

# Prilagodba na jaslice – novo poglavlje u životu obitelji

**Povjerenje koje vi imate u odgojitelje i vrtić prenosite energetski na dijete, pa i dijete osjeća isto što i vi, te vrtić (jaslice) doživljava kao sigurno i sretno mjesto ili pak, ako vi osjećate da usluga koju vrtić pruža nije na razini vaših očekivanja, ni dijete neće ostajati sretno i mirno.**

Polazak djeteta u jaslice vrlo je velika, a može biti i iznimno stresna promjena kako za dijete, tako i za cijelu obitelj. Za većinu djece to je prvo odvajanje od roditelja. Svoj dom, koji mu predstavlja sigurnu i poznatu sredinu, dijete napušta i odlazi u novi prostor, suočava se s novim ljudima i nepoznatim situacijama.

Budući da je roditelj primarno ishodište ljubavi svakog djeteta, a emocionalna veza djeteta s roditeljima u ranoj dobi vrlo jaka, realno je očekivati da će i djetetova reakcija na odvajanje biti vrlo emotivna.

Kako bi prilagodba prošla što brže i bez negativnih posljedica po djetetov razvoj, uz ustanovu kojoj je povjerenje na skrb, iznimnu ulogu imaju i roditelji. Važno je njihovo povjerenje u vrtić, razumijevanje i prihvaćanje djetetovih emocija, te svijest o tome da je prilagodba proces i da se ne događa preko noći. Potrebno je vrijeme u kojem će se dijete uvjeriti da će se roditelji uvijek vratiti po njega, te da uspostavi emocionalnu vezu s odgojiteljima, jer u toj ranoj dobi odgojitelji su djetetu u jaslicama najvažniji oslonac. Kako dijete raste, postaju mu važne igračke, a kasnije prijatelji, no u ranoj dobi odgojitelj ima ključnu ulogu.

Dijete će s vremenom upoznati novi prostor, odgojiteljice, nove prijatelje, pravila skupine i zavoljeti svoj vrtić.

## **Svaki roditelj želi svome djetetu olakšati prilagodbu na vrtić (jaslice), a evo što možete učiniti:**

- Postupno pripremajte dijete na vrtićki ritam života, te dnevnu rutinu u vlastitom domu prilagodite onoj u vrtiću (prije svega vrijeme spavanja i hranjenja).
- Potičite dijete na usvajanje poželjnih načina ponašanja, uvedite strukturu u djetetov život.
- Govorite djetetu lijepo o vrtiću, ali budite realni i iskreni. Ako ste u mogućnosti, prošetajte do vrtićkog dvorišta, poigrajte se s drugim djecom.
- Omogućite djetetu kontakt s drugim odraslim osobama i djecom različite dobi.
- Nemojte započinjati sa značajnijim promjenama djetetovih navika ili sredine neposredno prije polaska u vrtić (npr. preseljenje, odvikavanje od pelena ili dude i sl.), naravno, ako je to ikako moguće.

### **Prvi dani puni emocija**

Dan kada dijete krene u vrtić /jaslice vrlo je emotivan i treba ga prihvatiti kao takvog, djetetovu tugu treba shvatiti ozbiljno i ponuditi mu utjehu. Vlastitu tugu, strah i uznemirenost također treba prihvatiti i pokušati reći djetetu kako se osjećate, a ne glumiti sreću i veselje jer ćete tako dijete samo zbuniti i poslati mu poruku kontradiktornih signala. Pokušajte zadržati mir i pozitivan stav. Ponekad je dobro da prve dane prilagodbe s djetetom provodi tata jer iskustvo pokazuje da tate lakše zadrže mir nego mame.

Nema dobrih i loših emocija, sve su one dio nas i njihovo autentično izražavanje čini nas zdravima i uravnoteženima. Zato je i prihvatljivo da dijete za vrijeme procesa prilagodbe svoju frustraciju zbog odvajanja od roditelja izražava kroz plač, bijes, ljutnju, tugu, strah. Tako se umanjuju nakupljene tenzije u tijelu i bilo bi zabrinjavajuće da je drugačije.

Iako je to za većinu roditelja teško, uvijek pozdravite dijete kada odlazite, po cijenu da ono bude tužno. Nemojte odlaziti krišom, jer kada dijete shvati da vas nema, a niste ga pozdravili i upozorili na odlazak, može se osjetiti napuštenim. Djeca u toj dobi nemaju razvijen osjećaj za vrijeme, ali možete mu reći da ćete se vratiti za otprilike koliko traje njegov omiljeni crtić, to može ponekad pomoći i ublažiti tugu. Također je dobro da dijete u vrtić (jaslice) donosi neku dragu igračku ili predmet koja ga umiruje i pruža mu utjehu.

## Odnos prema odgojiteljicama

Kod roditelja je često prisutan strah da će odgojiteljice zamijeniti njihovu ljubav, no to nije moguće, a i njihova je uloga u životu djeteta drugačija. Naravno, bit će jako važna pa je stoga i jako važno da vaš odnos s njima bude iskren, prijateljski i partnerski. Povjerenje koje vi imate u odgojitelje i vrtić prenosite energetski na dijete, pa i dijete osjeća isto što i vi, te vrtić (jaslice) doživljava kao sigurno i sretno mjesto ili pak, ako vi osjećate da usluga koju vrtić (jaslice) pruža nije na razini vaših očekivanja, ni dijete neće ostajati sretno i mirno. Jaka emocionalna veza između djeteta i majke omogućuje da dijete na energetskoj razini osjeti ono što osjeća majka. Zato je dobro ne zbunjivati ga na način da osjećate jedno, a svojim ponašanjem pokazujete drugo. Roditelji su skloni prikrivati tugu, biti nasmiješeni pred djetetom kako ga ne bi uznemirili, rade to u najboljoj namjeri, no upravo tako ga zbunjuju, jer dijete osjeti tugu, a tu tugu ne prati autentična fiziološka reakcija.

Dijete dovodite i odvodite iz vrtića (jaslica) u vrijeme kada to čini većina roditelja jer boravkom u skupini dijete se socijalizira s drugom djecom, usvaja ritam i pravila skupine, a ako ga dovodite kasnije neće imati priliku uspostaviti prijateljske veze s drugom djecom i osjećat će se usamljeno, odbačeno i bez prijatelja.

### Što sve možete očekivati u periodu prilagodbe:

- Odbijanje hrane i probleme sa spavanjem.
- Promjene u ponašanju kao što su plačljivost, nemir, agresivnost, povlačenje u sebe.
- Regresija.
- Dijete pojačano traži blizinu roditelja.

Ništa vas od toga ne treba zabrinjavati jer sigurno neće ostaviti trajne posljedice na dječji razvoj. Važno je s odgojiteljima i stručnim timom vrtića razmjenjivati sve informacije o djetetovu ponašanju i znati da će s vremenom takve reakcije prestati.

## Prilagodba korak po korak

Svakom je mladom roditelju zanimljivo znati kakav je tijek prilagodbe na jaslice. Napominjemo da jasličkom skupinom smatramo onu skupinu koju polaze djeca u dobi od 6. mjeseci do tri godine. Skupine mogu biti mješovite ili s djecom iste dobi, to ovisi o vrtiću, no danas su to većinom mješovite odgojne skupine. Sam tijek prilagodbe na jaslice također ovisi o vrtiću i načinu na koji vrtićki tim promišlja, kakva mu je vizija, koji pedagoški pravac preferira...

U našem vrtiću prilagodbi na jaslice pridajemo osobitu pažnju. Ne želim reći da ju ne pridajemo po pitanju prilagodbe na vrtić, no djeca rane dobi još su vrlo nježna i krhka, te im izloženost bilo kakvom stresu želimo svesti na najmanju moguću mjeru. Kao što sam već ranije rekla, većini jednogodišnjaka ovo je prvo veće odvajanje od roditelja. Starija djeca u svom životu imaju možda više takvih iskustava, pa lakše podnose odvajanje.

Kada roditelji planiraju koliko uzeti godišnjeg odmora, preporuka je 2 do 3 tjedna, iako je to nekad teško izvedivo. Moguće je da neće biti potrebno toliko, no unaprijed je to nemoguće procijeniti. Svako je dijete drugačije, razlikuje se po temperamentu, osobinama ličnosti, karakteru, senzibilitetu, pa je i precizniju procjenu moguće dati tek nakon nekoliko dana. U našem vrtiću roditelji dolaze prema unaprijed razrađenom rasporedu i borave s djetetom u skupini.

**Prvi dan 20 do 30 min.** kako bi dijete upoznalo prostor i odgojiteljice. Prvi dan ne očekujemo tugu ili uznemirenost jer je sve još novo i zanimljivo.

**Drugi i treći dan produžujemo vrijeme boravka na 30 do 45 min.**

**Četvrti i peti dan produžujemo vrijeme boravka u vrtiću na jedan sat do sat i pol** te počinjemo s doručkom. Budući da su nama roditelji jednako važni, a iskustvo nas je poučilo da je i njima potrebna velika podrška, **zadatak nam je umiriti ih, pružiti im utjehu, potaknuti ih na autentično izražavanje vlastitih emocija i vlastitim pozitivnim stavom potaknuti ih da učvrste svoje još krhko povjerenje prema vrtiću.** U dugogodišnjem iskustvu profesionalnog bavljenja ovim poslom nismo imali ni jedno dijete koje se nije adaptiralo na vrtić, u slučaju procijene da iz bilo kojeg razloga tijekom prilagodbe ide u smjeru koji nije dobar za dijete, sigurno bi roditelji bili pravovremeno informirani.

**Drugi tjedan** djeca ostaju sve duže u vrtiću, a roditelji su dostupni. Taj drugi tjedan bude kritičan, dijete shvaća da je to ipak ozbiljna situacija, da mora ostajati bez roditelja i očekuju se burne reakcije što je iz pozicije struke dobro (ranije sam objasnila zašto), a iz pozicije roditelja emotivna katastrofa. **Dijete drugi tjedan ostaje na ručku i na spavanju**, a roditelji dolaze po njega nakon spavanja. Sve navedeno potrebno je prilagoditi svakom djetetu individualno i

tako pristupiti. Treći tjedan nam je rezerva, ako dijete teže podnosi odvajanje ili je zbog bolesti propustilo redovite dolaske, što produžava proces prilagodbe, te nam pruža mogućnost da ne forsiramo dijete preko granica njegove izdržljivosti. Moram naglasiti da je to naš stav temeljen na iskustvu i da nije u svim vrtićima isto.

Jako je važno da roditelji razumiju potrebu da vrijeme opraštanja i pozdravljanja na odlasku iz vrtića **svedu na minimum i da zadrže mir**. Jedan od mogućih scenarija je da pozdrave dijete i da mu kažu kako odlaze na posao, djetetu požele lijep dan u skupini i naglase kako će sigurno doći po njega čim završe s poslom. Nije preporučljivo da se dugo opraštaju, vraćaju nakon što su već otišli, da djetetu govore "izdržat ćeš to, nemoj plakati" (na taj način mu šalju poruku da ga ostavljaju u ne baš sretnom mjestu, a još ako bude plakalo, tko zna što ga čeka).

### **Što djetetu trebate ponijeti u vrtić**

U našem vrtiću, u jaslicama roditelji donose pelene, vlažne maramice i kremu. Rezervnu odjeću, pidžamicu ako dijete spava u njoj, papučice, bočicu ili šalicu, dudu ako dijete treba i naravno neku dragu igračku (struka to zove prijelaznim objektom). Nije potrebno donositi posteljinu i slinčেকে, jer sve to imamo u vrtiću.

Svako dijete ima svoj individualan ritam kojeg treba prepoznati i poštovati, ništa ne znači ako neko dijete prilagodbu prođe za tjedan, drugo za dva, a trećem treba dva mjeseca, dok neko ima zakašnjelu reakciju na odvajanje, pa nakon dva mjeseca idile počinje pokazivati otpor prema vrtiću (jaslicama). **Mi poštujemo taj individualan ritam djeteta i prema tome prilagođavamo vrijeme trajanja prilagodbe i boravka roditelja u jasličkoj skupini i u vrtiću. Roditelji to ponekad znaju pogrešno protumačiti, pa misle da s njihovim djetetom nešto nije u redu jer mu treba više vremena nego nekom drugom, ali to samo znači da je drugačije.**

### **Zakašnjele reakcije djeteta**

Zakašnjele reakcije na prilagodbu mogu imati više razloga. Jedan je da dijete zbog svoje osobnosti ne izražava emocije (a to se može naučiti, vrlo je važno, i dio je našeg vrtićkog programa), drži ih u sebi, nakuplja tenzije u tijelu i u jednom trenutku to više ne može izdržati, pa one vrlo intenzivno izbiju na površinu. Još jednom naglašavam kako je to dobro, roditelji nemaju razloga za brigu. Razumijem da im je teško gledati dijete kako je tužno, ali to će proći.

**Vrijeme u kojem bi kompletan proces prilagodbe na vrtić (jaslice) bio završen je dva mjeseca.** Do tada bi dijete trebalo upoznati skupinu, odgojitelje, prostor, dnevni ritam, prijatelje i zavoljeti svoj vrtić i svoju jasličku skupinu.

Nakon adaptacije dijete polako usvaja dnevni ritam svoje skupine kao i pravila koja u njoj vrijede, ali to je već neka nova tema.

Za sve dodatne informacije o ovoj i drugim temama, naš mali tim stoji vam na raspolaganju.

Dječji vrtić Dubrava