

АДАПТАЦИЈА ДЕЦЕ НА ВРТИЋ

Полазак детета у јаслице/вртић представља велики корак за дете и целу породицу. Често је ово трауматична ситуација колико за дете, толико и за родитеље јер је испуњена страхом од одвајања и напорима да се дете прилагоди новонасталој ситуацији.

За родитеље је важно да знају да је извесна доза страха од одвајања уобичајена јер је везаност за породицу на раном узрасту развојно условљена. Он се може сагледавати из сасвим другог угла, као показатељ да су дете и родитељ развили квалитетну узајамну везу.

Од чега зависи процес адаптације

Процес адаптације је индивидуалан. Чиниоци који утичу на адаптацију:

- индивидуалне особине детета (дете које је отвореније, комуникативније се лакше адаптира),
- узраст детета (лакше се адаптира дете после 18 месеци),
- здравствено стање детета (физички снажна деца, без већих здравствених проблема се брже адаптирају),
- породична атмосфера у којој дете живи (лакше се адаптирају деца чији родитељи имају позитиван став према игри и вртићу/јаслицама, која имају позитивна емоционална и разноврсна социјална искуства пре доласка у колектив, без значајних промена у породици (рођење другог детета, селидба, развод, болести родитеља...),
- општи услови живота и рада у самим јаслицама или вртићу (опремљеност потребним средствима, стручна оспособљеност и карактеристике личности медицинских сестара-васпитача или васпитача, број деце у васпитној групи).

Основни типови адаптације

Лака адаптација представља нормалну реакцију на промену средине деце која имају оптималне васпитне услове и која су успоставила сигурну и стабилну емоционалну везу са родитељима. Код такве деце све реакције и промене у понашању пролазе у року од 10-15 дана боравка у колективу; дете брзо прихвата нову средину и радује се доласку у њу.

Адаптација средње тежине имају деца чије се промене у понашању продуже и до месец дана боравка у вртићу или јаслама, током којих дете упорно одбија долазак у колектив.

Тешка адаптација се односи се на децу код које се могу запазити упорне и дуготрајне реакције и поремећаји у понашању који трају и по неколико месеци. Обично је код такве деце присутно више неповољних чиниоца који продужавају период адаптације као што су: честа одсуства из колектива услед болести или неког другог разлога, неповољни породични услови, непримерени васпитни утицаји и сл.

У периоду адаптације код деце се могу јавити следеће реакције на физиолошком плану: одбијање хране, одбијање спавања, пробавне сметње, честе прехладе и сл., као и реакције у понашању: плач, агресивно понашање или повлачење. Једна од могућих

реакција која се среће у случајевима теже адаптације је тзв. *регресија*, што значи да су се код детета појавили облици понашања карактеристични за неку од претходних фаза у развоју нпр. сисање прста, умокравање, тепајући говор... Сва та понашања су уобичајена у периоду адаптације и она ће постепено слабити и нестајати брзином којом се дете прилагођава новој средини и успоставља социо-емоционалне односе са васпитачем и другом децом.

Потребно је нагласити да адаптација није завршена када дете престане да плаче, већ када са задовољством долази у колектив и када почене спонтано и слободно да изражава своје емоције, мисли, способности. Зато, посебну пажњу треба обратити на повучену децу која обично тихо седе у неком кутку и не показују никакву иницијативу.

Савет родитељима

- ***Упознајте се са васпитачима и простором вртића***

Врло је важно да, пре него што дете крене у вртић, родитељи упознају васпитаче у чијој групи ће дете боравити, као и остале запослене са којима ће дете бити у контакту. Ово је значајно јер васпитачи могу добити много информација о навикама детета, његовим особеностима, ритуалима и примене их у току боравка детета. Такође, овом приликом се родитељи могу упознати са актуелним програмом адаптације за децу у конкретном вртићу. Од значаја је да се и само дете упозна са простором у ком ће боравити, да би имало представу о вртићу и тако ублажило страх од истог.

- ***Причајте са својим дететом о вртићу***

Важно је да родитељи детету о вртићу говоре са позитивним емоцијама. Детету је битно објаснити како ће сам полазак у вртић изгледати, како ће дете проводити време тамо, шта ће све радити, чега ће се играти. Битно је да родитељи непомену да ће мама и тата доћи чим заврше са послом! Кад родитељи донесу одлуку о упису детета у вртић, потребно је и само дете упознати са том одлуком, без обзира на то колико дете има година. Уколико дете није спремно да разговара о вртићу, треба то поштовати. Понекад је детету потребно приближити идеју о вртићу кроз игру.

- ***Ускладите дневни кућни план активности са ритмом у вртићу***

Деца се осећају безбедно и сигурно када имају одређену дневну рутину. Зато је битно распитати се о распореду дневних активности у вртићу и у складу са тим прилагодити и начин функционисања у породици пре него што дете пође у вртић. Деца која у вртић дођу са рутином која је налик оној која постоји у вртићу, знато лакше се адаптирају.

- ***Планирајте одсуство са посла док је дете у адаптацији***

С обзиром на то да се процес адаптације не може унапред тачно предвидети, веома је корисно да родитељи, барем, прве две недеље боравка детета у вртићу, издвоје време и ускладе своје обавезе на послу. У првим данима боравка, за дете је прихватљивије када у вртић остаје краће и неопходно је да родитељ дође по њега у тачно време, без кашњења, јер је код детета у процесу адаптације присутан страх да ће бити напуштено и остављено, а то је уједно и најјачи страх с којим се дете бори у периоду прилагођавања.

- ***Покажите свом детету да Вам је оно важно као и његов процес адаптације***

Од велике важности је да будете тачни када долазите по детет како се код њега страх од напуштања не би развио у панику! Покажите разумевање за дечија осећања и реакције. Немојте пред дететом говорити о својим бригама и страховима везаним за вртић, како код детета не бисте појачали осећање несигурности и страха. И уколико дете не прихвата вртић покажите му да Ви њега прихватате и да Вам је дете важно!

- ***Будите редовни у одласцима у вртић***

Битно је да дете редовно долази у вртић чак и уколико му у правим недељама то тешко пада. Уколико прескачете доласке због потешкоћа у току адаптације продужићете и само прилагођавање. Дете прескакањем доласка неће заобићи потешкоће, нити ће се лакше прилагодити, напротив! Што су доласци редовнији дете ће кроз адаптацију брже проћи. Поштујте време које је Вашем детету потребно да савлада ову фазу. Понекад је то две недеље, понекад месец дана, немојте своје дете поредити са другом децом, и будите стрпљиви.

- ***И родитељи су на адаптацији***

Став родитеља према вртићу је важан чинилац за успешну адаптацију, јер ако сами родитељи нису сигурни у своју одлуку да дете упишу у вртић, уколико имају негативан став или сумње према вртићу, дете ће осетити њихову несигурност и страх. Родитељима није лако да се изборе са својим ставовима и осећајем кривице што дете предају васпитачу. Зато је најбоље сваког дана, без обзира на узраст детета, говорити детету да је вољено, као и да ће му у вртићу бити лепо. Такође је битно да растанке у вртићу учине кратким, не беже од детета, већ да се увек поздраве и искрено кажу када ће се вратити и наравно, да увек одрже своју реч!

Уколико је родитељу претешко да се одвоји од детета, може се предложити да адаптацију врши други члан породице који је близак детету.

Однос породице и јаслица/вртића

Поласком детета у колектив, родитељи добијају партнере у васпитању своје деце. То не умањује њихову улогу нити одговорност, али, ради што бољег прихватања колектива, најбоље је када се са медицинским сестрама или васпитачима од почетка успостави добар однос. Кључ успешности налази се у одржавању добре комуникације родитеља и вртића тј. у сталној и отвореној узајамној комуникацији.

Уколико родитељ има потребу може разговарати са члановима стручне службе о специфичним потребама детета, о могућем индивидуалном плану адаптације, о својим потребама у односу на вртић, оправданости појединих васпитних поступака итд.

Први дани проведени у колективу могу да буду одлучујући за став који се код детета и његових родитеља гради према јаслицама/ вртићу, због чега треба предузети све могуће мере како би се избегле или умањиле стресне ситуације због ступања у нову средину и од самог почетка засновали квалитетни партнерски односи.

Јелена Павловић, психолог