

PRILAGODBA DJETETA NA JASLICE/VRTIĆ

Polazak u jaslice/vrtić je velika promjena i uzbudljiv događaj u životu djeteta i roditelja.

Najčešće je to prvo odvajanje od roditelja. Iz sigurne i zaštićene obiteljske sredine dijete dolazi u nepoznat prostor, među nepoznate osobe. Te promjene kod djece izazivaju strah od odvajanja i strah pred nepoznatim osobama i situacijom. S druge strane, odvajanje je dio procesa odrastanja djeteta i neophodno za osamostaljivanje i razvoj djetetove ličnosti. Potrebno je određeno vrijeme kako bi se dijete prilagodilo novoj okolini.

Najčešća ponašanja djece za vrijeme prilagodbe

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

Prvih dana u vrtiću djeca mogu:

- **oštro protestirati** - Burno reagiraju pri rastanku s roditeljima, plaču, otvoreno se bune protiv nove situacije. Trenutak rastanka je krizni trenutak i većina se djece nakon što roditelj ode smire i zaigraju. Neka djeca prvih dana ulaze u sobu bez problema, a protest se javi nakon nekoliko dana, kada shvate da u vrtić moraju svaki dan, a još se ne osjećaju sigurno.

Burno reagiraju obično mlađa djeca.

- **svoju bespomoćnost izražavati nesretnim plačem i pasivnošću,**
- **odbijati kontakt s odgojiteljem ili biti potpuno orijentirana na njega,**
- **čvrsto držati dudu, bočicu, gazu,**
- **odbijati hranu, slabo jesti,**
- **kratko i nemirno ili uopće ne spavati,**
- **neka djeca postaju povučena i tužna,**
- **zbog razdražljivosti neka djeca češće dolaze u sukobe s drugom djecom,**
- **moguća je i regresija u ponašanju (vraćanje na ranije oblike ponašanja, npr. ponovno traži dudu, pelene...).**

Sva ova ponašanja su prolazna i, kako se dijete privikava na vrtić, zamjenjuju ih aktivno sudjelovanje u životu grupe, igra i dobro raspoloženje.

Kako će proteći period prilagodbe i koliko će trajati ovisi o :

- **dobi djeteta**- duža adaptacija se očekuje kod mlađe djece,
- **temperamentu djeteta** - lakše će se prilagoditi dijete dobrog raspoloženja, koje prihvaća nove osobe i stvari s povjerenjem i prihvaća promjene bez burnih reakcija; teže će se prilagoditi neraspoloženo i nezadovoljno dijete, sklono povlačenju u novim situacijama, pretjeranih reakcija na neugodne doživljaje ili promjene,

- iskustvu djeteta - prijašnja pozitivna iskustva odvajanja djeteta od roditelja pozitivno djeluju na prilagodbu, a negativna iskustva (npr. hospitalizacija) imaju negativan učinak,
- o obiteljskoj sredini - više problema imaju djeca iz nesređenih obitelji, prezaštićavana djeca i djeca autoritarnih roditelja. Optimalan je odnos povjerenja i sigurnosti s roditeljima. Neka djeca su sklonija reakcijama na fiziološkom planu, te mogu odbijati hranu, napitke, spavanje, mogu imati poremećaj spavanja, probavne smetnje, a mogu i češće pobolijevati.

Kako djetetu pomoći u prilagodbi

Što napraviti prije polaska u jaslice/vrtić?

- privikavati dijete na roditeljeve povremene odlaske - dijete je npr. kod bake po nekoliko sati, što će mu pomoći u shvaćanju da će se roditelj nakon odlaska vratiti,
- pripremati dijete na put do vrtića - prošetati uz vrtić, pogledati djecu koja se tamo igraju,
- poticati dijete na samostalnost u hranjenju, oblačenju, obavljanju higijenskih potreba,
- privikavati dijete na organizaciju dana kakva će biti u vrtiću (vrijeme obroka, odmora...)
- ne dijete plašiti vrtićem, već govoriti o vrtiću s veseljem i iščekivanjem; roditelj može djetetu ispričati neku anegdodu iz vremena svojeg boravka u vrtić,
- kupovinu i pripremu stvari za vrtić obaviti zajedno s djetetom,
- razgovarati s djetetom o tome što ga očekuje u vrtiću, ohrabriti dijete, istaknuti pozitivno (djeca, igračke...), ali budite konkretni i realni (dijeli se pažnja, prostor, igračke...),
- i roditelj se treba pripremiti na situaciju da odgoj djeteta prepušta u određenoj mjeri profesionalcima, jer ako i roditelj prolazi teškoće pri razdvajanju od djeteta, tko će ostati pibran i pomoći djetetu u nošenju s njegovim emocijama straha, izgubljenosti i bespomoćnosti?

Odvajanje može otežati:

- nesiguran i zaplakan roditelj,
- roditelj koji se ni ne oprost s djetetom nego doslovno pobjegne iz sobe,
- roditelj koji traži dopuštenje za odlazak ("Mogu li sada otići? Reci mi kada mogu otići..."),
- roditelj koji se zadržava i viri u sobu, a dijete ga vidi.

Naime, djeca pokazuju tendenciju kopiranja osjećaja roditelja. Dijete koje osjeća roditeljevu nesigurnost i nepovjerenje i samo je nesigurno i nepovjerljivo.

Kako se ponašati kada dijete krene u jaslice/vrtić

- Poželjno je da prve dane (1-2 tjedna) dijete dolazi u vrtić na kraće vrijeme. Djeca u jaslicama prvi dan po pola sata, a kasnije sve duže po dogovoru s odgojiteljima, a djeca u vrtiću prve dane mogu boraviti i nešto duže, ali uvijek u vrijeme igre i aktivnosti (do ručka). Odmor u vrtiću je kritična faza i treba ga uključiti kada je dijete donekle prihvatilo novu situaciju. Dobro je da prvi dan i roditelj ostaje u sobi s djetetom, ali da se aktivno uključi u igru i aktivnosti

u skupini. Roditelj dopušta djetetu da sudjeluje u upoznavanju s odgojiteljima i djecom onoliko i onako kako ono želi. Zatim upoznaju prostor s djetetom - prođu svakim prostorom koji privuče pažnju djeteta, skrenu mu pažnju na kutiće za igru, igraju se s njim, ali bez roditeljevih preburnih reakcija. Usmjeravaju pažnju djeteta i na drugu djecu, promatraju njihovu igru, podrže ga u igri s djecom (ako to želi). Ne siliti dijete da se igra s drugom djecom. Dobro je da se i roditelj opusti, sjedne s djecom, igra se (i s drugom djecom). Ne bi trebalo uspoređivati svoje dijete s drugom djecom, jer svako dijete je individua.

- Dobro je odgojitelju reći djetetov nadimak ili ime od milja. Ako ga tako zazove i odgojitelj, lakše će uspostaviti odnos.

- Roditelji mogu dati odgojiteljima svoju sliku ili sliku obitelji. Dijete će se lakše utješiti promatrajući sliku.

- Dobro je da dijete sa sobom ima neku dragu igračku ili predmet koji mu pružaju sigurnost.

- Tijekom perioda prilagodbe ne uvoditi dodatne promjene u djetetovom načinu života (odvikavanje od dudu, bočice, privikavanje na "tutu"...). Bolje je to ostaviti za kasnije kada dijete prihvati jaslince/vrtić.

- Jutarnji rastanak s djetetom treba biti kratak, topao, što vedriji. Roditelj treba biti smiren, ne treba odugovlačiti. Dugotrajno smirivanje djeteta u garderobi ili ponovno vraćanje samo zbunjuju dijete i otežavaju mu.

- Kada ostavlja dijete u vrtiću, roditelj treba definirati količinu vremena koju će dijete provesti bez njega, ali u terminima u kojima dijete to razumije (idem kupiti novine, na posao...). Treba naglasiti potpunu vjerojatnost povratka (kada to obavim, vraćam se po tebe...). Dobro je i definirati aktivnosti u koje se dijete može uključiti za vrijeme boravka u vrtiću (igraj se kockicama dok se ne vratim po tebe...).

- Dijete treba vidjeti da roditelj odlazi. Nije dobro da roditelj samo "nestane" dok je dijete nečim zauzeto, jer će tada djetetu trebati puno više vremena da bi se u grupi osjećalo sigurnim.

- Nakon rastanka ne treba se zadržavati u vidokrugu djeteta (u hodniku, viriti u sobu...).

- Po povratku po dijete roditelji se ne zadržavaju dugo u sobi (da ne bi bili uznemiravajući faktor za drugu djecu).

- Uskladiti ritam življenja u obitelji s vrtićkim.

- Važno je ostvariti dobar kontakt s odgojiteljem. Dijete će se osjećati sigurnije i smirenije ako vidi da njegovi roditelji s odgojiteljima razgovaraju ljubazno i s povjerenjem. Roditelji i odgojitelji su partneri. To znači da se trebaju dogovarati, razmjenjivati informacije o djetetu, roditelji mogu pitati što ih zanima, ali i sugerirati kako pristupiti djetetu dok je u nekom raspoloženju.

- Po povratku iz vrtića dobro je više vremena provoditi s djetetom (šetati, igrati se, pričati priče, pružati nježnost, pokazati koliko ga volite i reći da ste veseli što je već toliko veliko da može samo boraviti u vrtiću).

- Roditelji trebaju biti strpljivi s djetetom, dopustiti mu da priča o događajima iz vrtića, o svojim osjećajima. Ne treba djetetu braniti ponašanja poput plakanja, ljutnje...ili tražiti od njega "budi dobar".

Roditelji trebaju imati na umu - vrtić je lijepo mjesto puno igre i zabave, teškoće prilagodbe će proći. Važno je zadržati pozitivan stav prema vrtiću, ali i prema sebi. To što ostavljate dijete u vrtiću omogućit će mu da razvija nove vještine i znanja. To shvatite kao izazov, a ne kao kaznu. Vrtić je izvrsna priprema za život. Uči dijete elementarnim vještinama koje svi trebamo imati kako bismo koračali kroz život samouvjereni, a to učenje se odvija na najbolji način - među vršnjacima.

RAZVOJ PRIVRŽENOSTI

Privrženost je čvrsta emocionalna veza između djeteta i odrasle osobe (skrbnika), najčešće majke, koju dijete pokazuje izrazima sreće i nježnosti prema skrbniku, izljevima straha kad se odvaja od skrbnika i traženjem utjehe i sigurnosti u zagrljaju skrbnika u svim nepoznatim situacijama.

Razvoj privrženosti proizlazi iz djetetove biološke potrebe za tjelesnim kontaktom s odraslom osobom iz okoline, a ta je potreba fiziološki utemeljena i povezana sa sazrijevanjem živčanih struktura u mozgu. Zadovoljenje djetetove potrebe za dodiranjem, grljenjem i sisanjem dovest će do normalnog razvoja moždanih struktura, osobito onih dijelova koji su sjedište emocija. Ako se dijete razvija u zanemarivajućoj ili zlostavljajućoj okolini, ti dijelovi mozga pretrpe ozljede, što će izazvati poremećaje kao što su socijalno povlačenje ili indiferentnost, pojačana želja za socijalnim kontaktom uz istodobnu agresivnost i neobično ponašanje, razvoj socijalno neprimjerenog ponašanja, nesposobnost da se pokažu ili prepoznaju nijanse emocionalnog ili motivacijskog izražavanja, te izražena negativna emocionalnost, tj. povećana spremnost na reagiranje strahom, tugom i srdžbom. Takav neprikladan razvoj sjedišta emocija i negativna emocionalnost djeteta može se odraziti i na nepovoljan razvoj dijelova mozga koji su odgovorni za usmjerenje pažnje i pamćenje, planiranje, rješavanje problema i motivaciju.

Za uspostavljanje privrženosti odgovorna je okolina koja djetetu mora osigurati nazočnost i brigu jedne odrasle osobe koja će zadovoljavati djetetovu potrebu za toplim fizičkim kontaktom

I pružati mu osjećaj stalnosti I sigurnosti tog kontakta.

Privrženost je uzajamni osjećaj povezanosti djeteta I skrbnika I razdvajanje dovodi do osjećaja straha I tjeskobe djeteta I odrasle osobe.

Tijek razvoja privrženosti

6-18 mjeseci-FAZA JASNO IZRAŽENE PRIVRŽENOSTI

Započinju znakovi jasno izražene privrženosti u obliku prosvjeda zbog odvajanja I straha od nepoznatih ljudi.Taj razvoj je povezan s djetetovim ostalim razvojnim postignućima-razvoj postojanosti predmeta (pamćanja skrbnikova lika),razvoj emocije straha I usavršenim kretanjem puzanjem, što omogućava slijeđenje skrbnika.

Skrbnik može najbolje I najbrže utješiti I umiriti dijete uznemireno zbog odvajanja, I to već svojom nazočnošću I dodirom.

Dijete pokazuje sigurnost i hrabrost istraživanja okoline u blizini skrbnika.

18 mj.-2(3) godine-FAZA RECIPROČNOG ODNOSA

U spoznajnom razvoju počinje primjena predodžba I govora, te dijete počinje razumijevati privremenost odvajanja,osobito ako mu se kratko I jasno protumači razlog odvajanja I kako će dijete I s kim provoditi vrijeme odvojenosti.Prosvjed zbog odvajanja postupno se smanjuje I većina djece s navršene tri godine može podnijeti privremenu oddvojeenost od skrbnika.