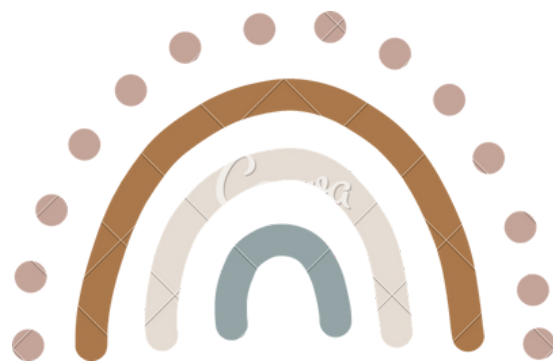




dječji vrtić
Trogir

Dobrodošli!



u vrtić!

Prilagodba djeteta na jaslice/vrtić



Dragi roditelji,

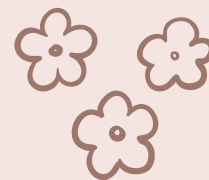
Polazak djeteta u vrtić jedna je od najvećih promjena u životu djeteta i obitelji od rođenja. To je najčešće prvo odvajanje djeteta od osoba s kojima se osjeća sigurno i zaštićeno. Vrtić za dijete predstavlja novu i nepoznatu okolinu, koja uz brojne zanimljive sadržaje nudi i aktivnosti, rituale i situacije koje za dijete mogu predstavljati izazov.

Potrebno je određeno vrijeme tijekom kojeg se dijete upoznaje s vrtićem, a zadaća nas odraslih je da mu to vrijeme omogućimo i ispunimo sadržajima koji će mu pomoći da vrtić postane mjesto sretnog odrastanja.

Najveći broj djece prođe proces prilagodbe bez većih poteškoća, a samo mali broj prolazi teži oblik adaptacije. Proces prilagodbe bez većih teškoća znači da je očekivano da se dijete prilagodi u pravilu od **tri** do **četiri** tjedna **redovitih dolazaka**. Reakcije su očekivane, a one slabe i nestaju brzinom kojom se dijete prilagođava okolini i uspostavlja socio – emocionalne odnose s odgojiteljima. Neka su djeca sklona reakcijama na *fiziološkom* planu (odbijanje hrane, odbijanje spavanja, probavne smetnje, često obolijevanje...), a druga *reakcijama u ponašanju* (plač, agresivnost, povučenost...). Jedna od mogućih reakcija je tzv. **regresija**, što znači da će se kod djeteta pojaviti oblici ponašanja koji su karakteristični za raniju, već savladanu fazu razvoja (npr. dijete ponovo počne mokriti u krevet, sisati prst, tražiti dudu i sl.). Sva navedena ponašanja normalna su u fazi prilagodbe.

Trajanje perioda prilagodbe ovisi o djetetovim osobinama, dobi, razvojnoj fazi u kojoj se nalazi, ranijim iskustvima odvajanja od roditelja i socijalizaciji s drugom djecom, aktualnim događajima u životu (stresni događaji poput razvoda, preseljenja, rođenja novog djeteta u obitelji itd.), ali i reakcijama roditelja na odvajanje. Roditeljski **pozitivan stav** prema vrtiću, razvijanje sigurne privrženosti kod djeteta, mehanizmi nošenja sa stresom uvelike olakšavaju djetetovu prilagodbu.





Kako se pripremiti za polazak u vrtić?

- Ako ste u mogućnosti privikavajte dijete na svoje povremene odlaske, neka ostane kod bake i djeda ili kod neke druge poznate osobe na nekoliko sati, kako bi shvatilo da to što vi odlazite ne znači da se nećete vratiti.
- Prošecite se uz vrtić, djetetovu pozornost usmjerite na djecu koja se tamo igraju, govorite o vrtiću s veseljem i iščekivanjem - no to zaista i mislite.
- Prije polaska u vrtić priviknite dijete na raspored buđenja i hranjenja kakav će biti kada krene u vrtić.
- Pripremite se na situaciju da odgoj vašeg djeteta prepuštate u određenoj mjeri profesionalcima, tako da jedina osoba koja bude u stresu kod polaska u vrtić bude vaše dijete. Jer ako i vi prolazite teškoće pri razdvajanju od djeteta, tko će onda ostati pribran da pomogne djetetu u nošenju s osjećajima straha, izgubljenosti i bespomoćnosti?
- Dijete stvara osjećaj i sliku o vrtiću prvo iz stavova, osjećaja i ponašanja roditelja prema vrtiću, a zatim iz vlastitog iskustva. Ako postoje negativni osjećaji, stavovi ili ponašanja roditelja prema vrtiću ili budućem odgojitelju djeteta, dijete će prvo reflektirati iskustvo roditelja, a tek nakon toga će početi stvarati vlastite osjećaje, iskustva i ponašanja.
- Zbog prethodno navedenog, priprema roditelja na vrtić jedan je od ključnih aspekata adaptacijskog procesa kod djeteta.



Kako se ponašati kada dijete krene u jaslice/ vrtić?



Pri polasku u jaslice ili vrtić (ovisno o dobi djeteta), potrebno je da **roditelj** s djetetom prolazi period prilagodbe (a ne bake, djedovi, dadilje...) što znači da ćete dijete odvoditi u vrtić, prvih dana biti s djetetom u skupini ako to bude nužno, u dogovoru s odgojiteljima napustiti skupinu, postupno produžavati vrijeme ostanka u vrtiću te doći po svoje dijete u dogovoreno vrijeme.

Ako je moguće, dopustite djetetu da ponese omiljenu igračku, dekiću, dudu, bočicu u vrtić. Ti predmeti za koje je dijete vezano predstavljaju **prijelazni objekt** što znači da olakšavaju prijelaz iz roditeljskog doma u jaslice/ vrtić na način da djeci pružaju osjećaj sigurnosti u novoj sredini.

Od iznimne važnosti je stvaranje **partnerskog odnosa** između roditelja i odgojitelja. Otvorena komunikacija, uvažavanje i pridržavanje plana prilagodbe uz uzajamnu podršku sigurno će dovesti do uspješne prilagodbe djeteta na jaslice/ vrtić. Dijete koje vidi i doživi osjećaj povjerenja roditelja u odgojitelje i samo će se osjećati sigurno i zaštićeno.

Oprostite se s djetetom kada ga ostavljate u vrtiću. Nemojte nikako otići bez pozdrava, iako smatrate da će djetetu biti lakše ako se zaigralo pa vas nije vidjelo kada ste otišli, takav način odlaska narušava djetetovo povjerenje u vas.

Kada se opraštate s djetetom, neka to bude **kratko i srdačno**, objasnite mu kako morate ići na posao ili nešto obaviti, a ono će do tada biti u vrtiću te ćete doći po njega u određeno vrijeme. Oprostite se s djetetom u **vedrom raspoloženju**, poljubite ga i zagrlite te uz mahanje otiđite. Nemojte se zadržavati na hodniku odnosno u vidokrugu djeteta kako biste vidjeli reakciju na vaš odlazak, hoće li se igrati s drugom djecom i slično. Te informacije ćete saznati od odgojitelja kada dođete po dijete.

Ako je vama kao roditelju teško zbog prvog odvajanja od djeteta, podijelite osjećaje i potražite za sebe podršku među svojim najbližima (suprug, supruga, prijateljica, kolege...). Razgovarajte s njima o tome, ali ne pred djetetom i s djetetom. Budite **strpljivi** i prema sebi budući da i vi kao roditelj počinjete s novom fazom svog roditeljstva.

Polazak u vrtić može biti vrlo izazovno razdoblje za dijete i roditelja, ali ustrajnost kroz razdoblje prilagodbe, i povjerenje u pozitivan ishod u konačnici dijete osnažuju i potiču razvoj vještina koje će mu biti neophodne kroz odrastanje.

Pripremile:

Ana Jurić, psiholog
Marija Pašalić, logoped

