

PRILAGODBA NA VRTIĆ/JASLICE

Polazak u jaslice ili vrtić je velika promjena za dijete i za roditelje. Za mnogu djecu je to prvo odvajanje od roditelja. Iz zaštićene i poznate okoline, dijete dolazi u nepoznatu situaciju, u novi prostor i među nove ljude. Mora proteći određeno vrijeme u kojem će se dijete uvjeriti kako se roditelj uvijek vraća po njega i tijekom kojega će upoznati novu okolinu, upoznati i zavoljeti svoje odgajateljice i nove prijatelje.

Vrijeme prilagodbe: Što možemo očekivati?

Neke od mogućih reakcija nakon prvih dana u vrtiću su:

- Reakcije na fiziološkom planu: odbijanje hrane, poteškoće sa spavanjem, moguće su probavne smetnje i povraćanje, često obolijevanje
- Promjene u ponašanju – poput plačljivosti, agresivnosti, nemira, povlačenja u sebe ili pasivnosti
- Regresija: kod većeg djeteta se mogu ponovno vratiti neke navike i ponašanja koje je dijete već preraslo (poput mokrenja u krevet, cuclanja prsta i sl.)
- Dijete ne ispušta roditelja iz vida; traži dodatnu sigurnost i stalnu prisutnost roditelja
- Protestiranje, plač, odbijanje kontakta s roditeljima, odgajateljima, drugom djecom

Sva ta ponašanja su normalna i očekivana u fazi prilagodbe. Ona nas ne trebaju previše zabrinjavati, niti im je potrebno pridavati veliku pozornost. Ono što mi trebamo činiti je da pratimo sve što se događa s našim djetetom, no s određenim mirom i povjerenjem da će dijete to uskoro prevladati.

Kako možemo pomoći djetetu i sebi?

Već prije polaska u vrtić možemo nešto učiniti...

- Možete s djetetom razgovarati o vrtiću; prošetati povremeno oko vrtića ili se poigrati u vrtićkom dvorištu. To će djetetu pomoći da unaprijed stvori predodžbu koja će mu dati osjećaj da je vrtić nešto poznato i sigurno.

- Možete postepeno pripremati dijete na raspored aktivnosti i dnevnu rutinu sličnu onoj u jaslicama ili vrtiću (što se tiče hranjenja, spavanja, igranja i sl.).
- Korisno je poticati samostalnost djeteta, no nemojte značajnije mijenjati djetetove navike neposredno prije polaska u vrtić.
- Dijete možete polako pokušati usmjeriti i na druge osobe, osim vas. Ako imate takvu priliku, neka povremeno ode u šetnju s nekom drugom odraslom osobom kojoj vjeruje. Također, osigurajte mu kontakte s drugom djecom.
- Ohrabrujte dijete; pokažite da se veselite vrtiću; neka dijete stekne dojam da ga očekuje nešto lijepo i veselo.

Kada dođe vrijeme za polazak u vrtić...

- Kada dođete u vrtić, uvijek pozdravite dijete prije nego odlazite. Nemojte se iskradati kada se dijete zaigra. Uvijek je bolje da se dijete i rasplače prije; kada ga pozdravljamo; nego da se osjeti napuštenim poslije; kada shvati da smo najednom nestali.
- Možete uvesti male rituale u svoj pozdrav prije odlaska.
- Malo većem djetetu, možete dati neki vremenski orijentir kada ćete se vratiti po njega. Također, možete djetetu otprilike opisati što ga čeka; što će sve raditi; kada ćete doći po njega i možete smisliti neku zajedničku aktivnost nakon povratka iz vrtića, kako bi se dijete imalo čemu veseliti.
- Držite se svojih obećanja. Dođite po dijete kada ste mu obećali. Ako niste sigurni da ćete moći, radije nemojte obećavati.
- Ako je to moguće (ako dijete nije bolesno), poželjno je da u tijeku prilagodbe redovito dolazite u vrtić, jer se izostajanjem djeteta, vrijeme prilagodbe produžava.
- Tijekom prilagodbe nije poželjno dijete odvikavati od pelena, bočice ili dude i sl. U tom periodu je vrtić dovoljno velika novost, tako da bi sve drugo trebalo ostati isto.
- Pokušajte s odgajateljima ostvariti dobru komunikaciju, izmjenjujte informacije o djetetovom ponašanju i ponašanju kod kuće i u vrtiću. Te informacije će biti dragocjene i za vas i za odgajatelje.
- I na kraju, potrudite se uvijek zadržati pozitivan stav prema odlasku u vrtić. To se pokazalo kao jedan od najvažnijih faktora za uspješnu adaptaciju.

Za razgovor i savjet uvijek se možete obratiti odgajateljima i stručnom timu našeg vrtića!