

PRILAGODBA DJECE NA VRTIĆ



Promjena okruženja, iz sigurnosti i topline obiteljskog doma prema novim i raznovrsnim aktivnostima u dječjem vrtiću, jedan je od najvažnijih trenutaka i izazova ranog djetinjstva te veliki korak kako za dijete, tako i za roditelje.

Za većinu obitelji, ovaj početak novog životnog razdoblja ujedno znači i prvo dulje odvajanje od djeteta. Premda smo svjesni da je ono neophodno za osamostaljivanje, učenje te stvaranje novih poznanstva i prijateljstava, odvajanje od osoba koje volimo je uvijek bolno. Stoga svako dijete prolazi proces adaptacije, kako bi se ta promjena odvila što bezbrižnije, i za jedne i za druge.

Što je adaptacija?

Adaptacija (prilagodba) je vremensko razdoblje u kojem se dijete prilagođava novoj situaciji, odnosno polasku u dječji vrtić. Svako dijete na svoj način doživljava prelazak iz obitelji u jaslice ili vrtić te, s obzirom na početnu reakciju djeteta i duljinu trajanja, razlikujemo tri oblika adaptacije: *laka* (10-15 dana), *uobičajena* (do 30 dana), *teška* (dva mjeseca i više).

Većina djece prođe proces adaptacije bez većih teškoća; teža prilagodba prisutna je samo kod malog broja djece, često je kod takve djece prisutno više nepovoljnih faktora koji produžuju razdoblje adaptacije (obolijevanje, nepovoljni obiteljski uvjeti i dr.).

Što možete očekivati?

Tijekom procesa adaptacije, dijete se prilagođava ne samo na odvajanje od roditelja, nego i na razne druge faktore, poput: ranijeg buđenja, novog kreveta, većeg broja nepoznatih osoba, dijeljenja igračaka, itd.

Stoga i njihove reakcije mogu biti raznovrsne:

- *otvoreno negodovanje*



- *burno reagiranje (plač, protestiranje zvanjem mame ili tate, odbijanje uključivanja u aktivnosti, itd.)*
- *regresija u ponašanju (puzanje, neverbalna komunikacija, obavljanje nužde u gaćice)*
- *odbijanje komunikacije s djecom/odgojiteljima*

ALI, I:

- *veseli ulazak u skupinu*
- *otvoreno prihvaćanje situacije*
- *uključivanje u interakciju s drugom djecom*



Promjene u ponašanju za vrijeme adaptacije su prolaznog karaktera i nestaju kada se dijete prilagodi, odnosno stekne osjećaj sigurnosti u novoj sredini.

Kako možete pomoći svom djetetu?

Prije polaska u vrtić:

- Upoznajte dijete s time što ga čeka u vrtiću (prostor, djeca, odgojitelji...); prošetajte do zgrade vrtića/igrališta.
- Razgovarajte o vrtiću u veselom i pozitivnom tonu.
- Vodite dijete u goste, u park, na kraće čuvanje kod poznate osobe.
- **Osigurajte vrijeme potrebno za boravak uz dijete za vrijeme adaptacije.**
- **Osamostalite dijete u skladu s njegovim mogućnostima** (uzimanje krute hrane, korištenje žlice i šalice, samostalno presvlačenje).
- Odvikavanje od dudu/flašice/pelena planirajte **prije** ili **poslije adaptacije**.
- **Počnite dijete privikavati na raniji ritam buđenja i hranjenja.**



Nakon polaska u vrtić:

- Neka Vam **rastanak s djetetom u vrtiću bude kratak i srdačan**. Vi svojim ponašanjem pokazujete djetetu kako se treba osjećati pri ulasku, i što se dulje rastajete - djetetu će biti teže.
- **Najavite djetetu kada ćete doći po njega i pridržavajte se dogovora**; na takav način pružate djetetu osjećaj sigurnosti (da nije napušteno) i stječete njihovo povjerenje
- Ako tijekom adaptacije dođete po dijete prije dogovorenog vremena, pričekajte izvan djetetovog vidokruga, kako bi se ono moglo usredotočiti na prilagođavanje boravka u skupini i stupanje u interakciju s djecom i odgojiteljima.
- Umjesto duljih razgovora na vratima prilikom predavanja i preuzimanja djeteta, **dogovorite individualni razgovor s odgojiteljima** izvan njihovog boravka u skupini, kako bi mogli saznati sve što Vas brine i/ili zanima, ali i dobiti valjane povratne informacije.
 - **Označite dječje stvari** (ruksake, obuću, rezervnu odjeću, bočice, dude, pelene) kako ne bi došlo do zamjene.



Redovito dolaženje je ključ uspjeha adaptacije!

