

MALI KORACI U VELIKU PROMJENU

Jednostavan vodič za prve dane u jaslicama i vrtiću



DJEČJI VRTIĆ
BAMBI SUNJA

Dobro došli!

Ulaskom u jaslice ili vrtić dijete odjednom susreće mnogo novih ljudi, prostora i pravila dana. U Dječjem vrtiću Bambi Sunja pomažemo mu da ih upozna malim koracima, uz dogovor s obitelji i poštovanje njegova osobnog ritma.

Kako nastaje osjećaj sigurnosti?

Dijete se ne privikava samo na prostor. Ono upoznaje ritam dana, drugu djecu i odrasle koji će se o njemu brinuti. Kroz ponovljena dobra iskustva postupno uči: **ovdje sam siguran/sigurna i moja će se bliska osoba vratiti**. Ne postoji točan broj dana. Na tijek prilagodbe utječu dob, temperament, ranija iskustva odvajanja, obiteljske okolnosti i trenutačne promjene u životu djeteta.

Ponašanja koja vas ne trebaju iznenaditi

plač, tuga ili ljutnja	čvrsto držanje roditelja
povlačenje ili odbijanje igre	promjene apetita i spavanja
umor i razdražljivost	ponovna potreba za dudom, pelenom ili bočicom

Reakcije se mogu pojaviti odmah ili tek nakon nekoliko dana. Najčešće su prolazne. Plač pri rastanku ne znači da dijete neće prihvatiti vrtić niti da roditelj nešto radi pogrešno.

Priprema kod kuće

- 1 O vrtiću govorite **pozitivno, ali stvarno**: tko će biti s djetetom, što se ondje radi i kada ćete ponovno biti zajedno.
- 2 Zajedno pripremite papuče, rezervnu odjeću i druge dogovorene stvari. Djetetu dopustite mali izbor.
- 3 Vježbajte kratka odvajanja s poznatom osobom. Uvijek se pozdravite i vratite kada ste obećali.
- 4 Održavajte približno isti ritam spavanja, obroka i jutarnjeg ustajanja.
- 5 Ako je moguće, odgodite velike promjene poput ukidanja dude, bočice ili pelena baš u vrijeme polaska.

Ispričajte odgojiteljima što je vašem djetetu važno

Kako ga zovete i tješite, čega se boji, kako pokazuje potrebe, kakve su mu navike spavanja, hranjenja i toaleta, ima li alergije ili druge zdravstvene potrebe te koji ga predmet smiruje. Te informacije pomažu nam da ga bolje razumijemo.

Vaša sigurnost pomaže djetetu

Ponos, uzbuđenje, briga, tuga ili osjećaj krivnje mogu se pojaviti zajedno. To je prirodno. Dijete prati vaš glas, izraz lica i način na koji se obraćate odgojitelju, pa mu miran i siguran stav pomaže da novom okruženju počne vjerovati.

- Dogovorite tko će dovođiti dijete i odaberite osobu koja lakše ostaje smirena pri rastanku.
- Tijek i duljinu boravka prvih dana uskladite s odgojiteljima i mogućnostima organizacije rada.
- Ne uspoređujte dijete s drugima. Pitajte odgojitelje što su primijetili i podijelite promjene koje vidite kod kuće.

Prilagodba nije natjecanje

Cilj nije da dijete što prije prestane plakati, nego da postupno izgradi odnos povjerenja i osjeti da u vrtiću postoji odrasla osoba koja ga vidi, razumije i štiti.

Jutarnji ritual u šest koraka

- 1 Neka dijete prvih dana, kada je moguće, dovodi odrasla osoba koja može ostati mirna i sigurna.
- 2 Uvedite kratak, uvijek sličan ritual: zagrljaj, jedna jasna rečenica i predaja odgojitelju.
- 3 Recite da odlazite. **Nemojte se iskrasti**, čak ni kada se dijete zaigralo.
- 4 Vrijeme povratka objasnite događajem koji dijete razumije: nakon ručka, spavanja ili igre na dvorištu.
- 5 Nakon pozdrava otidite bez vraćanja na vrata. Dugo opraštanje obično pojačava napetost.
- 6 Redovit dolazak i dogovoreni ritam daju djetetu osjećaj predvidljivosti.

IZBJEĞAVAJTE	RECITE RADIJE
Nemoj plakati. Veliki ne plaču.	Vidim da ti je teško. Odgojiteljica će biti uz tebe.
Ako ne budeš dobar, ostat ćeš u vrtiću.	U vrtiću si siguran. Ja ću se vratiti po tebe.
Mama se odmah vraća. (ako to nije točno)	Dolazim nakon ručka / spavanja / igre na dvorištu.

Ponovno zajedno

- Ponudite bliskost, mirnu igru i odmor. Prilagodba troši mnogo djetetove energije.
- Ne ispitujte dijete nizom pitanja. Pokušajte s: Što ti je danas bilo lako? ili Čega se sjećaš?
- Imenujte osjećaje: Nedostajali smo ti i bilo ti je teško. Sada smo zajedno.
- Pohvalite trud i hrabrost, a ne samo izostanak plača.

Znakovi da prilagodba napreduje

Dijete prihvaća utjehu odgojitelja, počinje istraživati i igrati se, uključuje se u dio dnevnih rutina, spominje djecu ili događaje iz vrtića, a razdoblja uznemirenosti postupno su kraća. Napredak ne mora biti jednak svaki dan.

Ako teškoće ne popuštaju

Razgovarajte s odgojiteljima ako se teškoće s vremenom ne smanjuju, postaju jače ili znatno ometaju hranjenje, spavanje i svakodnevno funkcioniranje. Za izražene ili ponavljane tjelesne tegobe obratite se djetetovu liječniku.

DJEČJI VRTIĆ BAMBI SUNJA

Matije Gupca 24, 44210 Sunja | 044/833-163
vrtic.bambi@sunja.hr | www.dv-bambi-sunja.hr
Pripremila: **Mirjana Božić, ravnateljica**

STRUČNA PODLOGA I PREPORUČENA LITERATURA

1. Ministarstvo znanosti, obrazovanja i sporta (2014). Nacionalni kurikulum za rani i predškolski odgoj i obrazovanje (NN 5/2015).
 2. Milanović, M. i sur. (2014). Pomožimo im rasti: priručnik za partnerstvo odgojitelja i roditelja. Zagreb: Golden marketing - Tehnička knjiga.
 3. Starc, B., Čudina-Obradović, M., Pleša, A., Profaca, B. i Letica, M. (2004). Osobine i psihološki uvjeti razvoja djeteta predškolske dobi. Zagreb: Golden marketing - Tehnička knjiga.
 4. Mašković, T., Sokač, M., Drožđan, D. i Josić, M. (2018). Od jaslica do škole: vodič za lakši proces prilagodbe na jaslice, vrtić i školu. Zagreb: M. Sokač.
 5. Ogladni stručni materijal: Dječji vrtić Velika Gorica, [Prilagodba na vrtić - letak za roditelje](#).
- Napomena: Letak daje opće smjernice. Konkretni tijek prilagodbe dogovara se s odgojiteljima prema potrebama djeteta i mogućnostima organizacije rada Vrtića.