

Dragi roditelji,

Pred vama i vašom djecom je jedna od vjerojatno najvećih promjena otkada je vaša obitelj postala veća. Niste se ni okrenuli, a vaše dijete već kreće u jaslice ili vrtić!

Razumljivo je da ste uzbuđeni, razumljivo je i da ste prestrašeni ili zbunjeni. I to što brinete pokazuje da vam je vaše dijete važno i važno vam je kako se ono osjeća. Prije negoli dijete krene u vrtić, o vrtiću razgovarajte kao o lijepom mjestu gdje se djeca druže, igraju, izrađuju razne stvari, odlaze na igralište i u šetnje. Predstavite im drugu djecu za koju znate da će boraviti s njima u skupini, spomenite im imena njihovih odgajateljica, prošetajte u blizini vrtića da djetetu približite ideju odlaska u vrtić. Isto tako, ne zaboravite napomenuti djetetu da će u vrtiću također i jesti i spavati, obavljati higijenske potrebe. Nikada nemojte dijete plašiti vrtićem!

Preporučljivo je da prve dane dijete ostaje kraće u vrtiću. Ne zaboravite da je vašem djetetu to posve nova situacija i lakše će mu biti ukoliko prilagodba na nove osobe, okruženje, nova pravila, novi krevetić za spavanje... bude postepena. Također, dijete će prije shvatiti da se roditelj svaki dan vraća po njega i to čini zaista onako kako je i najavio.

Obzirom da je polazak u vrtić velika promjena za dijete na koju se treba prilagoditi nije preporučljivo uvoditi druge promjene kao što je odvikavanje od dude varalice, pelena i slično.

Isto tako, i vaše dijete će polaskom u jaslice odnosno vrtić možda biti prestrašeno, ljuto, tužno. Djeca predškolske dobi, pogotovo mlađa djeca, ne razumiju najbolje i ne znaju najbolje izraziti svoje osjećaje. Također, ponekad ne razumiju zašto moraju ostati u vrtiću i to je za njih situacija koju sami ne mogu kontrolirati. Kao što je već rečeno, dijete se nalazi u posve novoj i njemu teško predvidivoj situaciji s nepoznatim osobama. Stoga nije neobično da dijete počne pokazivati različite reakcije na polazak u vrtić odnosno odvajanje od obitelji, a koje zovemo procesom prilagodbe. Tako ćete možda primijetiti da se vaše dijete, koje je do jučer spavalo „u komadu“ počinje buditi noću. Neka djeca će jako plakati kod odvajanja, neka će više plakati kod kuće, željeti će više vremena biti uz vas, neka će odbijati jelo, početi mokriti u gaćice nakon što je odviknuto od pelena ili biti agresivno, ljuto ili pak povučeno. Sve su to uobičajene reakcije na prilagodbu i one će proći. Kod nekog djeteta već kroz koji tjedan, dok će kod neke djece proći nakon nekoliko mjeseci. Isto tako, neka djeca su prilagodljivija novim situacijama i za njih će polazak u vrtić biti pretežito pozitivno iskustvo. Djetetove reakcije se mogu javiti već prvi dan polaska u vrtić, a mogu se i pojaviti naknadno kada dijete uvidi da je ostanak u vrtiću svakodnevan.

Kako pomoći djetetu?

Možete pokušati kod kuće uspostaviti rutinu približno sličnu onoj koja dijete očekuje u vrtiću, a isto tako i osamostaljavati dijete u onoj mjeri koja je za njegovu dob prikladna i koja se očekuje kada dijete krene u vrtić.

Dijete će se lakše osjećati ako uz sebe u vrtiću ima „djelić svoga doma“. Možete se dogovoriti s djetetom da u vrtić ponese neku igračku koja će tamo i ostati i preko noći čuvati stvari u njegovom ormariću, a dijete će ju uvijek imati uz sebe kada se vrati u vrtić.

Ukoliko je to u skladu s vašim obavezama, potrudite se da dijete u vrtić dovodi osoba uz koju se ono osjeća najsigurnije i da dolazak bude svaki dan u isto vrijeme. Jako je važno da djetetu naglasite kada ćete doći po njega, npr. poslije ručka, poslije spavanja.

Rastanak neka bude srdačan i kratak. Dijete će to lakše podnijeti negoli ukoliko se budete vraćali u više navrata pogledavati dijete. S odgajateljicom kojoj ostavljate dijete imajte također srdačan kontakt, to će vašemu djetetu stvoriti dojam da ga ostavljate na sigurnome mjestu u sigurnim rukama.

Jako je važno da se pozdravite s djetetom, nemojte se iskrasti jer dijete tako gubi povjerenje da ćete se vratiti po njega.

Uvijek pokažite suosjećanje s djetetom kada mu je teško, a nakon što dođete po dijete pokažite i zanimanje za njegov dan u vrtiću. Pitajte ga što je zanimljivo radio, koga je upoznao, s kime mu se najljepše igrali, koje igračke ima u vrtiću a kod kuće nema i slično.

Ukoliko vas zabrinjava bilo što u vezi prilagodbe vašega djeteta, s potpunim povjerenjem se obratite njegovoj odgojiteljici ili stručnoj službi vrtića. Važno je da prihvatite sve osjećaje svoga djeteta jer su one za njega vrlo snažne i važne i uvijek imajte na umu da se dijete ne ponaša tako jer je zločesto ili manipulativno. Vaše dijete se prilagođava novoj situaciji onako kako to najbolje zna obzirom na svoju dob i razvojni put.

Svakako imajte na umu da ste vi vašem djetetu izvor osjećaja sigurnosti. Ukoliko ono primijeti vaš strah, nelagodu, brigu... može zaključiti kako vrtić nije sigurno mjesto za njega. To nikako ne znači da biste vi trebali potiskivati svoje emocije. Svoje bojazni možete podijeliti s drugim vama bliskim osobama, drugim roditeljima u sličnim situacijama, prijateljima, odgajateljima ili stručnom službom vrtića. Uvijek se osjećajte slobodno pokucati na naša vrata!

Ivona Topić Rački, psihologinja