

PRILAGODBA DJECE NA POLAZAK U VRTIĆ

ODVAJANJE OD OSOBA KOJE VOLIMO UVIJEK JE BOLNO, POGOTOVO MALOM DJETETU KOJE JOŠ NIJE IMALO PUNO SUSRETA S LJUDIMA IZVAN SVOG DOMA. PRI POLASKU U JASLICE MNOGA DJECA OSJEĆAJU STRAH ZBOG ODVAJANJA OD RODITELJA, JEDINIH OSOBA KOJE SU SE DO TADA O NJIMA BRINULE. U ISTO VRIJEME, JAVLJA SE I STRAH OD NEPOZNATIH LJUDI. NO, IAKO JE DJECI TEŠKO KADA SE MORAJU ODVOJITI OD RODITELJA, **ODVAJANJE JE IPAK VAŽAN I NEIZOSTAVAN DIO NORMALNOG PROCESA ODRASTANJA SVAKOG DJETETA.**

ČUDESAN LIJEK PROTIV TUGE I STRAHA KOJE MNOGA DJECA OSJEĆAJU KOD DOLASKA U VRTIĆ NE POSTOJI, NO MNOGO SE TOGA MOŽE UČINITI KAKO BI PRIJELAZ OD KUĆE DO VRTIĆA BIO MANJE STRESAN.

DA BI DJETETU PRILAGODBA PROŠLA ŠTO BRŽE I BEZBOLNIJE

PRIPREMITE SE ZA VRTIĆ:

- **SAZNAJTE** O VRTIĆU SVE ŠTO VAS ZANIMA;
- **POSJETITE VRTIĆ** (uz najavu!);
- **DONESITE** ODLUKU I KADA STE VI ODLUČILI (što ste vi sigurniji, bit će i vaše dijete) – **ZAPOČNITE** PRIPREMATI DIJETE.

PRIPREMITE DIJETE ZA VRTIĆ:

- **RECITE** DJETETU DA STE ODLUČILI DA IDE U VRTIĆ;
- **ODGOVORITE** NA SVA DJETETOVA PITANJA O VRTIĆU, PRIČAJTE MU ŠTO SE U VRTIĆU RADI, O IGRI, IGRAČKAMA, ZABAVI, DRUŽENJU,....

Imajte na umu:

- DJECI **DO TRI GODINE** – VAŽNA JE ODRASLA OSOBA (ODGOJITELJICA);
- **ČETVEROGODIŠNJACIMA** – VAŽNE SU IGRAČKE I IGRANJE NJIMA;
- **PETOGODIŠNJACIMA I STARIJOJ** DJECI – VAŽNI SU VRŠNJACI I IGRA S NJIMA.

- **RECITE** DJETETU **TKO ĆE GA VODITI** U VRTIĆ TKO ĆE DOLAZITI PO NJEGA;
- **PROŠETAJTE** POVREMENO S DJETETOM **DO VRTIĆA**, POKAŽITE MU GDJE ĆE I ONO IĆI;
- TRETIRAJTE POLAZAK U VRTIĆ KAO **NORMALNU STVAR** U ŽIVOTU VAŠEG DJETETA; Objasnite djetetu kako je vrtić njegov posao, kao što vi imate svoj. NE POKAZUJTE UZNEMIRENOST, TUGU, STRAH, ALI NI PRETJERANU RADOST.

Znajte: UKOLIKO JE RODITELJ UZNEMIREN I UPLAŠEN ZBOG ODVAJANJA, BIT ĆE I DIJETE.

- **NIKADA NE PRIJETITE** DJETETU **VRTIĆEM** („U vrtiću ćeš morati slušati!“; „U vrtiću ćeš morati sve pojesti!“ i sl., JER TAKO DIJETE ODBIJATE OD VRTIĆA;
- ZAJEDNO S DJETETOM **PRIPREMAJTE TORBU/RUKSAK, PAPUČE** ZA VRTIĆ;
- ZAJEDNO S DJETETOM **DOĐITE NA RAZGOVOR** S JEDNIM OD ČLANOVA STRUČNOG TIMA O VAŠEM DJETETU (njegovom zdravlju, razvoju, navikama, potrebama,...).

SVE OVO MOŽE OLAKŠATI IŠČEKIVANJE POLASKA U VRTIĆ.

...A KADA DIJETE KRENE U VRTIĆ:

- ❖ PRVI DAN GA U VRTIĆ **DOVEDITE VI – RODITELJI**, A NE BAKA, DADILJA ILI SUSJEDA;
- ❖ PRVI DAN (i dio drugog dana) **PROBORAVITE** S DJETETOM U SKUPINI; ne zaboravite papuče!
- ❖ **POSTUPNO PRRODUŽUJTE** DJETETOV **BORAVAK U VRTIĆU**;
- ❖ **OBJASNITE** DJETETU GDJE ĆETE BITI I ŠTO ĆETE RADITI DOK JE ONO U VRTIĆU. NIKAKO NE GOVORITE „Brzo se vraćam!“, A ONDA VAS NEMA CIJELI DAN;

- ❖ **DOLAZITE PO DIJETE U DOGOVORENO VRIJEME;**
- ❖ **OPROSTITE SE S DJETETOM KADA GA OSTAVLJATE U VRTIĆU I RECITE MU „Vratit ću se po tebe!“;**
- ❖ **NE NAPUŠTAJTE** DIJETE NAGLO, BJEŽEĆI. KADA ODLAZITE, POBRINITE SE DA VAŠE DIJETE ZNA DA ODLAZITE – to je nešto na čemu dijete gradi svoje povjerenje u vas.
- ❖ **NE PRODUŽUJTE OPRAŠTANJE** „BESKONAČNO“, JER TO UZNEMIRUJE DIJETE. PRI ODVAJANJU OD DJETETA OSTANITE SMIRENI, STRPLJIVI, NJEŽNI, ALI **ODLUČNI I ČVRSTI**. **Svakodnevni rituali** djeci olakšavaju rastanak – npr. zagrlite dijete, dajte mu pusu i mahnite – svaki dan to činite na isti način;
- ❖ DOPUSTITE DJETETU DA U VRTIĆ PONESE **OMILJENU IGRAČKU ILI PREDMET** (kao vezu s obitelji i kućom) – KOJI ĆE SMANJITI OSJEĆAJ SAMOĆE I NESIGURNOSTI;
- ❖ **BUDITE TOČNI** KADA DOLAZITE PO DIJETE. Vašim kašnjenjem dijete postaje nesigurno, nestrpljivo i nepovjerljivo.

NAJČEŠĆA PONAŠANJA U PRILAGODBI: Neka djeca su sklonija reakcijama na fiziološkom planu (odbijanje hrane, odbijanje spavanja, probavne smetnje, često pobolijevanje). Neka djeca su sklonija reakcijama u ponašanju (plač, agresivnost, povučenost,...). Jedna od mogućih reakcija je i regresija u ponašanju – što znači da će se kod djeteta pojaviti oni oblici ponašanja koji su karakteristični za raniju, već savladanu fazu razvoja. Npr. dijete ponovno počne mokriti, sisati prst, puzati (iako je već hodalo), tražiti dudu,...

Regresije se obično javljaju u onom ponašanju koje dijete upravo intenzivno usvaja ili usavršava i koje još nije stabilno – pa tako u prilagodbi dijete nema dovoljno energije za istodobno usavršavanje nekog novog ponašanja.

SVE OVE PROMJENE U PONAŠANJU PROLAZNOG SU KARAKTERA. NESTAT ĆE KADA SE DIJETE PRILAGODI NOVOM PROSTORU, DJECI, ODRASLIMA, NOVOM NAČINU ŽIVOTA I NOVIM PRAVILIMA.

- ❖ **POKAŽITE DJETETU PRIHVAĆANJE I RAZUMIJEVANJE NJEGOVIH OSJEĆAJA.**
- ❖ **NEMOJTE NIKADA ISMIJAVATI DIJETE ZBOG PLAČA ILI STRAHA OD ODVAJANJA.** NORMALNO JE DA SE VAŠE DIJETE RASTUŽI I RASPLAČE KAD ODETE.
- ❖ **NEMOJTE PODMIĆIVATI DIJETE (slatkiši, igračke,...) KAKO NE BI POKAZIVALO TUGU ILI STRAH.** Planirajte aktivnosti iza vrtića bez obzira na to je li vaše dijete na rastanku plakalo ili ne.
- ❖ **VODITE DIJETE U VRTIĆ KOLIKO GOD JE TO MOGUĆE REDOVITO, POGOTOVO U VRIJEME PRILAGODBE.** Nakon izostanka iz vrtića dijete će morati prilagodbu proći ispočetka.
- ❖ **RECITE ODGOJITELJIMA SVE ŠTO SMATRATE VAŽNIM** (o navikama djeteta, kako ga tješite, što voli, a što ne voli i sl...). Upozorite odgojitelje ukoliko se nešto zbiva u djetetovu životu, a što može utjecati njegovo ponašanje.
- ❖ **NAORUŽAJTE SE LJUBAVJU I STRPLJENJEM!** SVOJ STRAH OD ODVAJANJA I OD NOVIH SITUACIJA DJECA IZRAŽAVAJU NA RAZNE NAČINE I U VRTIĆU, ALI I KOD KUĆE. TO SU NORMALNE REAKCIJE I TO ĆE PROĆI!
KAKO BI FAZA PRILAGODBE ŠTO BRŽE I BEZBOLNIJE PROŠLA NAJVIŠE IM TREBAJU VAŠA PAŽNJA, VAŠE STRPLJENJE I LJUBAV.
- ❖ **VAŽNO JE OSTVARITI DOBAR KONTAKT S ODGOJITELJIMA,** JER ONI POSTAJU VAŽNE OSOBE U ŽIVOTU DJETETA I DIJETE ĆE BITI SMIRENIJE, OSJEĆAT ĆE SE SIGURNIJE AKO VIDI KAKO NJEGOVI RODITELJI RAZGOVARAJU S ODGOJITELJIMA LJUBAZNO I S POVJERENJEM.

DOBRO NAM DOŠLI!



