

Početak svake pedagoške godine donosi novu djecu u dječji vrtić, ali i nove poteškoće u prilagodbi, kako za djecu tako i za roditelje. Kako bismo vam olakšali prve dane u dječjem vrtiću podsjećamo što sve adaptacija može značiti.

Za većinu djece vrtić predstavlja prvo odvajanje od roditelja, nepoznat prostor u kojem ga roditelj ostavlja nepoznatim ljudima.

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 u roditelja koji će doći po njega i odvesti ga iz vrtića u sigurno okruženje doma.

Dakle, za većinu djece polazak u vrtić predstavlja stres, koji se manifestira kroz niz emocionalnih, tjelesnih i ponašajnih reakcija do kojih dolazi kod procjene situacije kao opasne i/ili uznemiravajuće.

Kod neke djece odvajanje od roditelja može biti u tolikoj mjeri uznemiravajuće da zadobiva oblik traume.

Prvih dana boravka u vrtiću dijete može:

- oštro protestirati
- svoju bespomoćnost izražavati nesretnim plačem i pasivnošću
- odbijati kontakt s odgajateljem, ili suprotno tome, biti potpuno orijentirano na njega
- čvrsto držati svoju dudu, bočicu, gazu (prijelazni objekt)
- odbijati hranu ili slabo jesti
- kratko i nemirno ili uopće neće spavati
- ljutnju, što ne može izmijeniti situaciju, izražavat će vrištanjem, zvanjem mame i tate, agresijom usmjerenom na drugu djecu, odgajatelje, stvari itd..

Ponašanja roditelja koja će olakšati djetetovu prilagodbu na vrtić

- Pozitivan stav roditelja prema vrtiću
- Povjerenje u osobe koje će se u vrtiću brinuti za njegovo dijete

□ Boravak s djetetom u vrtiću tijekom prvog dana

□ Aktivno uključivanje roditelja u igru i aktivnosti u odgojnoj grupi.

□ Redovito dovođenje djeteta u vrtić. Svakodnevnim dolaskom dijete uči slijed radnji (dolazak u vrtić - odlazak roditelja - boravak u vrtiću - povratak roditelja nakon određenog vremena

□ Donijeti stvar uz koju je dijete emocionalno vezano (dudu, flašicu, gazu, dekiću, omiljenu igračku i sl.) i uz koju se može umiriti (tzv. prijelazni objekt)

Kada ostavlja dijete u vrtiću roditelj treba:

□ u terminima koje dijete razumije, definirati količinu vremena koju će dijete provesti samo, bez roditelja (npr. "...idem kupiti novine; idem na posao" i sl.).

□ naglasiti potpunu vjerojatnost svog povratka ("kad to obavim vratit ću se po tebe").

□ navesti odgajatelja kao osobu koja će se brinuti o djetetu ("teta će te čuvati dok se ja ne vratim").

□ definirati aktivnosti u koje se dijete može uključiti za vrijeme boravka u vrtiću ("ti se igra s kockama dok se ja ne vratim po tebe").

□ kratko se opraštati s djetetom. 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 (npr. na hodniku, viriti kroz prozor u djetetovu sobu i sl.).

Pri povratku po dijete roditelji se ne zadržavaju dugo u sobi (kako ne bi predstavljali uznemiravajući faktor za ostalu djecu). Sa svojim djetetom mogu se, prema želji i potrebi, zadržati/poigrati na hodniku.

Što može otežati odvajanje?

□ Nesiguran, zaplakan roditelj

- Roditelj koji, ne oprostivši se od djeteta, doslovno pobjegne
- Roditelj koji od svog djeteta traži dopuštenje za odlazak ("Mogu li sada otići?"; "Reci mi kad mogu otići!" i sl.)
- Roditelj koji se dugo zadržava na vratima sobe i/ili stalno viri kroz prozor i sl.

ZAŠTO?

Zato što djeca u svojim ponašanjima pokazuju tendenciju kopiranja osjećaja roditelja. Dijete koje osjeća roditeljevu nesigurnost i nepovjerenje i samo je nesigurno i nepovjerljivo.

Što možete napraviti prije polaska u vrtić?

- privikavajte dijete, ukoliko ste u mogućnosti, na svoje povremene odlaske - neka ostane kod bake ili kod neke druge osobe ne nekoliko sati, kako bi shvatilo da to što vi odlazite ne znači da se nećete vratiti;
- pripremajte dijete od kuće na vrtić - prošetajte se uz vrtić, pogledajte djecu koja se tamo igraju, govorite o vrtiću sa veseljem i iščekivanjem - ali to zaista i mislite.
- ukoliko je dijete manje, naučite ga jesti samostalno žlicom te piti iz čaše, kako bi bilo što samostalnije u vrtiću i što manje ovisilo o drugima;
- vi se pripremite 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 njegovim emocijama straha, izgubljenosti i bespomoćnosti?

Adaptacija djece traje određeni period. Kod starije djece to je nešto kraći period, kod mlađe duži. Budite spremni i strpljivi s djetetom taj period jer će dijete biti ljuto na vas i kod kuće - moguća je regresija u ponašanju (kada se dijete vrati nekim starim navikama - mokrenju u krevet, dudanju dude, sisanju palca, puzanju ako je već prohodalo)... Prilazite djetetu s razumijevanjem, jer je njemu taj period jako težak, uporno ga uvjeravajte da ga volite najviše na svijetu i da to što morate raditi ne znači da ga volite manje. Nemojte u odgojiteljima gledati svoje „neprijatelje“ - zasigurno se ljubomorni što se ti ljudi mogu igrati sa vašim djetetom dok vi radite, ali odgajatelji su vaši partneri. Dogovarajte se, pitajte što vas zanima, sugerirajte kako pristupiti djetetu kada je u nekom neraspoloženju...

I uvijek imajte na umu da vrtić treba biti lijepo mjesto puno igre i zabave, i da će sve teškoće prilagodbe proći. Jedino je važno zadržati pozitivan stav spram vrtića, ali i sami spram sebe. Jer nijedan roditelj nije loš roditelj ako mora raditi. To što ostavljate svoje dijete u vrtiću da razvija nove vještine i znanja shvatite kao izazov, a ne kao kaznu.