



Асоциация
за родителски
кооперативи

„БЕРЛИНСКИ МОДЕЛ ЗА АДАПТАЦИЯ“:

ПРЕПОРЪКИ НА „АСОЦИАЦИЯ ЗА РОДИТЕЛСКИТЕ КООПЕРАТИВИ“ ЗА ПРИЛАГАНЕ НА ДОБРИ ПРАКТИКИ ЗА ГРИЖА ЗА ДЕЦА ОТ 1 ДО 5 ГОДИНИ В СЪЩЕСТВУВАЩИТЕ РОДИТЕЛСКИ КООПЕРАТИВИ

Цитиране на текста от този документ е разрешено само при посочване на името на автора и линк към Асоциация за родителски кооперативи. Документът се разпространява безвъзмезно сред членовете на АРК, заинтересовани родителски кооперативи. АРК може да препоръча, но не е и да наложи или да гарантира неговото прилагане от съществуващите родителски кооперативи.

МОТИВАЦИЯ

Асоциация за родителски кооперативи (оттук насетне „АРК“) обединява съществуващите граждански инициативи в България, които реализират модела на родителски кооператив съгласно официалната дефиницията за такъв на АРК¹, представлява техните интереси и ги подпомага в усъвършенстване на дейността им, като формулира и споделя добри практики за отглеждане на деца в предучилищна възраст, доказали се на международно ниво. Всеки родителски кооператив е автономен в избора на педагогика и в организацията на дейността си, затова ролята на АРК може да е само да дава препоръки и да подкрепя своите членове с необвързващи становища и образци на документи. В разговори със свои членове АРК все по-често се сблъсква с проблема на прилагане на неструктурирани и неустойчиви подходи за адаптация на новопостъпили в групата деца, които често не водят до желаните резултати. Това е изключително жалко, тъй като родителските кооперативи поради своите характеристики (малки групи, благоприятно съотношение възрастни-деца 1:4 или 1:6 при по-големите, активно участие на родителите, по-добра комуникация между родител и преподавател) предлагат една отлична среда за плавна и безпроблемна адаптация без наличие на стрес, дори и за най-привързаните към родителите си и чувствителни деца. Това ни мотивира да представим на вниманието на съществуващите родителски кооперативи разработения от немския Институт за приложни изследвания в областта на социализацията (Institut für angewandte Sozialisationsforschung/Frühe Kindheit e.V.) Берлински модел за адаптация (оттук насетне „БМА“), както и теоритичните основи, на които той се базира и да окуражим неговото прилагане в съществуващите родителски кооперативи.

¹ Дефиницията е формулирана и гласувана на Общо събрание на АРК и публикувана на сайта на Асоциацията под следния линк: http://priатели.info/?page_id=2889



Асоциация
за родителски
кооперативи

ВЪВЕДЕНИЕ

БМА се основава на теорията за привързаността на Джон Боуби (John Bowlby), която в основата си подчертава значението на привързаността на детето към майка му и различава няколко нива на тази привързаност. Огромно предизвикателство е за детето (особено във възрастта 0-3 год.) да се климатизира в нова среда и да свикне да споделя ежедневието си с непознати хора. Ето защо моделът подчертава значението на избора на преподавател, определен за 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 (това се отнася особено за деца под две годишна възраст (вж. Laewen 2006)).

В резултат на този изследователски проект се разработва и БМА, въз основа на който децата се адаптират по индивидуален начин, съответстващ на тяхната възраст и личностни особености.

ПРОДЪЛЖИТЕЛНОСТ

По принцип, при прилагането на БМА са необходими между 3 и 4 седмици за адаптацията на детето в нова среда като детска градина/ родителски кооператив. Минималният период на адаптация (при изключително комуникативни деца, които ясно показват, че няма нужда от присъствието на родителя в новата среда, е 3 дни). 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



Асоциация
за родителски
кооперативи

братче/сестриче, преместване на ново място, почивка, нова детска стая или друга промяна в рутината на детето).

РОЛЯ НА ПРЕПОДАВАТЕЛЯ

БМА предвижда определянето на един преподавател, който е основното лице за контакт с детето в рамките на адаптацията (в случая на родителските кооперативи това може да е и друг родител, но той трябва да бъде гъвкав и винаги на разположение, когато детето в адаптацията посещава кооператива). Този възрастен, който ще наречем „доверено лице“ има изключително важната задача да проведе първоначален разговор с родителите, преди началото на адаптацията, в който да получи максимално много и качествена информация относно характера на детето, неговите страхове и предпочитания, любими вещи, ритуали, особености. В последствие, това е човекът, който ежедневно посреща и изпраща детето в кооператива, наблюдава много внимателно поведението на детето, неговите реакции, комуникация с родителите, докато те все още го придружават. Този човек се опитва да спечели доверието на детето, да предложи и открие любими игри и дейности. Този човек решава 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 адаптацията е изграждането на връзката между доверения учител и детето. Чувството за сигурност към довереното лице е в основата на успешното протичане на адаптационния процес и здравословен старт на детето в новия му живот в кооператива. При наличието на промяна е изключително важно, тя да се сподели и с доверения учител.

ОСНОВНИ СЪПКИ

БМА се състои от 5 стъпки.

1. Стъпка- подготовка

Първоначално, родителите на новото дете е необходимо да бъдат запознати със значението и протичането на адаптационния период. За препоръчване е това да се случи в писмен вид. Заслужава си всеки кооператив да изработи писмо/ текст на Welcome Letter, с което да информира интересуващите се от членство в кооператива родители, как протича адаптацията на детето, защо е важно да се спазват стриктно стъпките и колко време родителите да си отделят за да придружават детето по време на адаптацията (минимален и максимален период), както и каква



Асоциация
за родителски
кооперативи

точно е ролята на придружаващия родител, така че той да не е в ущърб нито на адаптацията, нито на рутината и структурата, която съществува в кооператива.

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 (вкл. и непосредствено преди началото му).

Родителските кооперативи биха улеснили своите преподаватели, ако подготвят 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 детето на неговото легло, при неговата хавлия), както и след първите опити за раздели, ако детето се сеца за своите родители/ баба и дядо.

2. Стъпка- основна тридневна фаза

Първите три дни в кооператива служат за опознаване на новото място, първи срещи с децата и възрастните. Не се предвижда раздяла с родителите. Препоръчва се първите посещения да не траят повече от 1 до 3 часа. Предстои постепенно преминаване към половин ден и бавно увеличаване на престоят до цял ден. Този ритъм е важно да се спазва, дори и когато детето е уверено и показва силно желание да остане по-дълго. Не забравяйте, че новите преживявания, хора и емоции отнемат енергия на вашето дете и не е в негова полза да се превъзбужда и преуморява още при първия престой в новата среда.

Довереният учител е неотлъчно до детето, както и неговият придружител/ родител. Поведението на родителя се ръководи от реакциите на детето. 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 не следи родителя постоянно с поглед, е редно родителят да премине към по-пасивно поведение (да седне в ъгъла, да наблюдава, но да е на пълно разположение, ако детето има нужда от него). В никакъв случай родителят не трябва да се ангажира с други дейности (да чете книга или вестник, да работи на лаптопа си, да си



Асоциация
за родителски
кооперативи

гледа/ползва телефона, не се препоръчва дори и комуникация/ игра с други деца на този първи етап, тъй като това може да провокира ревност у детето).

Довереният учител 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). Преобличане и смяна на памперс в първите дни се препоръчва да се правят от майката/ бащата/ придружаващия, тъй като се смятат за интимни дейности, изискващи доверие и познаване.

Организацията на дейностите в кооператива трябва да бъде така направена, че довереният учител да е на разположение на адаптиращото се дете по време на целия му престой (съответно трябва да има достатъчно възрастни, които да поемат другите деца). В никакъв случай не трябва да се адаптират повече от 1 деца едновременно. Това може да доведе до хаос и дисхармония, както за адаптиращите се деца, така и за вече адаптираните (присъствието на всяко ново дете представлява промяна за групата, с която те трябва също да свикнат).

3. Стъпка- първа раздяла

На четвъртия ден се осъществява раздялата между родителя/ придружаващия и детето. Ако четвъртият ден се пада понеделник (след пауза от събота и неделя), то тогава се пристъпва към раздяла едва на следващия ден (вторник). **Много е важно** преди раздялата 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 ви да е в постоянно напрежение, че вие отново може да изчезнете. По този начин вие си играете с доверието на детето си и се опитвате да избегнете то да придобие много важно умение- да се научи да се разделя. Първата раздяла **трае само 15 минути**. Протичането на тези 15 минути е решаващо за по-нататъшната адаптация. Ако детето може да се успокои в рамките на тези 15 минути (дори и ако е много разтритоено при раздялата и плаче първоначално), раздялата се смята за успешна и времето на разделите постепенно се увеличава 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 доверения си учител- 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 доверения учител.



Асоциация
за родителски
кооперативи

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 тридневната фаза (при неуспешна първа раздяла)

При неуспешна раздяла, процесът на адаптация се стартира отново, като в следващите 2-3 дни родителят отново посещава кооператива с детето си, както е описано по-горе. 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 (дори и при присъствие на своя родител), може да се вземе решение да се направи пауза от 3 седмици, в която детето да не посещава новото място и след това да се опита отново, като адаптацият 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 адаптацият процес, като придружаващият детето в първите 3 дни да е другият родител, баба или дядо.

5. Стъпка- фаза на стабилизиране

Започва с петия ден след успешна първа раздяла (или с осмия ден при неуспешна първа раздяла, но успешна втора). С всеки изминал ден времето на раздялата плавно се увеличава (30 минути, 1 час, 2 часа, 3 часа и т.н.). Довереният учител е неотлъчно до адаптиращото се дете и поема задачи като преобличане, смяна на пелена, хранене (в най-добрия случай при първия път, когато тези дейности се извършват, присъстват родителят и довереният учител). Напълно осъзнато предлага себе си като партньор за игра и въвежда детето постепенно в групата.

Ако детето се чувства добре и спокойно, може да се направи и опит за приспиване на 5тия ден. Препоръчва се при първото приспиване да участва родителят/ придружаващия, като той и да поздрави детето при събуждането му.



Асоциация
за родителски
кооперативи

СЪВЕТИ КЪМ РОДИТЕЛИТЕ, ЧЛЕНОВЕ НА РОДИТЕЛСКИ КООПЕРАТИВИ

Това 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 уменията 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.

Изберете такъв доверен учител (първото лице за контакт на вашето дете), на който да имате пълно доверие. 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 преподавателя (довереното лице) 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 наблюдаващия учител. Особено в родителските кооперативи, присъствието и активното участие на родителите се стимулират. Но в първите месеци на адаптация се опитайте да останете пасивни, въздържайте се от родителски дежурства и не присъствайте прекалено често в заниманията на групата, докато вашето дете



Асоциация
за родителски
кооперативи

създаде връзка с останалите деца, учители и родители и се научи да бъде еднакво спокойно и активно в заниманията без значение дали вие присъствате физически или не.

Препоръчва се при адаптацията си, детето да бъде придружавано винаги от един и същи човек (родител).

При необходимост от повече информация или желание да споделите своя личен опит или друга добра кооперативна практика, АРК остава на разположение.

ПРЕДСЕДАТЕЛ НА УПРАВИТЕЛНИЯ СЪВЕТ
Мария Трифонова

Дата: 01.03.2017г.

Документът е разработен от Мария Трифонова въз основа на литература, преведена от немски език, 3-годишни наблюдения при прилагането на БМА в български родителски кооператив РК „Тумба-Лумба“ (с помощта на тази концепция са адаптирани 7 деца в този период), както и лични наблюдения при адаптацията на нейните 2 деца по този модел в родителски кооператив и детска градина в Германия.

Използвана литература:

Laewen, H. J.; Andres, B. & Hédervári, E. (2003): Die ersten Tage – ein Modell zur Eingewöhnung in Krippe und Tagespflege. Weinheim: Beltz, 4. Auflage;

Braukhane, Katja & Knobloch, Janina (2011): Das Berliner Eingewöhnungsmodell – Theoretische Grundlagen und praktische Umsetzung. <http://www.kita-fachtexte.de/>