ДГ-СВЕТЛА-
гр.Пловдив, район Западен, ул.“Дрян“№8,
тел.0884202497, е-мейл:svetla@dg.plovdiv.bg
Булстат 000459473

МОДЕЛ
ЗА АДАПТИРАНЕ НА ДЕТЕТО ПРИ ПОСТЪПВАНЕ В ДЕТСКА ГРАДИНА „ СВЕТЛА“ ПЛОВДИВ

Настоящият документ за адаптирането на детето при първоначалното му постъпване в ДГ е предназначен за родителите, педагогическите специалисти и медицинското лице.

Цел: активно взаимодействие между детската градина и родителите за постигане бърза и безболезнена адаптация на всяко ново постъпващо дете, чрез уеднаквяване на подходите и обогатяване знанията на възрастните за особеностите в развитието на детето в ранна възраст.

Моделът за адаптация на детето към ДГ се основава на теорията за привързаността на Джон Боуби, която в основата си подчертава значението на привързаността на детето към майка му и различава няколко нива на тази привързаност. Оргомно предизвикателсто е за детето да се климатизира в нова среда и да свикне да споделя ежедневието си с непознати хора. Ето защо моделът подчертава значението на избора на УЧИТЕЛЯ, като доверено лице за детето в този период.

Изследователски проект на Берлинския Свободен Университет доказва още през 80те години колко негативен може да бъде ефектът от липсата на адаптация в детската градина. През първите седем месеца след започване на посещение на детска градина, децата, които не са били придружени от родителите си в адаптационния си период, са боледували до четири пъти повече. В допълнение тези деца са показвали доста по-ясно изразено безпокойство. Неадаптираните деца показват по-ниско ниво на развитие и често смущения в способността си да се привързват.В резултат на този изследователски проект се разработва и модела ни, въз основа на който децата се адаптират по индивидуален начин, съответстващ на тяхната възраст и личностни особености.

ПРОДЪЛЖИТЕЛНОСТ

По принцип, са необходими между 3 и 4 седмици за адаптацията на детето в новата среда - детска градина.Моделът предлага една структурирана рамка с ясни стъпки, но в

никъкъв случай не трябва да се забравя, че всяко дете е индивидуална личност, която определя сама своето темпо на адаптация в новата среда. От изключително значение за определяне на това темпо са социалните компетенции на детето, неговият темперамент, степен на привързаност, досегашен опит на раздяла с родителите и индивидуалното детско поведение. Предвид трябва да се вземе, че периодът на адаптация може да се удължи и от външни фактори, като натрупване на много промени и редица нови преживявания за детето (раждане на братче/сестриче, преместване на ново място, почивка, нова детска стая или друга промяна в рутината на детето). Адаптацията към детската градина е труден процес и за децата, и за възрастните около тях. Адаптирането е строго индивидуален процес за всяко дете и за неговите родители. За някои деца този период може да бъде една седмица, за други-един месец, а за трети по-дълъг. Педагозите и родителите трябва да имат търпение и да подпомагат детето в процеса на адаптация, за да протече той възможно най-бързо и безболезнено.

Тръгването на детска градина е едно изключително събитие за малкото дете, защото е свързано именно с попадане в нова среда-материална, социална, обществена и природна. За безболезнената адаптация към тези промени, изключително важна е предварителната подготовка на детето в семейството.

Детската градина от своя страна, като институция, по предназначение изпълнява националните образователни политики. Цялостната дейност и всички практики в детската градина са законово регламентирани, научно обосновани, професионално практикувани и институционално контролирани. Детското заведение е инициативен фактор във взаимодействието с родителите. Законът за предучилищно и училищно образование определя ролята на родителите като участници в образователния процес. Родителите са длъжни да подпомагат и да участват в процеса на изграждане на навици и умения на детето, да се осведомяват за приобщаването на детето към детската група.

В ДГ „ Светла““ се прилагат множество подходи и прийоми, с цел безболезнена адаптация, като на първо място е индивидуалния подход към всяко дете и активните грижи за новопостъпилите деца.

РОЛЯ НА УЧИТЕЛЯ

МА/модел за адаптация/ предвижда определянето на учителите в групата, като основни лица за контакт с детето в рамките на адаптацията.Те имат изключително важната задача да осъществяват връзкат с родителите, първоначалните разговори с тях, да получиават максимално много и качествена информация относно характера на детето, неговите страхове и предпочитания, любими вещи, ритуали, особености. В последствие, това са хората, който ежедневно посрещат и изпращат детето, наблюдават много внимателно поведението му, неговите реакции, комуникация с родителите, докато те го водят и взимат от ДГ. Педагогическите специалисти се опитват да спечелят доверието на

детето, да предложат и открият любими игри и дейности. Те решават в края на всеки изминал ден от адаптацията, какви стъпки да се предприемат на следващия ден и каква да бъде продължителността на адаптационния период.

Основната цел на адапацията е изграждането на връзката между учителя и детето. Чувството за сигурност към учителя като доверено лица за детето е в основата на успешното протичане на адаптационния процес и здравословен старт на детето в новия му живот в ДГ. При наличието на промяна е изключително важно, тя да се сподели и с учителите в групата.

ОСНОВНИ СТЪПКИ при АДАПТАЦИЯТА

1. Стъпка- подготовка

Първоначално, родителите на новото дете е необходимо да бъдат запознати със значението и протичането на адаптационния период, как протича адаптацията на детето, защо е важно да се спазват стриктно стъпките и колко време родителите да отделят за детето си по време на адаптацията, както и каква точно е ролята на родителя, така че той да не е в ущърб нито на адаптацията, нито на рутината и структурата, която съществува в ДГ. Родителите е необходимо да отделят между 2 и 5 седмици за адаптацията, както и да се въздържат от въвеждането на други промени в ежедневието на детето си в този период.

ДГ подготвя и анкета със стандартизирани въпроси относно навиците и особеностите на новозапочващите деца, така че тази анкета да бъде попълнена и предоставена на учителите преди началото на адаптационния период. Въпросите в анкетата могат да обхващат въпроси, свързани с етапите на развитие на детето, интересите му, любимите му храни и вещи, кои думи/ звуци използва за какво, ритуали при заспиване, ходене до тоалетна, описание на темперамент, как родителите подхождат в определени ситуации, има ли детето страхове, непоносимост към звуци/ храни и т.н. Предоставянето на снимки на детето и неговите близки могат да бъдат полезни за визуализация на пространството/снимка на детето на неговото гардеробче, снимка на СЕМЕЙСТВОТО на табла в групата и др./, както и след първите опити за раздели, ако детето се сеща за своите родители/ баба и дядо.

2. Стъпка- основна фаза

Първите дни в ДГ служат за опознаване на новото място, първи срещи с децата и възрастните. Препоръчва се при ПО-ЧУВСТВИТЕЛНИТЕ ДЕЦА постепенно преминаване от половин ден и към увеличаване на престоят до цял ден в ДГ, по-ранно вземане следобед, а не в края на работния ден на ДЗ. Новите преживявания, хора и емоции отнемат енергия на детето и не е в негова полза да се превъзбужда и преуморява още при първия престой в новата среда.

Учителят е неотлъчно до детето през целия ден в ДГ. Поведението на родителя се ръководи от реакциите на детето, ако е необходимо родителя маже да бъде поканен в групата да постои известно време. Ако детето е пасивно, не желае да се включи в заниманията и да опознае пространството, родителят е редно да даде пример с поведението си (да участва в груповите занимания, да майстори, да пее, да танцува, да си мие ръцете, да седне на масата с другите деца). Ако пък детето е активно и няма проблеми с адаптацията, е редно родителят да има по-пасивно поведение.

Учителят развежда детето из пространството, представя му другите деца, предлага му игри и занимания и се опитва да осъществи контакт с него (разговор, да го придружи до тоалетната, да му измие ръцете).

Организацията на дейностите в групата трябва да бъде така направена, че учителят да е на разположение на децата по време на целия им престой в ДЗ.

3. Стъпка- първа раздяла

Много е важно преди раздялата с детето родителят да обясни на детето, че излиза и ще се върне да го вземе. **Много е важно** преди раздялата родителят да каже „чао“. Необявено пред детето „измъкване“ от пространството ще доведе само до това, при следващи пъти детето да е в постоянно напрежение, че родителите му отново могат да изчезнат. По този начин се играе с доверието на детето си и се избегва опита то да придобие много важно умение- да се научи да се разделя. Първата раздяла **е много важна.** Протичането на първата раздяла е решаващо за по-нататъшната адаптация. Ако детето може да се успокои в рамките на 15 минути (дори и ако е много разтроено при раздялата и плаче първоначално), раздялата се смята за успешна и времето на разделите постепенно се променя в следващите дни. Ако детето продължи да плаче през цялото време, неспокойно е, търси родителя си, не може да се заиграе или да се остави да бъде разсеяно, не поддържа контакт с учителя си - раздялата се смята за неуспешна.

Съвет 1: Ако детето плаче много при самата раздяла, се препоръчва родителят да го вземе на ръце и да го „предаде“ в ръцете на учител.

Съвет 2: При раздялата могат да помогнат любими предмети на детето (кукла, количка, плюшена играчка или дори кърпичка с парфюма на мама).

Съвет 3: Никога не се започва с нова стъпка (нова раздяла след неуспешна такава) в понеделник.

Понеделниците следват ритъма от предходния петък.

4. Стъпка: Повторение на фазата (при неуспешна първа раздяла)

При неуспешна раздяла, процесът на адаптация се стартира отново. Силно привързани деца могат да изискват по-дълъг период от време (2-3 седмици), докато раздялата е успешна. Ако в края на тази стъпка, раздялата отново е неуспешна, се провежда разговор само с родителите, в който се обсъждат възможни причини и последващи действия. При много тежки случаи, когато детето изглежда стресирано и не изпитва положителни емоции от посещението в ДГ, може да се вземе решение да се направи пауза от НЯКОЛКО ДНИ, в която детето да не посещава ДГ и след това да се опита отново, като адаптационният процес стартира отначало. Ако детето изглежда има интерес към новото място, другите деца и дневните занимания, но не може да се раздели с родителя си (често майката), може да се опита да се повтори адаптационният процес, като придружаващият детето в първите 3 дни да е другият родител, баба или дядо.

5. Стъпка- фаза на стабилизиране

Започва след успешната раздяла с родителя. Довереният учител е неотлъчно до адаптиращото се дете и поема задачи като преобличане, смяна на дрешки, хранене, помощ при обслужване и др. Напълно осъзнато предлага себе си като партньор за игра и въвежда детето постепенно в живота на групата. Ако детето се чувства добре и спокойно, може да приспива в ДГ.

Съвместни дейности с родителите в периода на адаптация от семейна среда към детска градина:

- В седмицата преди 15 септември, по предварително изготвен график, родителите могат да посетят ДГ със своето дете, да се запознаят с учителите на групата, с материалната база - ЗАНИМАЛНЯ, СПАЛНЯ, САНИТАРНИ ВЪЗЛИ и др. Децата могат да прекарат известно време с родителите си в групата-да пият вода, да си измият и подсушат ръчичките в мивките, да запомнят гардеробчетата си. Родителите да запознаят учителите и помощник-възпитателя с индивидуалните особености на своето дете, на неговите навици и умения. По време на този начален престой, родителите ще получат и информация за режима на децата и правилата в групата. Графикът включва имената на децата и часовия интервал, в който могат да посетят детското заведение / на всеки час по 4 деца/
- На 15септември., ако детето е много разстроено и неспокойно, родителят да остане известно време с него, като прецени кога ще го вземе.
- Включване в съвместни дейности между 10.30 и 11.30ч., както и в следобедните часове-дейности по избор, разказване на приказки, игри на открито и др.
- На първата родителска среща може да се покани психолог, който да даде насоки на родителите и учителите.
- Търсене на възможност за поетапно приемане на децата.

Препоръки за родителите:

Предварителна подготовка

- Трябва предварително да подготвите детето за мисълта за детска градина. Може да му се говори за това, че отива на ДГ, а родителите-на работа. От сайта на ДГ „ Светла“ се запознайте с информацията за детското заведение, вътрешни документи, както и със снимковия материал; може да се разходите до ДГ, подробно да разкажете за реда в нея, за обстановката. Детето трябва да е запознато с това, което го очаква. Накарайте го да разбере,, че вие ще се чувствате горди, че то вече е голямо и ходи на детска градина.
- Раздялата в ДГ трябва да бъде кратка и насърчаваща детето. Най-добре е да помислите за своя ритуал при раздяла. Ритуалът ще ви направи по-уверени и тази увереност ще се предава на детето. Колкото по-плахи и нерешителни сте в този момент, толкова по-тревожно ще бъде и детето. Не обещавайте неща, които не можете да изпълните.
- Своевременно и ежедневно се информирайте и консултирайте за адаптирането, постиженията и поведението на детето; споделяйте своите впечатления с персонала
- Постарайте се детето да бъде в спокойна обстановка, без никакви конфликти. Говорете му ласкаво и нежно, по-често го прегръщайте. Не забравяйте да го хвалите за всичко постигнато. То се нуждае от вашата постоянна подкрепа.

По отношение на детето-престой и ниво на изградени навици и умения:

- Първите една-две седмици, при възможност на родителите, детето може да посещава ДГ само в определени моменти от дневната организация за 1 час, постепенно времето да се увеличава и да се включат нови моменти;
- Целодневният престой да е по-кратък за детето през периода на адаптация;
- Да е приучено да ползва тоалетна, да дава сигнали на персонала за това;
- Да има елементарни умения да държи лъжица;
- Да консумира разнообразно приготвена храна;
- Да пие от чаша;
- Да има опит за общуване и в непозната среда;
- Да седи на детско столче;
- Да е дружелюбно към другите деца, да споделя играчки;
- Да прибира играчки на определените места в групата;
- В период на адаптация, може да идва в групата със своя любима играчка.

СЪВЕТИ КЪМ РОДИТЕЛИТЕ

Тръгването на ДГ е изключително важен период в социализацията на вашето дете (не само за да свикне то на новото място, където ще прекарва своето ежедневие, но и в придобиване на умението как да се социализира в бъдеще). Подходете с изключително внимание и постоянство и поставяйте детето и неговите реакции в центъра на своите решения.

Подгответе детето предварително, като започнете да му разказвате за това вълнуващо събитие поне седмица предварително. Разказвайте със спокоен тон. Опитайте се да не прехвърляте притесненията и страховете, които е възможно да имате, върху детето си.

Доверете се на учителя, който ще бъде в групата на Вашето дете. Само ако този човек се радва на вашето доверие, той ще може да спечели и доверието на вашето дете.

Не забравяйте- децата имат нужда от други деца. Ако средата, в която оставяте детето си, е хармонична и здравословна (децата имат свободата да откриват и учат чрез игра, ежедневието им е придружавано от спокойствие и ритъм без страх, стрес, шум, техните чувства и нужди се уважават), **всяко дете МОЖЕ ДА и ЩЕ се адаптира**. Понякога тази адаптация е възможно да отнеме повече време. Отделете това време и останете постоянни, напредвайте с малки стъпки, вярвайте, че детето ви ще се справи и ще открие своето място в тази нова среда. Останете отворени към учителите и комуникирайте искрено всички ваши наблюдения, мисли и чувства.

Имайте предвид, че адаптацията на детето може да бъде възпрепятствана както от непридружаването му от родител в първите дни на посещение в детското заведение, така и от твърде дългото придружаване, така че на детето да не се даде шанс да свикне с раздялата и да се научи да бъде част от групата без да бъде придружавано от своя родител. Тъй като е много трудно да се намери правилният баланс, вслушвайте се в мнението на учителя.Препоръчва се при адаптацията си, детето да бъде придружавано винаги от един и същи човек (родител).

Персоналът в ДГ „ СВЕТЛА“:

- Запознава се с детето, запознава децата помежду им;
- Посреща и приема детето с положително настроение, вежливо, учтиво, създава усещане за сигурност и спокойствие;
- Подготвя предварително средата в групата за игра и занимания по избор на децата;
- Запознава детето с обстановката и обяснява предназначението на отделните помещения, материали, пособия;
- Провежда организацията на учебния ден, като се съобразява с желанията и потребностите на децата и осигурява разнообразие на дейности-образователни,

възпитателни, игри и други основни и допълнителни форми на педагогическо взаимодействие;

- Подкрепя и подпомага всяко дете, когато изпитва затруднения или несигурност;
- За по-бърза адаптация на децата, при необходимост, се допуска родител в групата за отделни моменти;
- Не се допускат травми и наранявания и агресивно поведение: хапане, удряне, блъскане, щипане и други форми на агресия между децата;
- Поддържа се спокойна и приятна атмосфера за децата, без напрежение;
- Използва се цялата налична материално-техническа база-аудио-визуална техника, играчки, познавателни книжки за интересно, забавно и развиващо пребиваване на детето в ДГ;
- Не се допуска грубост, тревоги, наказания, безразличие и безучастие при проблеми на децата. Децата не се оставят без надзор.
- На родителите се дава своевременно и ежедневна информация и консултиране, относно постиженията и поведението на детето;
- Персоналът възприема детето като най-висша ценност, но няма роля на майка, на баба. Те са служебни лица, изпълняващи трудови задължения по длъжностна характеристика, спазват професионална етика и отговорности, произтичащи от длъжностите и съобразно със закона.

10 проверени техники за адаптация към детската градина

1. **Не лъжете**

Много родители използват лъжата за да омекотят различни ситуации, особено ако очакват, че детето ще се разстрои от случващото се. Ако винаги казвате истината детето ви ще развие неразрушима вяра във вашите думи.Независимо от това дали смятате, че детето е малко и не ви разбира имайте предвид, че децата имат много силно развити умения да различават човешките емоции. Ако лъжете, те ще разберат. Затова не им казвайте, че ще бъдете там когато се събудят, ако нямате намерение наистина да го направите.

2. **Започнете с отделянето на детето навреме**

„Навреме“ или „когато детето е готово“ са две фрази, които са толкова широки, че започват да губят своя смисъл. Детето трябва да знае, че мама излиза и се връща. Детето трябва да знае, че няма проблем да бъде с баща си, баба или друг близък на семейството, когато мама я няма. Ранното разбиране за изчезващия възрастен можете да направите и като използвате игри от рода на криеница. Изчезването и връщането на възрастния дори на игра може да бъде стресово за едно дете, но е добра подготовка.

3. **Направете детето си независимо**

Един от начините да намалите нуждата на детето от вашето присъствие е да го насърчавате да бъде независимо. Това включва уменията за самообслужване като обличане, събличане, хранене и хигиена.

4. **Развийте уменията му да изразява своите чувства с думи**

Зад всеки рев, тръшкане, викане или удряне стои емоция, която детето ви не може да изрази с думи. От много ранна възраст започнете да назовавате емоциите, които виждате, че заливат детето ви.

Виждам, че си тъжен, защото….

Разбирам, че си гневен, защото,….

Имаш право да си ядосан, защото….

Тук идва един момент, в които повечето родители се провалят.

Запомнете, че детето ви има право да изпитва всякаква емоция, но няма право на всякакво поведение. Вие също.

Ако детето ви се тръшне на пода с бурен рев и писъци, а вие се почувствате засрамени от неговото поведение и го ударите или заплашите, то вие не се справяте с емоционалната буря, която ви е застигнала.

Искам да си представите люлка. Съвсем проста люлка от една греда на която в двата края може да седне по един човек. Когато единия е горе, другия е долу и обратното. Така, когато детето ви е избухнало и силно изразява своите емоции то е „горе“, за да уравновесите люлката вие трябва да слезете „долу“. Това означава да не приемате поведението му като лично насочено към вас. Застанете до детето, прегърнете го и тихо му говорете. Кажете му какво се случва според вас като назовавате емоциите и обяснявате ситуацията. Предложете решение.

5. **Избягвайте дългите раздели на входа**

Винаги има какво още да кажете за да успокоите детето на входа. Но то вече усеща, че му предстои нещо важно. Не подценявайте връзката си с детето. Ако вие сте разстроени и те се чувстват по същия начин. Ако мислите, че няма да можете да се въздържите и ще се разплачете-изпратете таткото.

6. **Когато е възможно избирайте детски заведения**, в които е възможно да останете и да присъствате в групата поне известно време при необходимост.

7. **Намерете си занимание**

Намерете си занимание, което да изисква сериозна мисловна дейност, така че да не ви остане време и място да мислите за това дали и как страда детето ви. Ако вие не мислите за това детето ви ще знае, че сте спокойни и ще му бъде много по-лесно да се справи с адаптацията си в групата. Това включва и размисли свързани с незабавното му разболяване, счупване на всички крайници и задавяне.

8. **Дайте им време**

Адаптирането на детето към група деца на неговата възраст може да отнеме време. Това означава, че детето ви има нужда да посещава редовно групата, за да свикне. Ако го водите един ден, после отсъства три и т.н. адаптацията няма да ви се случи.

9. **Запознайте се с учителите, медицинската сестра и помощния персонал**

За децата е много по-важно да познават възрастните, при които остават отколкото децата. Не забравяйте да ги запознаете с особеностите на детето си . Например: „ ако му повишите тон започва да удря…“

10. **Измислете си ритуал**

Ритуалите, като повтарящи се действия носят спокойствие не само на децата, но и на вас. Така както вие извършвате сутрешните си ритуали без да се замисляте, така и детето ви ще свикне с поредността и ще я очаква. Например: ставам, измивам се, обличам се, давам целувка и прегръдка, пожелавам ти прекрасен ден, отивам в детската градина. Можете да си измислите песничка или да си разказвате приказка.