



## PRILAGODBA (ADAPTACIJA) DJETETA NA JASLICE/VRTIĆ

Polazak u jaslice ili vrtić za svako je dijete i roditelja značajan događaj kojeg karakterizira prvo (pravo) odvajanje od roditeljskog doma. Dijete doživljava veliku promjenu odvajajući se od roditelja, mijenja način življenja te se prilagođava na nepoznate osobe – odgojitelje, drugu djecu, novi prostor i stvari. Također, dijete se prilagođava i na djelomično različit ritam spavanja, ustajanja, njege i igre. Navedene promjene i prilagođavanje na novonastalu situaciju objedinjene su terminom *adaptacijski period*. U stručnoj se literaturi najčešće spominju tri osnovna tipa adaptacije:

- ❖ **laka adaptacija** - reakcije i promjene u ponašanju djeteta se normaliziraju tijekom 10-15 dana boravka u vrtiću,
- ❖ **adaptacija srednje težine** – promjene u ponašanju su produljene i stabiliziraju se do 30 dana boravka djeteta u vrtiću i
- ❖ **teška adaptacija** – promjene i poremećaji u ponašanju traju 2-6mjeseci, često je kod takve djece prisutno više nepovoljnih faktora koji produžuju razdoblje adaptacije (bolest, nepovoljni obiteljski uvjeti i dr.).

Prilikom prvog dolaska u jaslice ili vrtić dijete se može osjećati samo, izgubljeno i bespomoćno, grčevito se držati za roditelja, plakati ili na neki drugi način iskazivati svoju tugu zbog razdvajanja. To su tipične reakcije za tzv. separacijsku anksioznost uzrokovanu strahom od odvajanja i strahom od nepoznatih osoba, koji se kod djeteta javlja s oko 8 mjeseci starosti, a vrhunac doseže u drugoj godini života.

U tom se periodu izmjenjuju emocije, nerijetko burne pa tako dijete može:

- ✚ oštro protestirati
- ✚ svoju bespomoćnost izražavati nesretnim plačem i pasivnošću
- ✚ odbijati kontakt s odgojiteljem ili pak biti potpuno orijentirano na njega
- ✚ čvrsto držati svoju dudu, bočicu, gazu (prijelazni objekt uz koji se osjeća sigurno)
- ✚ odbijati hranu ili slabo jesti
- ✚ kratko i nemirno ili uopće ne spavati

- ✚ vrištanjem, zvanjem mame i tate, agresijom usmjerenom na drugu djecu, odgojitelje, stvari i sl. izražavati ljutnju jer ne može izmijeniti nastalu situaciju



Važno je istaknuti kako sva djece ne reaguju na isti način, istim intenzitetom i u isto vrijeme. Primjerice, dijete može prihvatiti novonastalu situaciju vrlo srdačno, bez (negativnih) emocija i primjerenog ponašanja, a reakcija se može javiti tek kasnije, kada dijete shvati da je odlazak u vrtić „za stalno“. Jedna od mogućih reakcija je regresija tj. vraćanje na prijašnje oblike ponašanja koji su već prethodno usvojeni i prevladani na nekom ranijem stupnju razvoja (ponovno pribjegavanje puzanju iako je dijete samostalno hodalo, obavljanje nužde u gaćice, korištenje gestama umjesto riječima i sl.). Ta su ponašanja prolaznog karaktera te će postepeno nestati kada se dijete prilagodi na novu sredinu, odnosno kada se u istoj toj sredini bude osjećalo sigurno, voljeno i podržano (kada uspostavi socio-emocionalne veze s odgojiteljem).

Najveći broj djece prođe proces adaptacije bez većih poremećaja ponašanja, a samo mali broj djece prolazi teži oblik adaptacije. Dugotrajniju i težu prilagodbu obično imaju mlađa djeca (zbog straha od odvajanja), pretjerano zaštićivana i tzv. „razmažena“ djeca (bila su stalno u centru pažnje kod kuće, a takvu pretjeranu pažnju u vrtiću ne mogu imati), djeca „teškog“ temperamenta (često neraspoložena djeca, burno reaguju na neugodu, ne prihvaćaju utjehu i odgodu zadovoljenja potrebe, teško se prilagođavaju promjenama), djeca koja su imala ranija negativna iskustva u odvajanju od roditelja i djeca s posebnim potrebama upravo zbog svojih specifičnih potreba. Kako će proteći period adaptacije, s kojim manifestacijama te koliko će trajati ovisi o karakteristikama ličnosti djeteta, dobi djeteta, stupnju njegovog razvoja, stanju djetetovog zdravlja i obiteljskoj atmosferi u kojoj dijete živi. Zbog toga, od iznimne je važnosti razvijanje partnerskih odnosa na relaciji vrtić – dom te iskrena i dvosmjerna

komunikacija odgojitelja i roditelja. Stvarajući odnos povjerenja, roditelji i odgojitelji neposredno pružaju podršku djetetu da što lakše prođe period adaptacije.

Roditeljima nerijetko pružamo sljedeće savjete koji uvelike olakšavaju proces adaptacija, a odnose se na:

- ✚ usklađivanje stavova o vrtiću unutar obitelji
- ✚ suradnički i pozitivan stav prema vrtiću
- ✚ boravak s djetetom u vrtiću tijekom prvih dana
- ✚ uključivanje u aktivnosti odgojne skupine svoga djeteta
- ✚ poticanje djeteta na druženje s drugom djecom i odraslima
- ✚ razvijanje samostalnosti u hranjenju, higijenskim navikama i pospremanju igračaka kod kuće (primjereno dobi i mogućnostima djeteta)
- ✚ izbjegavanje dodatnog stresa poput odvikavanja od pelena, bočice ili dude (djetetu je odlazak u novu sredinu dovoljan stres tako da izbjegavati navedeno za vrijeme prilagodbe)
- ✚ dosljednost pri dovođenju djeteta u vrtić, pri ostavljanju djeteta (kratko i srdačno, a ne dramatično i dugo)
- ✚ izmjenjivanje informacija i dogovor s odgojiteljem ili članovima stručnog tima oko informacijama vezanim uz funkcioniranje djeteta

Dragi roditelji, malo ohrabrenja za kraj. Sve će biti dobro, samo strpljivo i s puno ljubavi! Za sva pitanja i razgovor, tu smo.

**Dobro došli u naš vrtić! ☺**

Pripremila: Ivana Damjanić, pedagoginja