

PRILAGODBA DJETETA NA DJEČJI VRTIĆ

Prvi polazak u dječji vrtić predstavlja veliku promjenu u životu djeteta, ali i čitave obitelji. Pri prvom polasku u vrtić uglavnom se radi o prvom većem odvajanju djeteta od roditelja gdje djeca po prvi puta samostalno provode veći dio dana. Time se mijenja djetetov način života. Ono se mora prilagoditi novim osobama, novom okruženju, višesatnom boravku u skupini većeg broja djece te različitom ritmu spavanja, hranjenja, njege i održavanja higijene. Ta promjena kod djece može izaziva strah od odvajanja, strah pred nepoznatim osobama, strah od nepoznatog prostora i nepoznatih situacija. No s druge strane, odvajanje je normalan dio procesa odrastanja djeteta i neophodno je za osamostaljivanje i razvoj djetetove ličnosti.

Razdoblje u kojem se dijete privikava i prilagođava na nove okolnosti i uspostavlja socio-emocionalnu vezu s odgojiteljima naziva se razdoblje prilagodbe odnosno adaptacija. Obično je riječ o prvim tjednima boravka u vrtiću, no moguće je da se kriza javi i kasnije, nakon što se dijete prvih tjedana bez teškoća odvajalo od roditelja i dobro funkcioniralo u skupini.

Svako je dijete drugačije pa je veoma individualno koliko će razdoblje prilagodbe trajati i može se uvelike razlikovati od djeteta do djeteta. Dužina prilagodbe između ostalog ovisi o dobi djeteta, prijašnjim kontaktima s većim broje djece i odraslih, karakteristikama ličnosti, načinu pripreme za pohađanje vrtića te o redovitost dolaženja u tijeku prilagodbe.

Osim razlika u duljini prilagodbe, mogu se uočiti i razlike u ponašanju djece za vrijeme prilagodbe. Na emocionalnom planu dijete može biti jako tužno i patiti za roditeljem i domom, ali isto tako i biti ljuto, razdražljivo, povučeno, odbijati kontakte. Na tjelesnom planu pak, dijete može koristi svoje tijelo kao medij kojim će prenijeti poruku da se ne osjeća dobro. Često mogu biti prisutni bolovi kod djece (trbuh, glava) bez vidljivog somatskog razloga. Može se javiti i regresija u ponašanju (korak unatrag, primjerice dijete koje je prohodalo, vraća se puzanju jer u želji da bude zaštićeno odabire ponašanje u kojem osjeća veću sigurnost). Takve su situacije prolazne.

Kako roditelji mogu pomoći djetetu u razdoblju prilagodbe na dječji vrtić:

- budite sigurni u svoju odluku da dijete polazi vrtić (nemojte pokazivati zabrinutost ili plakati pred djetetom)
- govorite djeci o vrtiću kao o pozitivnom mjestu punom novih igračka, djece, zabave
- ritam života kod kuće pokušajte prilagoditi ritmu vrtića (vrijeme spavanja i obroka)

- pripremite djetetu prijelazni objekt – komadić doma, dragu stvar (igračku, bočicu, dekicu ili sl.) koja će djetetu u vrtiću pružati sigurnost u prvim danima
- za vrijeme prilagodbe nemojte navikavati dijete na nove oblike ponašanja (samostalno spavanje u drugoj sobi, odvikavanje od dude i sl.)
- jutarnji rastanak je važna prekretnica jer dijete suosjeća s roditeljem → ostanite smireni, budite kratki, ne tražite dopuštenje za odlazak, ali isto tako niti ne odlazite bez pozdrava, nemojte se ponovno vraćati, nemojte viriti kroz prozor i sl.

Kada Vam je kao roditelju u razdoblju prilagodbe teško sjetite se da je vrtić ugodno mjesto, prepuno igre i zabave, a da će teškoće prilagodbe proći kako su i došle. Zadržite pozitivan stav prema vrtiću, svom djetetu i sebi. Boravak u vrtiću Vašem će djetetu omogućiti da bude samostalno, samouvjereno i sretno te da raste, razvija se i uči na najbolji mogući način – među vršnjacima i kroz igru.

Uz to, imajte na umu da smo svi ono najvažnije što trebamo znati u životu (i o životu) naučili već u vrtiću (prema *Robert Fulghum*): sve podijeli s drugima, igray pošteno, ne tuci druge, svaku stvar vrati gdje si je našao, počisti za sobom, ne uzimaj što nije tvoje, kad nekoga povrijediš – ispričaj se, peri ruke prije jela, pusti vodu u WC-u, topli keksi i hladno mlijeko su zdravi, živi uravnoteženo: malo uči, malo razmišljaj, crtaj, slikaj, pjevaj i pleši – svakog dana od svega pomalo, svakog poslijepodneva odspavaj, budi oprezan u prometu, kad izađeš u svijetu drži se za ruke i nikad se nemoj odvojiti od svojeg prijatelja, ne zaboravi da čudo postoji! Sve što trebamo znati sadržano je negdje u ovom popisu. I zlatna pravila i ljubav i temeljna pravila higijene, ekologija, politika, ravnopravnost i zdrav život. Uzmimo bilo koje pravilo i dodajmo mu teške, odrasle, zvučne riječi i primijenimo ga na život svoje obitelji, posao, politiku, svijet u kojem živimo – vidjet ćemo da će pravilo ostati jasno, točno i čvrsto!

Vrtić nas prvi uči svemu tome i uistinu je jedno čarobno mjesto!

Odgojiteljica Helena :)