



## Kako olakšati prilagodbu djeteta na vrtić

Prvi polazak djeteta u vrtić veliki je događaj za dijete i cijelu obitelj.

To je najčešće prvo duže odvajanje djeteta od roditelja i normalno je da su u cijeloj obitelji pojavljuju različiti osjećaji vezani za prve dane u vrtiću. Neki roditelji se odmah sjete svojih lijepih doživljaja iz vrtića i predškolskog doba, neki se sjećaju kako im je bilo teško, a bake i djedovi također iznose svoja iskustva i stavove. Prednost je što su djeca starija i već imaju "sliku" kako izgleda vrtić.

Sve to utječe na prilagodbu djeteta na potpuno novo okruženje, nove osobe i djecu. Neka djeca prihvaćaju vrtić brže i lakše, većina tijekom dva mjeseca boravka, no neka djeca imaju puno dužu prilagodbu.

Što možemo očekivati kao reakciju na prve dane u vrtiću:

- plakanje pri odvajanju od roditelja i tijekom boravka u sobi
- stalno podsjećanje na roditelje i ispitivanje kada će doći
- jaku vezanost ili odbijanje kontakta s odgajateljima
- osamljivanje i odbijanje igre s djecom
- grčevito držanje svojih stvari – igračke, ruksaka...
- odbijanje hrane, povraćanje
- odbijanje spavanja u vrtiću, plakanje u snu ili nemirno spavanje kod kuće
- moguća je tzv. regresija u ponašanju
- pokazivanje ljutnje prema roditeljima, protestiranje, bacanje po podu...

Svako dijete uz podršku roditelja i pozitivan pristup svih zaposlenika vrtića može prevladati nesigurnost, strah i bespomoćnost.

### KAKO OLAKŠATI PRILAGODBU NA VRTIĆ

- još prije polaska u vrtić prošetajte s djetetom do našeg vrtića
- neka boravak djeteta prvih tjedan ili dva bude kraći. Preporučamo za početak boravak od 2 sata (od 8 -10 sati) uz upoznavanje s odgojiteljima, djecom i novom sobom.

Tijekom tjedan ili dva postepeno se produljuje trajanje boravka; u dogovoru s roditeljima i njihovim mogućnostima zbog zaposlenja.

- predmete za koje je dijete vezano donesite prve dane u vrtić (najdražu igračku)
- polagano prelazite na ritam obroka i dnevnog odmora koji će dijete imati nakon dolaska u vrtić:
- pred djetetom iznosite pozitivnu sliku o vrtiću: tamo ćeš se igrati sa svojim prijateljima, odgojiteljicama; u vrtiću ima puno igračaka, malih stolova, stolica; naučit ćeš puno pjesama, priča i ...
- prilikom dolaska u vrtić budite smireni i opušteni, jer dijete možda ne razumije ono što vi govorite, ali prepoznaje vašu uznemirenost i strepnju

Prilikom rastanka od djeteta:

- pokažite djetetu da razumijete kako se dijete osjeća pri bolnom rastanku, primjerice "Znam da želiš da ostanem. I ja bih voljela da mogu ostati, ali moram ići na posao.",
- prihvatite i imenujte sve djetetove osjećaje, pa i tugu zbog rastanka: „Da, jako si jako tužna. Ali ovdje je odgojiteljica koja će se brinuti o tebi dok se ja ne vratim s posla.“,
- budite iskreni s djetetom i nemojte obećavati da ćete odmah doći, nego poslije ručka, poslije odmora i slično,
- rastanak se NE smije odugovlačiti uz silne poljupce, odlaženja i ponovna vraćanja već nakon osnovne razmjene informacija s odgojiteljima i uobičajenog pozdrava s djetetom, otiđite bez mnogo priče oko toga , bez zastajkivanja, okretanja ili gledanja kroz stakla na hodnicima,

Neki puta se dogodi da djeca pokazuju veće poteškoće u prilagodbi na vrtić što opterećuje cijelu obitelj. No, naš i Vaš zadatak je vjerovati u dijete, u njegov pozitivan razvoj i podržavati ga da se nosi s početnim teškoćama i da ih nauči savladavati.

Stručnu brigu za zdravlje i razvoj Vašeg djeteta uz odgojitelje vode i ravnateljica i stručni suradnici u vrtiću.

Nadamo se da ćemo dobrom suradnjom osigurati sve potrebne uvjete za zdravlje Vašeg djeteta, uspješan razvoj njegove ličnosti, te za njegovo vedro i sretno djetinjstvo.