

PRVI PUT U JASLICAMA



KAKO TEČE PRILAGODBA, KAKO
PRIPREMITI DIJETE I SEBE NA JASLICE



Priprema za jaslice ključan je proces koji se temelji na strpljenju
i postepenom odvajanju.

Glavni cilj je stvoriti osjećaj sigurnosti i predvidljivosti. Proces
obuhvaća prilagodbu obiteljskog ritma, poticanje
samostalnosti u svakodnevnim aktivnostima te izgradnju
pozitivnog stava prema novoj okolini

Kako pomoći i pružiti podršku djetetu?

Prilagodite dnevni ritam



- **Uskladite raspored:** Nekoliko tjedana prije jaslica uskladite vrijeme obroka i popodnevnog odmora s onim u jaslicama (djeca obično ručaju oko 11:30, a spavaju iza 12:30 sati).
- **Vrijeme buđenja:** Ustajte ranije kako bi jutarnji polazak protekao bez žurbe i stresa.



Potaknite samostalnost djeteta

- **Hranjenje i odijevanje:** Potičite dijete da samostalno drži žlicu, pije iz čaše te da skida/oblači papuče i jaknu.
- **Ne uvodite nove navike neposredno prije početka vrtića:** nego s istima krenite već početkom ljeta (npr. odvikavanje od pelena, dude, samostalno spavanje i sl.)
- **Odvajanje:** Vježbajte kratkotrajne odlaske (npr. ostavite dijete kod baka i djedova ili na kratko prošećite dok je s drugim roditeljem).

Upoznajte dijete s prostorom i pričajte mu o jaslicama

- **Upoznajte vrtić:** Prošećite do vrtića i oko njega i pokažite djetetu gdje će boraviti.
- **Pozitivna komunikacija:** Pričajte o jaslicama kao o zabavnom mjestu gdje će se igrati s novim igračkama i prijateljima.
- **Čitajte slikovnice:** Iskoristite tematske priče o polasku u vrtić kako bi lakše vizualiziralo što ga tamo čeka



Što kada dođe taj dan? - PROCES PRILAGODBE



Budite podrška:

- Prvih dana boravite s djetetom u grupi, a zatim postepeno skraćujte svoje vrijeme tamo. Dužinu boravka roditelja u skupini i djece za vrijeme prilagodbe određuje odgojitelj.
- Kad ste u skupini aktivno se uključite u igru i aktivnosti. Upoznajte prostor s djetetom; skrenite djetetu pažnju na kutiće za igru, igrajte se s njim. Usmjeravajte pažnju djeteta i na drugu djecu, podržite ga u igri s djecom (ako to želi). Ne prisiljavajte dijete da se igra s drugom djecom. Opustite se, sjednite s djecom, igrajte se (i s drugom djecom)!



Spavanje u vrtiću:



- Uvodi se tek kada se dijete u potpunosti privikne na jutarnji boravak i obroke.



Rastanci neka budu kratki:

- Jutarnji rastanak treba biti topao, ali brz i odlučan. Produženi oproštaji povećavaju tjeskobu kod djeteta.
- Kada odlazite, važno je da dijete to zna, ne bježite dok dijete ne gleda
- Djetetu kratko pojasnite kada ćete točno doći po njega, budite iskreni i držite se dogovora o vremenu dolaska po dijete.
- Pripremite se na suze. Pokažite djetetu da prihvaćate i razumijete njegove osjećaje.

Ponesite "predmet utjehe":

- Omiljena igračka, dekinga ili dudica pružit će djetetu osjećaj sigurnosti i doma u novom okruženju.



Zajedno pripremite stvari za vrtić.

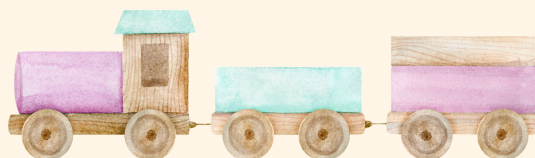


Ruksak treba sadržavati:

- papuče
- rezervnu odjeću
- pidžamu
- vrećicu za prijavu odjeću
- 3-4 pelene
- vlažne maramice
- kremu za guzu (ako je dijete koristi)



Koliko traje prilagodba?



Za većinu djece proces prilagodbe prođe bez većih teškoća. **Prilagodba u prosjeku traje 3-4 tjedna** redovitih dolazaka u vrtić. Kod neke se djece mogu javiti zakašnjele reakcije. Baš kada ste pomislili kako je sve prošlo vrlo lagano, dijete vas je iznenadilo. Radi se o tome da je dijete tek sada shvatilo da je odlazak u jaslice/vrtić postao dio njegove svakodnevice i konačno stanje.

Tijekom procesa prilagodbe u vrtiću roditelji i odgojitelji zajednički dogovaraju tempo prilagodbe te je važno da si za taj proces zaista uzmu dovoljno vremena, uz strpljenje i razumijevanje jer je svako dijete individualno.

