

KAKO DJETETU OLAKŠATI PROCES ADAPTACIJE NA VRTIĆ



Za većinu djece, posebice jasliske dobi, polazak u vrtić predstavlja prvo odvajanje od roditelja i boravak u nepoznatom okruženju. Često tu situaciju djeca doživljavaju kao prijeteću i/ili uznemirujuću zbog čega dolazi do različitih, uglavnom **prolaznih** reakcija kod djece. Djeca mogu:

- oštro protestirati
- svoju bespomoćnost izražavati nesretnim plačom i pasivnošću
- odbijati kontakt s odgajateljem, ili biti potpuno orijentirano na njega
- čvrsto držati svoju dudu, bočicu, gazu (prijelazni objekt)
- odbijati hranu/ spavanje ili slabo jesti/ spavati
- izražavati ljutnju što ne može izmijeniti situaciju- vrištanjem, zvanjem mame i tate, agresijom itd.

Odvajanje može biti bolno i za dijete i za obitelj, ali je ono važan i neizostavan dio normalnog procesa odrastanja djeteta- neophodno za osamostaljivanje i razvoj djeteta kao socijalnog bića.

Svakodnevnim dolaskom u vrtić dijete će naučiti slijed radnji (dolazak u vrtić-odvajanje-boravak u vrtiću-dolazak roditelja) i tako graditi povjerenje u roditelja da će doći i odvesti ga u „sigurnost svog doma“.

Prije polaska u vrtić...

- Prikupite dovoljno informacija o svemu što Vam je važno kako bi utvrdili stav prema polasku djeteta u vrtić. Vaša nesigurnost, tuga ili strah pred odvajanjem može lako prijeći na dijete jer su djeca sklona nepoznatu situaciju procjenjivati prema reakcijama roditelja.
- Omogućite djetetu kontakte s vršnjacima i odraslima i izvan obitelji.
- Upoznajte dijete s odgojiteljima i prostorima vrtića u kojima će boraviti.
- Radite na osamostaljivanju djeteta u skladu sa njegovim razvojnim mogućnostima kako bi manje ovisilo o drugima, ako je moguće odgodite druge velike promjene (npr. preseljenje).
- Dnevni ritam življenja djeteta kod kuće postupno prilagođavati vrtičkom ritmu (buđenje, hranjenje,...).
- Zajedno s djetetom pripremite stvari za vrtić i osigurajte predmet za koji je emocionalno vezano (dudu, flašicu, gazu, dekiću, omiljenu igračku i sl.) i uz koje se može umiriti.
- Planirajte nekoliko slobodnih dana kako bi dijete u što ležernijoj atmosferi dolazilo u vrtić i postupno sve duže ostajalo.

Jutarnji rastanak izrazito je važan trenutak, zato:

- **Prije odlaska u vrtić** recite gdje idete i što tamo očekujete: mlađoj djeci je najvažnije znati da su u vrtiću odrasle osobe (teta koja će se brinuti za njih, koja se voli igrati i zna puno igara i pjesmica), 4-godišnjacima su važnije igračke, a 5-ogodišnjacima i 6-ogodišnjacima igra s njihovim vršnjacima.
- **Kad odlučite otići**, rastanak neka bude kratak, strpljiv, nježan, ali i odlučan. Dopustite odgajatelju inicijativu u trenutku rastanka.
- **Otezanje rastanka**, ponovno vraćanje i “virenje kroz prozor” šalju djetetu poruku “ne znam jeli ti je ovdje dobro” i otežava mu prilagodbu

- **Držite se dogovora o vremenu kada ćete doći po dijete** jer ovisno o Vašem dogovoru s odgojiteljima, oni mogu djetetu reći „*Kad pojedemo jabuku, mama će doći*“ –i ako Vi zaista dođete tada, u djetetu se razvija osjećaj sigurnosti i povjerenja. Kasnite li, dijete je zbunjeno i otežava se razvoj povjerenja.
- **Kada dođete po dijete**, nemojte ga ostavljati “još 10 minuta, jer mu je sada baš lijepo” –dogovorite se kada ćete sutra doći i otići.
- **Osigurajte kontinuirano pohađanje vrtića** u periodu prilagodbe.

Dok pričate o vrtiću...

- **Budite realni i odmjereni**- pretjerano hvaljenje vrtića može biti sumnjivo, a velika ushićenost može dijete zbuniti, obzirom da prvi susret s nepoznatim kod većine djece izaziva sasvim oprečna čuvstva od radosti.
- Kad dijete počne pričati o svojim dojmovima iz vrtića-**pozorno i pažljivo ga saslušajte**. Tijekom priče nikako mu se nemojte smijati ili rugati njegovim postupcima.
- **Ako ste Vi pohađali vrtić**, ispričajte djetetu neku veselu zgodu iz života u vrtiću, kako bi dijete zadovoljilo potrebu za poistovjećivanjem sa Vama, pa tako i vašim čuvstvima.
- **Ako dijete ne priča samostalno** o svojim doživljajima iz vrtića (jaslica) nemojte ga o tome pretjerano ispitivati. To mu može biti teško jer se mora ponovno uživjeti u neugodnu situaciju. Razgovor možete započeti nečim što ste Vi doživjeli (npr. „*Vidjela sam da u sobi imate puno kocaka...*“) pa će se dijete nadovezati ako želi.
- **Prijetnje vrtićem** („*Vidjet ćeš ti u vrtiću...*“) i **uspoređivanje** s drugom djecom pojačavaju djetetov osjećaj nesigurnosti.

ZA KRAJ.....

- Sve navedeno može znatno olakšati proces adaptacije, ali je normalno da dio tjeskobe i nesigurnosti ostaju dok i Vi i dijete ne upoznate vrtić i steknete povjerenje u svoje odgojiteljice. Kod starije djece to je nešto kraći period, kod mlađe duži.
- Uobičajeno je da dijete u ovom periodu pokazuje neka ponašanja koja se razlikuju od njegovog uobičajenog načina reagiranja (plač, razdražljivost, pretjerana vezanost uz Vas, agresivnost, povučenost, promjene u spavanju i jelu, traženje dade koju je već ostavilo...). Pokažite razumijevanje za djetetove osjećaje (ugodne i neugodne!!!). Možete reći da ste i Vi uzbuđeni, jer je ovo nešto novo.
- Budite spremni da će dijete prvih dana tražiti više nježnosti i pažnje kod kuće. Nemojte se iznenaditi ako najedanput postane drsko, arogantno, negativističko. To je zato što mu odvajanje od vas teško pada, ali ono se trudi i "uvježbava" svoj novi položaj.
- Po dolasku iz vrtića, uzmite si malo vremena za sebe i svoje dijete ... zaslužili ste nešto posebno!
- U periodu do dva mjeseca kontinuiranog dolaženja u vrtić, dijete bi se trebalo priviknuti na vrtić –ako i dalje postoje poteškoće, razgovarajte sa odgojiteljicama ili članovima Stručne službe.

Kontakti:

- *pedagog: 099 278 8024*
- *psibolog: 099 397 9355*
- *zdravstvena voditeljica: 099 326 84 05*