

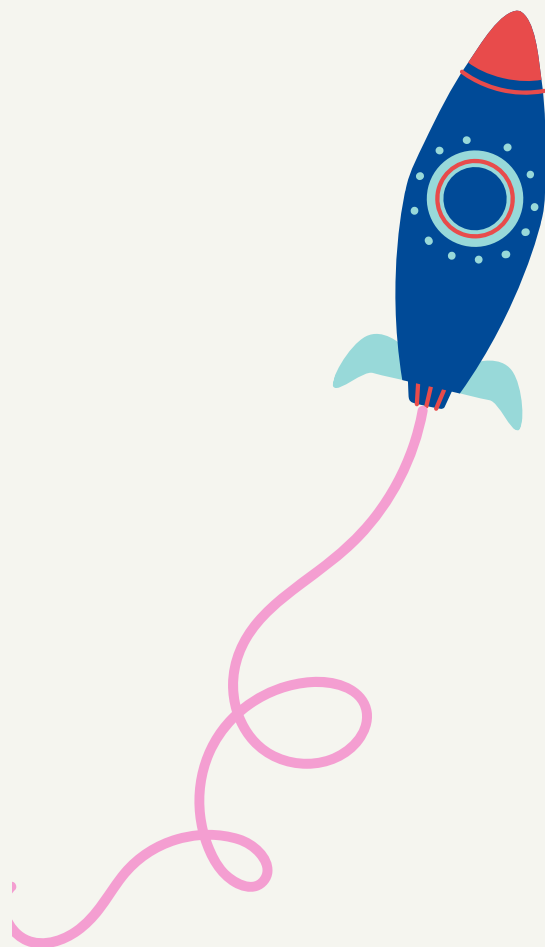
Što je to adaptacija?

Definicija: Adaptacija je proces tijekom kojeg se dijete prilagođava novom okruženju vrtića, uključujući prostor, odgojitelje, vršnjake, te dnevni ritam i pravila. Ovaj proces je prirodan i često izaziva promjene u ponašanju djeteta.

Zašto je važna: Adaptacija omogućuje djetetu razvoj socijalnih vještina, emocionalnu stabilnost i stjecanje pozitivnog odnosa prema obrazovanju. Pravilan pristup adaptaciji pomaže djetetu da se osjeća sigurno i voljeno u novoj sredini.



Prilagodba na vrtić nije samo izazov za djecu, već i za roditelje.



Dijete uči o svijetu izvan obitelji, dok roditelji uče kako pustiti dijete da samostalno korača prema svojoj budućnosti.



Adaptacija

Prvi koraci u vrtiću djece i roditelja

Znakovi zdrave adaptacije

Smanjenje tjeskobe: Postupno smanjivanje anksioznosti prilikom dolaska u vrtić ukazuje na uspješnu adaptaciju.

Angažiranost: Dijete pokazuje interes za aktivnosti i interakciju s vršnjacima.

Komunikacija: Dijete kod kuće rado govori o iskustvima iz vrtića, što pokazuje da se osjeća sigurno i uključeno.

O oprostaju

- **Kratko i jasno:** Oprostite se kratko, s osmijehom i jasnom porukom poput "Vidimo se nakon ručka!" ili "Vratit ću se nakon tvoje igre u parku." Time djetetu dajete do znanja da odlazite, ali se i vraćate.
- **Bez dugog zadržavanja:** Ne zadržavajte se predugo, jer to može pojačati djetetovu tjeskobu. Izbjegavajte ponovna opraštanja jer to stvara nesigurnost.
- **Vedrina i sigurnost:** Vaša vedrina i sigurnost pomažu djetetu da se osjeća sigurno. Ako dijete primijeti vašu tjeskobu, to može pojačati njegov strah od razdvajanja.
- **Pozdrav bez skrivanja:** Uvijek se oprostite od djeteta – nemojte otići dok je zaigrano misleći da će mu tako biti lakše. Ovaj čin gradi povjerenje i osjećaj sigurnosti.

Savjeti roditeljima

KAKO MOŽEMO POMOĆI?

Pozitivan stav prema vrtiću: Vaš pozitivan stav pomaže djetetu razviti pozitivne emocije prema vrtiću.

Vesele priče o vrtiću: Pričajte djetetu o vrtiću kao ugodnom mjestu za igru i stjecanje novih prijatelja.

Iskustvo s drugim odraslima: Omogućite djetetu da povremeno boravi kod bake, djeda ili drugih bliskih osoba.

Upoznajte dijete s vrtićem: Prošećite do vrtića, pokažite mu dječje igralište i zgradu.

Priprema na vrtićki ritam: Postupno prilagodite djetetove navike spavanja i hranjenja na vrtićki ritam.

Dovoljno sna: Vodite brigu o ranijem odlasku na spavanje kako bi dijete bilo odmorno.

Izbjegavajte velike promjene: Ne uvodite značajne promjene u navike ili sredinu neposredno prije polaska u vrtić.

Bez prijetnji vrtićem: Izbjegavajte plašenje i prijetnje vrtićem u obliku kazne.

Priprema ruksaka: Zajedno s djetetom pripremite ruksak s potrebnim stvarima (papuče, rezervna odjeća).

Prijelazni objekt: Omogućite djetetu da ponese omiljenu igračku, deku ili predmet koji ga podsjeća na dom.

Održavanje obećanja: Uvijek održite obećanja koja dajete djetetu.

Redovitost dolaska: Redoviti dolazak u vrtić pomaže u stvaranju navika i rutine.

NAJČEŠĆA PONAŠANJA U PRILAGODBI

Emocionalne reakcije - strah, tuga, ljutnja...

Ponašajne - plač, vikanje, udaranje, povučenost

Tjelesne/fiziološke - promjene u apetitu, glavobolje, bolovi u trbuhu, neredovit san, češće poboljšavanje

Regresije - dijete može ponovno početi mokriti ili sisati prst unatoč tome što je tu fazu prošlo

Zakašnjele reakcije - reakcije slične navedenim mogu se pojaviti nekoliko dana/tjedana pa čak i mjeseci nakon prvog susreta s vrtićem

Sve su ovo očekivane i normalne reakcije na stres koje su prolaznog karaktera.



Kontaktirajte nas

Dječji vrtić Pčelica Bisag

Pedagog Branimir Vincek

Mail: pitajpedagoga@gmail.com