

PRILAGODBA (ADAPTACIJA) DIJETETA NA JASLICE/VRTIĆ

Polazak u jaslICE/vrtić je velika promjena i uzbudljiv događaj u životu djeteta i roditelja. Najčešće je to prvo odvajanje od roditelja. Iz sigurne i zaštićene obiteljske sredine dijete dolazi u nepoznat prostor, među nepoznate osobe. To podrazumijeva prilagodbu obje strane. Roditelji moraju prihvatiti da će se značajan dio djetetovih aktivnosti (igre, odgoja, obrazovanja) odvijati izvan roditeljskog doma. Dijete intuitivno osjeća da njegov život ovisi o prisutnosti roditelja, pa spoznaja da roditelja nema u blizini može izazvati osjećaj straha za vlastitu sigurnost. Svakodnevnim dolaskom u vrtić dijete će naučiti slijed radnji (dolazak u vrtić- odlazak roditelja- boravak u grupi- povratak roditelja i odlazak kući). Na toj osnovi dijete gradi povjerenje u roditelja, odnosno stječe sigurnost da će roditelj doći po njega i odvesti ga iz vrtića u sigurno okruženje doma.

**U vrtiću će dijete steći nove vještine i znanja,
kao i novi krug ljudi i prijatelja koji će mu biti
važni u životu.**



Nužno je poznavati razvojne faze i karakteristična ponašanja koja one podrazumijevaju. Ta nas saznanja sprečavaju da pripisujemo previše pažnje nekom ponašanju (koje se nama ne sviđa) ukoliko je ono razvojno opravdano. Npr. eksplozije bijesa u drugoj i trećoj godini, intenzivna ljutnja u trećoj i četvrtoj godini...

Najčešća ponašanja djece za vrijeme prilagodbe

Za većinu djece polazak u vrtić je stres, koji se manifestira kroz niz emocionalnih, tjelesnih i ponašajnih reakcija, do kojih dolazi kod procjene situacije kao opasne ili uznemiravajuće. Prvih dana u vrtiću djeca mogu:

1. Oštro protestirati- burno reaguju pri rastanku s roditeljima, plaču, ritaju se, otvoreno se bune protiv nove situacije. Trenutak rastanka je krizni trenutak i većina se djece nakon što roditelj ode smire i zaigraju. Neka djeca prvih dana ulaze u sobu bez problema, a protest se javi nakon nekoliko dana, kada shvate da u vrtić moraju svaki dan, a još se ne osjećaju sigurno. Burno reaguju obično mlađa djeca koja svoju bespomoćnost izražavati nesretnim plačem i pasivnošću.

- odbijati kontakt s odgojiteljem ili biti potpuno orijentirana na njega
 - čvrsto držati dudu, bočicu, gazu
 - odbijati hranu, slabo jesti
 - kratko i nemirno ili uopće ne spavati
 - neka djeca postaju povučena i tužna
 - zbog razdražljivosti neka djeca češće dolaze u sukobe s drugom djecom
 - moguća je i regresija u ponašanju (vraćanje na ranije oblike ponašanja, npr. ponovno traži dudu, pelene...)
- Sva ova ponašanja su prolazna i, kako se dijete privikava na vrtić, zamjenjuju ih aktivno sudjelovanje u životu grupe, igra i dobro raspoloženje.

Kako će proteći period prilagodbe i koliko će trajati ovisi o:

- dobi djeteta - duža adaptacija se očekuje kod mlađe djece
- temperamentu djeteta- lakše će se prilagoditi dijete dobrog raspoloženja, koje prihvaća nove osobe i stvari s povjerenjem i prihvaća promjene bez burnih reakcija; teže će se prilagoditi neraspoloženo i nezadovoljno dijete, sklono povlačenju u novim situacijama, pretjeranih reakcija na neugodne doživljaje ili promjene
- iskustvu djeteta- prijašnja pozitivna iskustva odvajanja djeteta od roditelja pozitivno djeluju na prilagodbu, a negativna iskustva (npr. hospitalizacija) imaju negativan učinak
- o obiteljskoj sredini- više problema imaju djeca iz nesređenih obitelji, previše zaštićena djeca i djeca autoritarnih roditelja. Optimalan je odnos povjerenja i sigurnosti s roditeljima. Neka djeca su sklonija reakcijama na fiziološkom planu, te mogu odbijati hranu, napitke, spavanje, mogu imati poremećaj spavanja, probavne smetnje, a mogu i češće pobolijevati.

Ponašanja koja će olakšati djetetovu prilagodbu na vrtić:

- pozitivan stav roditelja prema vrtiću
- dijete u vrtić treba dovesti roditelj/skrbnik, a ne netko drugi
- pri dolasku, uspostaviti s odgojiteljem toplu i povjerljivu komunikaciju
- roditelj se od djeteta treba oprostiti smireno, strpljivo, nježno ali i odlučno!
- u prvim danima skratiti boravak djeteta u vrtiću
- dopustiti djetetu da u vrtić ponese omiljenu igračku/predmet
- ne inzistirati da dijete polaskom u vrtić usvoji nova „prihvatljiva“ ponašanja (ostavi dudu, bočicu, skine pelene, prekine s dojenjem..)
- ne dovoditi bolesno dijete u vrtić
- razgovarati s djetetom o doživljajima i osjećajima vezanim uz boravak u vrtiću



Kada ostavljate dijete u vrtiću, roditelj treba:

- u terminima koje dijete razumije, definirati količinu vremena koju će dijete provesti samo, bez roditelja (npr. "Idem na posao..."). Budite iskreni!
- naglasiti potpunu vjerojatnost svog povratka ("Kad to obavim vratit ću se po tebe")
- definirati aktivnosti u koje se dijete može uključiti za vrijeme boravka u vrtiću ("Ti se igray s kockama dok se ja ne vratim po tebe")
- kratko se opraštati s djetetom jer u protivnom roditelj ostavlja dojam nepovjerljive i nesigurne osobe što nepovoljno utječe na dijete. Roditelji se iz istog razloga ne bi smjeli zadržavati u vidokrugu djeteta (na hodniku, kraj ograde, viriti kroz prozor).
- ne iskradajte se bez pozdrava misleći da dijete to neće primijetiti - za dijete to može značiti da ste ga prevarili i da ne može imati povjerenja u vas i vrtić

Roditelji trebaju imati na umu da je vrtić lijepo mjesto puno igre i zabave, a teškoće prilagodbe će proći. Važno je zadržati pozitivan stav prema vrtiću, ali i prema sebi. Vjerujte prosudbi svojih odgajateljica! To što ostavljate dijete u vrtiću omogućit će mu da razvija nove vještine i znanja. To shvatite kao izazov, a ne kao kaznu. Vrtić je izvrsna priprema za život. Uči dijete elementarnim vještinama koje svi trebamo imati kako bismo koračali kroz život samouvjereni, a to učenje se odvija na najbolji način- među vršnjacima.

Literatura:

Mašković. T., Drožđan, D., Sokač, M., Josić, M. (2018). Od jaslica do škole: Vodič za lakši proces prilagodbe na jaslice, vrtić i školu. Vlastita naklada: Martina Sokač, Zagreb.

Želimo Vašem djetetu puno sreće, veselja i igre u vrtiću!

Vaša psihologinja, Irena Križanec