg.	Dziecko zostaje na zaplanowany czas (początkowo nie na cały dzień); rodzic jest w gotowości pod telefonem.

4. Twoja rola – zadania rodzica

- 1) **Towarzysz dziecku** w pierwszych dniach/tygodniach. Bądź uważny, ale pozwól opiekunowi nawiązać relację z dzieckiem.
- 2) **Ustalaj z opiekunami na bieżąco swoją rolę i działania w grupie z dziećmi.**
- 3) **Nie odchodź bez pożegnania z dzieckiem.**
- 4) **Pożegnaj się jasno i krótko** – uśmiech, przytulenie, konkretna informacja („Wracam po obiedzie”) – dotrzyj słowa.
- 5) **Zachowaj spokój** – Twoje emocje przenoszą się na dziecko.
- 6) **Bądź dostępny** – w razie potrzeby możesz być poproszony, by wrócić szybciej.
- 7) **Rozmawiaj z opiekunem** – dziel się obserwacjami i pytaj o przebieg dnia.

5. Czego możesz się spodziewać?

- Różnych emocji – radości, ciekawości, ale też łez i złości. To normalne.
- Kroków naprzód i w tył – czasem po weekendzie dziecko znowu potrzebuje więcej wsparcia.
- Zmian w domu – większe zmęczenie, zmiany apetytu lub snu w pierwszych tygodniach.

6. Praktyczne wskazówki

- **Przygotuj dziecko zawczasu:** opowiadaj o żłobku, czytaj książeczki o pierwszych dniach w grupie, praktykuj wspólne przebywanie z innymi dziećmi i dorosłymi z rodziny i grona przyjaciół, zostawiaj dziecko pod opieką innych dorosłych, np. babci, cioci; zapoznaj dziecko z drogą do żłobka.
- **Zadbaj o komfort dziecka:** np. przynieś ulubioną przytulankę.
- **Ustal jasny rytm dnia w domu,** podobny do żłobkowego (pory posiłków, drzemki).
- **Nie spiesz się:** jeśli to możliwe, zarezerwuj sobie kilka wolnych dni (z możliwością wydłużenia), a następnie 2-3 tygodnie z elastycznym czasem pracy.
- **Świętuj małe sukcesy:** każda godzina spędzona samodzielnie to krok naprzód!

7. Adaptacja prowadzona jest ze ścisłą współpracą z rodzicami.

- a) Dyrektor Żłobka przed rozpoczęciem nowego roku szkolnego przekazuje Rodzicom/Opiekunom prawnym na zebraniu organizacyjnym najważniejsze informacje o funkcjonowaniu placówki.
- b) Rodzic wypełnienia Kartę informacyjną dotyczącą rozwoju, potrzeb i przyzwyczajzeń dziecka, dzięki której osoby sprawujące opiekę poznają indywidualne potrzeby, zwyczaje, zainteresowania i preferencje dziecka.
- d) W trakcie adaptacji opiekunowie starają się budować relacje zarówno z dzieckiem, jak i z rodzicami.
- e) W czasie adaptacji ważne jest zaufanie rodzica do placówki. Dziecko znajduje się pod najlepszą opieką.
- f) Powitaniu dziecka i pożegnaniu z rodzicem powinna towarzyszyć atmosfera spokoju.
- g) Pracownicy żłobka utrzymują otwartą komunikację z Rodzicami/Opiekunami prawnymi, informując ich o postępach, zachowaniach i potrzebach dziecka.
- h) W okresie adaptacji Rodzice/Opiekunowie prawni ponoszą pełną opłatę za pobyt i wyżywienie dziecka w żłobku.

8. Kadra z uwagą buduje relacje z dzieckiem z poszanowaniem jego potrzeb.

- a) Opiekunowie podążają za potrzebami dziecka.
- b) Działania w grupie dziecka są realizowane zgodnie z poszanowaniem potrzeb i granic dziecka.
- c) Opiekunowie nazywane są „ciociami”, aby mogły łatwiej wejść w pozytywne relacje z dziećmi.
- d) Opiekunowie reagują na potrzeby emocjonalne dziecka i dostosowują podejście w zależności od reakcji dziecka na nowe otoczenie.
- e) Dziecko stopniowo wprowadzane jest do rytmu dnia żłobka, w tym posiłków, odpoczynku, zabaw i innych aktywności.
- f) W czasie adaptacji dzieci często odmawiają spożywania posiłków, jest to sytuacja normalna. W momencie przyzwyczajania się do nowej sytuacji i zwiększeniu poczucia bezpieczeństwa, dziecko zaczyna próbować i przekonuje się do nowych smaków. Bezwzględnie zawsze dziecko dostaje pełną porcję posiłków, to ono decyduje czy zje i ile zje. Opiekunowie wspierają dzieci w żywieniu.

9. W żłobku prowadzi się różne starania pomagające przejść dzieciom adaptację.

- a) Sale w żłobku są przestronne, aby każde dziecko miało komfortowe miejsce do zabawy.
- b) Opiekunowie starają się dopasować wszystkie aktywności i zabawy do indywidualnych potrzeb dzieci w grupie.
- c) Grupę prowadzi stale ci sami opiekunowie, w przypadku zastępstwa dzieci są wcześniej uprzedzane że przyjdzie nowy opiekun.
- d) Opiekunowie stopniowo zapoznają dzieci z rytmem dnia oraz funkcjonowaniem grupy.

e) Podczas adaptacji dzieci spędzają czas w swojej sali, później stopniowo zapoznawane są z innymi pomieszczeniami w żłobku.

10. Kadra rozpoznaje moment, kiedy dziecko jest gotowe na zakończenie procesu adaptacji.

- a) Rodzice otrzymują informację o tym, jak przebiega adaptacja.
- b) Opiekunowie, na podstawie obserwacji dziecka, decydują o wydłużeniu pobytu dziecka w żłobku.
- c) Nie jest możliwe pominięcie procesu adaptacji, np. na prośbę Rodzica/Opiekuna prawnego. Adaptacja to bardzo ważny czas, który musi przejść każde dziecko, aby z powodzeniem odnalazło się w nowej sytuacji.

Proces adaptacji to wspólna przygoda – przy odrobinie cierpliwości i współpracy stanie się dla Twojego dziecka początkiem wielu radosnych doświadczeń 😊