



Adaptacija u jaslicama/vrtiću

Polazak u jaslice ili vrtić predstavlja za svako dijete veliku promjenu u životu, važan događaj za njega i roditelje.

To je najčešće prvo odvajanje od roditelja, dijete koje je do tada živjelo u sigurnoj i zaštićujućoj atmosferi roditeljskog doma odvaja se od roditelja i bez njih provodi značajni dio dana. Mijenja se djetetov način življenja, mora se prilagoditi na nepoznate osobe-odgajatelje, višesatni boravak među većim brojem djece, novi prostor i stvari koje ga okružuju, djelomično različit ritam ustajanja, spavanja, njege i hranjenja.

To vrijeme u kojem se dijete, odgajatelj, ali i roditelj prilagođavaju novonastaloj situaciji i u kojem se uspostavlja socio-emocionalna veza djeteta i odgajatelja nazivamo adaptacijski period.

Prilikom prvog dolaska u jaslice ili vrtić dijete se osjeća samo, izgubljeno i bespomoćno, grčevito se drži za roditelja, plače ili na neki drugi način iskazuje svoju tugu zbog razdvajanja. To su tipične reakcije za 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 (18mj).

Za roditelje je važno znati da je malo separacijske anksioznosti normalno jer takvo ponašanje pokazuje da su dijete i roditelj razvili kvalitetnu povezanost.

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. Budući da su djeca senzibilna za emocije roditelja i u svom ponašanju često izražavaju ono što roditelji osjećaju, djetetova adaptacija i prihvaćanje vrtića u velikoj mjeri ovisi i o tome kako roditelj doživljava polazak djeteta u vrtić, kakav stav ima prema vrtiću, te kakva je bila priprema djeteta za vrtić. Adaptacija ovisi i o redovitosti dolaženja djeteta u jaslice / vrtić tijekom perioda adaptacije (izostanci produžuju vrijeme prilagodbe).

Sva djeca ne reaguju jednako tijekom adaptacije. Neka djeca otvoreno negoduju, redovito burno reaguju kod rastajanja od roditelja, plaču, ne prihvaćaju i protestiraju vrištanjem, zvanjem mame ili tate, bacanjem na pod, agresijom usmjerenom na stvari, drugu djecu ili odgajatelja. Neka će djeca odbijati komunikaciju s odgajateljem dok će druga biti u potpunosti usmjerena samo na njega. Dijete se najčešće neće odvajati od svoje dade, bočice i prelaznog objekta koji mu pomaže da se osjeća sigurnije i zaštićeno.

Mlađa djeca obično burno reaguju, dok starija češće poslušno ulaze u sobu, ali veći dio dana šute, stoje pokraj vrata, odbijaju komunikaciju s odgajateljem ili drugom djecom.

Općenito su neka djeca sklona reakcijama na fiziološkom planu : odbijanje hrane, odbijanje spavanja, probavne smetnje, često obolijevanje, a druga reakcijama u vanjskom ponašanju (plač, agresivnost, pasivnost).

Neka djeca tako reaguju samo prvih dana, kod nekih to stanje traje danima, a kod nekih se javlja tek nakon određenog vremena pa možemo govoriti o mogućim „zakašnjelim“ reakcijama kada je

dijete shvatilo da je odlazak u vrtić postalo dio njegove svakodnevnice i konačno stanje. Jedna od mogućih reakcija je i regresija tj. vraćanje na prijašnje oblike ponašanja koji su već prethodno usvojeni i prevladani na nekom ranijem stupnju razvoja. Tako dijete koje je prohodalo može opet pribjegavati puzanju, dijete koje je nedavno uspostavilo kontrolu stolice može sada opet obavljati nuždu u gaćice, ono koje je komuniciralo riječima sada opet može pribjegavati gestama i sl. No, takve promjene u ponašanju su prolaznog karaktera. One će nestati kada se dijete prilagodi novoj sredini, tj. kada se bude osjećalo sigurno.

Sva ta ponašanja su normalna u fazi adaptacije. Ona slabe i nestaju brzinom kojom se dijete prilagođava okolini i uspostavlja socio-emocionalne odnose s odgajateljem.

Potrebno je naglasiti da adaptacija nije gotova kad dijete prestane plakati već kad dijete počne spontano izražavati svoje osjećaje, potrebe, misli i sposobnosti.

Možemo reći da postoje 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 (obolijevanje, nepovoljni obiteljski uvjeti i dr.).

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 neraspložena 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.

Evo nekoliko savjeta kako roditelji mogu olakšati period adaptacije

- Uskladite stavove o vrtiću unutar obitelji
- Imajte suradnički i pozitivan stav prema vrtiću, predstavite djetetu vrtić kao zabavno i veselo mjesto a ne „nužno zlo“
- Potičite dijete na druženje s drugom djecom i odraslima
- Razvijajte samostalnost djeteta u hranjenju, higijenskim navikama i pospremanju igračaka kod kuće (primjereno dobi i mogućnostima djeteta)
- Uskladite ritam života kod kuće s vrtićkim
- Poštedite dijete dodatnog stresa poput odvikavanja od pelena, bočice ili dude, učinite to u neko drugo vrijeme, ali nikako ne za vrijeme prilagodbe
- Budite dosljedni pri dovođenju djeteta u vrtić, pri ostavljanju djeteta kratko i srdačno se rastanite (a ne dramatično i dugo, rastanak je bolan i treba ga skratiti na minimum)
- Pridržavajte se dogovorenih termina postupne adaptacije i na taj način pružite djetetu šansu da se postepeno prilagodi na svoj novi način života
- Izmjenjujte informacije i dogovarajte se o svemu s odgajateljem

Dobro došli u naš vrtić!