

# Kako djetetu olakšati prilagodbu na jaslice/vrtić?



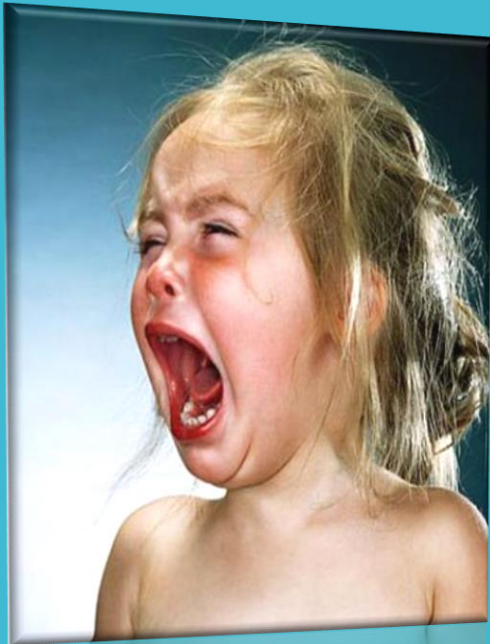
Pripremila: Zorica Durman Marijanović  
psiholog

- Polazak u jaslice/vrtić jedna je od najvećih promjena u životu Vašeg djeteta i obiteljskom životu
- Reakcije djeteta prilikom polaska u vrtić ovise o:
  - individualnim osobinama djeteta
  - stupnju djetetova razvoja
  - djetetovoj dobi
  - zdravlju djeteta
  - obiteljskom ozračju u kojem dijete živi

- Tri tipa prilagodbe
- Laka – tijekom 10-15 dana u vrtiću normaliziraju se reakcije i promjene u ponašanju
- Srednje teška – tijekom mjeseca dana
- Teška prilagodba – tijekom šest mjeseci i dulje

## **Moguća ponašanja djece u razdoblju prilagodbe**

- Plakanje kod dolaska u vrtić
- Povraćanje pri odvajanju
- Bacanje na pod
- Grčevito držanje uz roditelja
- Agresivnost prema roditelju
- Agresivnost prema odgojitelju
- Odbija fizički kontakt s odgojiteljem
- Agresivnost prema drugoj djeci
- Agresivnost prema stvarima



- Osamljivanje/povlačenje u sebe
- Izražena razdražljivost
- Odbijanje hrane, odbijanje spavanja
- Mokrenje u krevet (djeca vrtićke dobi)
- Grizenje noktiju/sisanje palca/čupkanje kose
- Plač pri dolasku roditelja, ignoriranje roditelja

**Dijete se ponaša prirodno!**

**Ne čudite se.**

**Ne požurujte dijete.**

**Ne grdite ga.**

**Ne sramite se.**

**Nitko u vrtiću neće pomisliti  
da s vama ili s djetetom nešto  
nije u redu.**



## Što roditelj može činiti?

1. **Pripremite sebe** – saznajte o vrtiću sve što vas zanima; budite svjesni svojih strahova, predrasuda, sumnji, očekivanja, stavova
2. **Budite spremni na iznenađenja** – dijete će se možda ponašati drugačije od onog kako ste navikli ili kako ste se “dogovorili”
3. Budite **pozitivan model** svom djetetu – odnosite se prema polasku u jaslice/vrtić kao **najnormalnijoj** stvari u djetetovom životu
4. Na **djetetu razumljiv način** recite gdje ćete biti i što ćete raditi dok je ono u jaslicama/vrtiću



5. **Oprostite se s djetetom** kad ga ostavljate, održite obećanje i budite točni kad dolazite po dijete
6. **Omogućite djetetu** da donese u vrtić igračku ili predmet od kuće uz koji je posebno vezano
7. **Dati djetetu podršku** na način da pokažete smirenost i želju da se dijete uključi u skupinu
8. **Ohrabriti** svaki djetetov korak u odvajanju, pokazati da vjerujete u njega

8. **Osvijestite** djetetu odgojiteljicu kao osobu koja će brinuti o njemu

9. Neophodna **stalna komunikacija s odgojiteljima** jer je proces prilagodbe različit za svako dijete (kratka razmjena informacija prilikom dolaska po dijete, duže individualne konzultacije putem telefona/e-mail adrese)

- Postupna prilagodba tijekom 15-ak dana (za većinu djece)
- Nakon prekida zbog bolesti moguća su nazadovanja u procesu prilagodbe (jaslička dob)
- U razdoblju prilagodbe pokušati održati kontinuitet dolaženja djeteta

- Primjereno dobi, poticati osamostaljivanje djeteta u brizi o sebi: uzimanje hrane, obavljanje nužde, oblačenje i svlačenje, osobna higijena, motorika
- Dnevni ritam življenja (dnevni odmor, raspored obroka, vrijeme za aktivnost i igru) kod kuće pokušati prilagoditi ritmu u vrtiću

# Podrška psihologa u vrtiću

- Savjetodavna pomoć roditeljima i odgojiteljima pri adaptaciji djeteta na vrtić
- e-mail: [psiholog@dv-petarpan.hr](mailto:psiholog@dv-petarpan.hr)
- telefon: 091/3775189 (8,30-14,30 radnim danom)
- Praćenje i procjena psihofizičkog statusa djeteta s ciljem zadovoljavanja individualnih razvojnih potreba djeteta
- Psihologijsko praćenje i tretman djeteta te savjetovanje roditelja  
(odgojni problemi, razvojni problemi, gubitak člana obitelji, razvod roditelja, kronična bolest u obitelji, doživljeno nasilje, potencijalna darovitost djeteta i dr.)

- Suradnja sa svim vanjskim zdravstvenim, socijalnim i rehabilitacijskim ustanovama koje su uključene u skrb za dijete
- Procjena spremnosti djeteta za školu
- Psiho-edukacija roditelja putem roditeljskih sastanaka, brošura, web-stranice vrtića

Hvala na pažnji!