

Prvi dani

DJEČJI VRTIĆ
POLIKLINIKE SUVAG



*provedimo ih s osmjehom
ili barem uz što manje suza :)*

Prilagodba djeteta na vrtić

Polazak u vrtić za svako dijete predstavlja veliku promjenu u životu. Potrebno je proteći određeno vrijeme tijekom kojega se dijete prilagođava novoj sredini, upoznaje rehabilitatore i nove prijatelje. Svako dijete prolazi kroz taj period. Neka se djeca prilagođavaju brže (nekoliko dana), dok je drugoj djeci potrebno dulje vrijeme (i do 2 mjeseca). Neka djeca ne pokazuju veće promjene u ponašanju, a neka reagiraju vrlo burno.

Tri su osnovna tipa prilagodbe.

Laka prilagodba - normalna reakcija na promjenu okoline kod djece koja imaju optimalne odgojne uvjete i koja su uspostavila sigurnu i stabilnu emocionalnu vezu s roditeljima. Kod takve djece sve reakcije i promjene u ponašanju normaliziraju se tijekom 10 – 15 dana boravka u vrtiću.

Prilagodba srednje težine - promjene u ponašanju su produljene i stabiliziraju se do 30 dana boravka u vrtiću.

Teška prilagodba - Dugotrajniji i naporniji poremećaj ponašanja koji može trajati 2 – 6 mj; često je kod takve djece prisutno više nepovoljnih faktora, koji produžuju razdoblje adaptacije: obolijevanje, nepovoljni obiteljski uvjeti uz neprimjerene odgojne utjecaje i dr.

KAKO PRIPREMITI DIJETE ZA POLAZAK U VRTIĆ?

Svoje dijete možete početi pripremati za vrtić nekoliko tjedana prije polaska. Svaki razgovor i pripremu prilagodite djetetovoj osobnosti i dobi.

- ☺ Pokažite djetetu da ste **ponosni** što je dovoljno veliko da može ići u jaslice ili vrtić i biti ondje bez Vas.
- ☺ Prikažite djetetu vrtić na **pozitivan način**. Pričajte mu o vrtiću kao zanimljivom i zabavnom mjestu gdje će se igrati, upoznati nove prijatelje. Pričajte mu o aktivnostima u koje će biti uključeno. Pričajte pozitivno i optimistično, ali realno!
- ☺ **Prošecite** povremeno s djetetom oko vrtića, **razgovarajte** o vrtiću i zajednički se **radujte** skorom dolasku!
- ☺ Učite dijete **samostalnosti** u hranjenju, odijevanju, održavanju higijene i dajte mu mogućnost **izbora**.
- ☺ Učite dijete da **surađuje, posprema i dijeli**. Izmjenjujte se u nekoj igri čekajući da na vas dođe red (npr. u slaganju kockica ili slagalica). Zajednički obavljajte neke poslove.

Ako nemate čvrstu strukturu i obiteljski raspored, počnite pomalo uvoditi organizaciju u djetetov život: odredite vrijeme kada se jede, kada se čita priča, kada se igra, kada se spava.

Stres pri polasku u vrtić

Svaka veća promjena u djetetovom životu izaziva stres te je sasvim uobičajeno da je djetetu potreban određeni period da bi prihvatilo tu promjenu.

Reakcija djeteta na prilagodbu ovisi o dobi, o povezanosti s roditeljima, samom djetetu i njegovim prijašnjim iskustvima – je li se do tada našlo u većoj skupini vršnjaka, poznaje li neko dijete u grupi od prije, ima li brata ili sestru, jesu li brat ili sestra mlađi ili stariji...

Pokušajte ne uspoređivati reakcije svoga djeteta s reakcijama djece vaših prijatelja, već pokušajte odgovoriti na djetetove individualne potrebe.

Reakcije djeteta na stres mogu biti:



emocionalne

dijete može biti tužno, potišteno, ljuto...



tjelesne

bolovi, povraćanje, privremeno vraćanje u nižu fazu razvoja (npr. dijete koje pravilno govori može početi tepati ili dijete koje sigurno hoda može početi puzati)



ponašajne

udaranje, vrištanje, odbijanje kontakta, odbijanje hrane

Ove reakcije mogu se javiti odmah po odlasku u vrtić ili s odgodom, nakon nekoliko tjedana, kada dijete shvati da je vrtić sada svakodnevica.

Razumljivo je da su i roditelji pod stresom, ali bitno je znati da dijete može osjetiti Vaš strah, brigu ili anksioznost, vezanu za odlazak u vrtić. Iz Vašeg straha može primiti informaciju kako vrtić možda nije sigurno mjesto, što u djetetu može izazvati dodatni otpor.

PRILIKOM POLASKA U VRTIĆ

- ☺ Pri polasku u vrtić vi kao **roditelji** bi trebali biti ti koji će s djetetom prolaziti **period adaptacije** (a ne bake, djedovi, dadilje...) što znači da ćete dijete odvoditi u vrtić, prvih dana biti s djetetom u grupi, u dogovoru s rehabilitatorima napustiti grupu, postupno produživati vrijeme ostanka u vrtiću te doći po dijete u dogovorenom vremenu.
- ☺ Ako je moguće, pružite djetetu mogućnost **izbora** – neka odabere igračku koju će ponijeti u vrtić, odjeću koju će odjenuti (naravno, ponudite ono što je primjereno vremenskim uvjetima).
- ☺ Rehabilitatore i stručne suradnike prihvatite kao **saveznike**, informirajte ih o djetetovim navikama hranjenja i spavanja, bitnim medicinskim podacima i slično, te ih tražite za **savjet** ako ste u nedoumici.
- ☺ Vjerujte procjeni rehabilitatora kada vas zamoli da **napustite grupu**, no nikako nemojte otići bez da se **pozdravite** s djetetom.
- ☺ Tijekom perioda prilagodbe **nije poželjno navikavati dijete na nove oblike ponašanja**. Ako željeno ponašanje nije usvojeno do polaska u vrtić, tijekom prilagodbe svakako ga nije dobro poticati, nego ostaviti za vrijeme kada se dijete prilagodi novim promjenama u svom životu. Iako će vam vjerojatno biti teško ostaviti dijete, svoju uznemirenost nemojte pokazivati pred njim. Ukoliko dijete primijeti da je roditelj uplašen, zabrinut, teško odlazi (ili se čak vraća ponovno se pozdraviti) pomislit će da je situacija teška i stresna te će i ono reagirati takvim osjećajima i ponašanjem.

NEKA OPROŠTAJ BUDE:

kratak i srdačan te u vedrom raspoloženju

- Poljubite i zagrlite dijete.
- Nasmijte se i uz mahanje otidite.
- Nakon odlaska, nemojte se zadržavati na hodniku, odnosno, u vidokrugu djeteta iz želje da vidite kako će reagirati na vaš odlazak, hoće li se igrati s drugom djecom i slično. O tome će te saznati od rehabilitatora kada dođete po dijete.
- Čak i ako dijete reagira plačem pri vašem odlasku, nakon nekoliko minuta će se smiriti i uključiti u igru.



Što kada nastane problem?

Za dijete i za Vas ostanak u vrtiću može biti težak, pogotovo ako je ispunjen suzama. Ako su suze prisutne samo za vrijeme rastanka te ako se dijete nakon toga priključi igri s vršnjacima, nema razloga za brigu.

Kroz proces prilagodbe, ali i kroz cijelo vrtićko doba, rehabilitator Vam je najvažniji saveznik. Ako sumnjate da Vašem djetetu u vrtiću nije dobro, nabolje je razgovarati s rehabilitatorima. Oni će Vam znati reći kako se dijete ponaša nakon Vašeg odlaska.

Ako samo rastanak izaziva nevolje, razgovarajte s djetetom, recite mu da vidite da je tužno i objasnite mu da su rastanci svima teški. Pokušajte zajednički smisliti što bi mu olakšalo rastanak. Možda to može biti neki predmet ili igračka koja će ga podsjećati na Vas, ako postoji pravilo da se ne smiju nositi igračke od doma, možete mu dati rupčić ili privjesak iz svoje torbice da ga drži u džepu.

Srdačan pozdrav i minuta koju ćete posvetiti samo njemu pomoći će da dijete lakše prihvati rastanak od Vas.

I OVO JE VAŽNO:

Prilikom dolaska u vrtić dijete uvijek mora biti **zdravo**.

Bez **liječničke potvrde** dijete ne može ući u grupu (zbog vlastite sigurnosti i sigurnosti drugih).

Važno je s rehabilitatorima svakodnevno izmjenjivati **informacije** o djetetovom ponašanju i reagiranju kod kuće, odnosno, u vrtiću.

Gradite i njegujte **komunikaciju suradnje i povjerenja** sa rehabilitatorima vašeg djeteta.

BRIGA ZA DIJETE NAŠA JE ZAJEDNIČKA BRIGA!

