



Poštovani roditelji,

U želji da adaptacija Vašeg djeteta u našem vrtiću/jaslicama bude što ugodnija, dajemo Vam neke savjete i preporuke.

Adaptacija ili prilagodba je proces tijekom kojeg se dijete privikava na novo okruženje i uvjete života u novoj sredini, kada sigurnost doma mora zamijeniti novim i nepoznatim. Dijete se susreće s mnogim zahtjevima na kojima mu je teško odgovoriti, a premaleno je da bo moglo kontrolirati svoja emocionalna stanja.

U procesu adaptacije dijete se mora prilagoditi na:

- Odvojenost od roditelja na dulje vrijeme
- Višesatni boravak među većim brojem djece
- Odgojiteljice koje predstavljaju zamjenu za roditelje (ukoliko je dijete vrlo malo)
- Materijalno okruženje - novi prostor, namještaj, krevetić, igračke i predmete koji ga okružuju
- Djelomično različit dnevni ritam ustajanja, spavanja, njege i hranjenja
- Pravila ponašanja u odgojnoj skupini (npr. kako rješavati sukobe, spremanje igračaka, kako se ponašati prilikom jela, kako prati ruke...)

Proces prilagodbe je individualan proces, specifičan za svako dijete, a ovisi o:

- Starosti djeteta – lakše se prilagođavaju starija djeca, što je dijete mlađe, ima veću potrebu za blizinom roditelja
- Individualnim osobinama djeteta, stupnju psihofizičkog razvoja i zdravstvenom stanju
- Kontaktima s većim brojem djece i odraslima – lakše će biti djetetu koje ima braću ili sestre te onome koje je imalo prilike stvarati kontakte i pozitivna iskustva s odraslima i djecom izvan užeg obiteljskog kruga

- Iskustvima koja ima u odvajanju od roditelja – postupno odvajanje od roditelja doprinosi lakšoj prilagodbi
 - Pripremama za polazak u vrtić/jaslice
 - Redovitosti dolaženja u vrtić/jaslice tijekom razdoblja adaptacije – izostanci u ovom periodu produljuju vrijeme prilagodbe
 - Odnosu roditelja i djeteta – dijete koje osjeća nesigurnost i nepovjerenje roditelja i samo je nesigurno i nepovjerljivo
 - Stavovima roditelja prema djelatnicima vrtića/jaslica
- Dijete se prilagodilo onda kada vidimo da se uključuje u aktivnosti vrtića, otvoreno komunicira s drugom djecom i odgojiteljicama, prihvaća pravila grupe, pokazuje interes za igračke i igru, kada se raduje odlasku u vrtić i veseli svojim prijateljima, odnosno kada spontano izražava svoje osjećaje, misli i sposobnosti.

Kakva ponašanja možemo očekivati?

Moguće reakcije djeteta prilikom polaska u jaslice:

- Jednogodišnja djeca svoj strah i bespomoćnost izražavaju plačem i pasivnošću, ponekad odbijaju kontakt s odgojiteljicom, ne ispuštaju svoju dudu, gazu, medu, dekiću, odbijaju jesti ili slabo jedu, kratko i nemirno spavaju
- Neka djeca reagiraju regresijom u ponašanju, npr. dijete koje je uspostavilo kontrolu stolice sada opet obavlja nuždu u gaćice). To su normalne obrambene reakcije malog djeteta. U želji da bude zaštićeno, ono bira ponašanja koja mu nude veću sigurnost.
- Nešto starija djeca često izražavaju ljutnju, otvoreno negoduju, posebno kod rastajanja od roditelja, plaču, odbijaju komunikaciju.

Moguće reakcije prilikom polaska u vrtić:

- Djeca od 3 – 5 godina donekle mogu kontrolirati svoje emocije. Neka će djeca poslušno ući u sobu, neki će šutjeti, stajati pored vrata, odbijati komunikaciju s odgojiteljicama ili drugom djecom, zapitkivat će za roditelje, držati će svoje cipelice u ruci, neće htjeti skinuti jaknu, neće se htjeti pridružiti djeci
- Neka djeca u početku ne pokazuju teškoće adaptacije, tek naknadno se pojavljuje otpor jer shvate da je odlazak u vrtić/jaslice svakodnevan, a još se ne osjećaju sigurno u novom okruženju

- Neka djeca reagiraju neočekivano burnije prema djeci, roditeljima i odgojiteljima (npr. udaraju drugu djecu, grčevito se drže roditelja, ne prihvaćaju pravila grupe, protestiraju, glasno plaču...)

Djeca se razlikuju u svojim reakcijama – neka su sklonija reakcijama na fiziološkom planu, a druga na psihološkom planu. Neka se djeca prilagođavaju lakše od drugih, a neka teže, što samo po sebi nije niti bolje niti lošije, jednostavno su različiti.

Uloga roditelja

Uloga roditelja u ovom osjetljivom razdoblju je od velike važnosti. Stoga je važna dobra priprema Vas i Vašeg djeteta. Evo i nekih preporuka:

- Pričajte djetetu o jaslicama/vrtiću kao zanimljivom, zabavnom mjestu gdje ima puno igračaka i djece – razgovor prilagodite uzrastu djetetu
- Pripremite dijete za novo okruženje razvijajući u njemu osjećaj da raste, da je bliže odraslima, da je „veliko“
- Zajedno posjetite vrtić/jaslice u vrijeme kada se djeca igraju
- Djetetu iskažite nježnost i brigu
- Pokušajte prilagoditi dnevni ritam djetetova života u obitelji (ustajanje, hranjenje, spavanje) onome koji će imati u jaslicama/vrtiću
- Osamostaljujte dijete prilikom oblačenja, održavanja higijene i prehrane
- Ukoliko dijete planirate odviknuti od pelena, flašice ili dudice, učinite to ili ranije, ili tek nakon razdoblja prilagodbe, ne u isto vrijeme.
- Planirajte nekoliko slobodnih dana u periodu prilagodbe kako bi se djetetu omogućilo postepeno produljivanje boravka u jaslicama/vrtiću. Nemojte odmah otići nakon što ste dijete otpratili. Razgledajte zajedno okolinu vrtića, igračke. Kad odlučite otići ne treba se predugo opraštati. Ne budite nesigurni u pogledu trenutka kada i kako da se odvojite. U dogovoru s odgojiteljem ostanite određeno vrijeme, a onda ga pozdravite i odlučno, sigurno, ali ljubazno i toplo otidite s napomenom da ćete doći po njega.
- Pripremite sebe, budite prijazni, dobronamjerni, razgovarajte s djetetom. Strah i nesigurnost pred odvajanjem koji vi osjećate prijeći će na dijete. Roditelj koji ga prati u vrtić nikako ne smije pokazivati tugu ili uznemirenost.

- Ako dijete ne priča samostalno o svojim dojmovima iz vrtića/jaslica, nemojte ga o tome pretjerano ispitivati. To mu može biti teško jer se mora ponovno uživjeti u neugodnu situaciju. Ali ako samo počne pričati važno je da ga pažljivo saslušate.
- Dijete će prvih dana tražiti više nježnosti i pažnje kod kuće. Planirajte svoje vrijeme tako da mu ga bar u tom prvom razdoblju možete što više pokloniti. Nemojte se iznenaditi ako dijete odjednom postane drsko, negativističko. To je zato što mu odvajanje od vas teško pada.

Želimo Vam sigurnu i bezbrižnu prilagodbu, radostan boravak u jaslicama/vrtiću, te uspješnu suradnju sa svim našim djelatnicima!

