**Ako prebieha adaptačný proces dieťaťa**

1. **Orientačná fáza:**

**Dieťa v MŠ:**

-stavia sa do úlohy pozorovateľa,

-spracováva množstvo podnetov a problémov,

-nepokúša sa nadviazať kontakt s rovesníkmi,

-nezaujíma sa o aktivity,

-rozpráva ticho, jednoslabične alebo vôbec

-nehrá sa, a ak áno, tak nie veľmi intenzívne,

-je uzavreté, zdržanlivé, plačlivé,

-dieťa trpí nechutenstvom, odmieta sa stravovať v MŠ

**Dieťa doma:**

-prežíva to, čo dospelí po namáhavom dni,

-je neisté, unavené hlukom a množstvom podnetov,

-túži po kľude, chce si odpočinúť,

-obmedzuje mnohé zo svojich činností, s ktorými sa zaoberal pred vstupom do MŠ,

-zje všetko, čo pred neho predložíte, pretože jedlo v MŠ odmietlo,

-potrebujú spracovať svoje dojmy a zážitky.

**Úloha rodiča:**

- ráno po príchode do MŠ sa nelúčiť s dieťaťom dlho (pri dlhom lúčení dieťa

 zneistie, nakoľko neobvyklé správanie rodiča podporí jeho strach),

- u dieťaťa, ktoré ešte nenavštevovalo žiadne kolektívne zariadenie /jasle, MŠ/

 pobyt dieťaťa v novom prostredí MŠ predlžovať postupne

 /odporúča sa na 4 hod. dopoludnia/

- po návšteve v MŠ dať dieťaťu možnosť odpočinku,

- nezaťažovať dieťa náročnými aktivitami (nákupom, prechádzkami,návštevami)

- zosúladiť režim dňa v domácnosti s režimom v MŠ (čas vstávania, stolovania,

 hrania, odpočinku…),

 -neprerušovať pobyt dieťaťa v MŠ,

- komunikovať s učiteľkami a plne im dôverovať

1. **Fáza presadenia sa**

**Dieťa v MŠ:**

- je ochotné podniknúť prvé pokusy o kontakt s rovesníkmi,

- pokúša sa presadiť v skupine,

- začína viac komunikovať,

- hľadá ochranu u dospelých, ak má ťažkosti s rovesníkmi,

- rýchlo sa unaví (pre spory medzi deťmi pri presadzovaní sa v skupine),

- snaží sa upútať pozornosť všetkými prostriedkami,

- vyberá si len niektoré jedlá, naďalej málo zje

**Dieťa doma:**

-pôsobí nevyrovnane,

-často sa mení jeho nálada,

-pokúša sa upútať pozornosť všetkými prostriedkami,

-plače, ak chcú rodičia odísť (aj keď zabezpečuje dozor jeho známa osoba ),

-je odmietavé, chce opak toho, čo sa mu ponúka,odvráva,

-ráno je plačlivé, i keď šlo večer skoro spať

**Úloha rodiča:**

-neprerušuje pobyt v MŠ,

-nelúči sa s dieťaťom dlho,

-nezaťažuje dieťa väčšími aktivitami, podporuje priateľstvá v MŠ (na ihrisku, doma ),

-rešpektuje správanie dieťaťa,

-komunikuje s učiteľkou

1. **Fáza ukľudnenia, vyrovnania**

**Dieťa v MŠ:**

-správanie dieťaťa sa blíži k norme

,-je istejšie v priestoroch MŠ, podriaďuje sa normám a pravidlám správania sa,

-prejavuje deťom svoju náklonnosť,

-zaujíma sa o aktivity iných detí, zapája sa do činností,

-napodobňuje vzory,

-začína lepšie jesť, odmieta len neobľúbené jedlá.

**Dieťa doma:**

- dieťa je telesne vyčerpané, rýchlo sa unaví,

-začína rozprávať o zážitkoch a deťoch z MŠ

**Úloha rodiča:**

- neprerušuje pobyt v MŠ, podľa možnosti ani na jeden deň,

- podporuje nové priateľstvá v MŠ (doma, na ihrisku, v parku),

- zaujíma sa o pekné zážitky prežité v MŠ,

- predlžuje pobyt dieťa v MŠ aj na popoludnie,

- rešpektuje psychosomatickú záťaž u dieťaťa,

- komunikuje s učiteľkou