

Period prilagodbe proces je međusobnog upoznavanja i usklađivanja između djeteta i ustanove tijekom kojeg se dijete sve uspješnije suočava s odvajanjem od roditelja, upoznaje novo okruženje i ljude te postupno stječe povjerenje u novu okolinu. Polazak u jaslice/vrtić predstavlja u većoj ili manjoj mjeri stres za dijete, njegovu obitelj i odgajatelje. Na ovu veliku promjenu u svom životu dijete može reagirati plaćem, odbijanjem hrane, agresivnim ponašanjem, prolaznom regresijom u razvoju itd. te takva ponašanja valja očekivati i tolerirati. Neka djeca reagiraju s manjom vremenskom odgodom - nakon prvobitnog oduševljenja i uživanja u igri i istraživanju, kriza i izražavanje nezadovoljstva novonastalom situacijom.

### ***Što Vi možete učiniti za uspješan početak?***

- ✓ Prošećite povremeno s djetetom oko vrtića
- ✓ Razgovarajte s djetetom o vrtiću i zajednički se radujte skorom dolasku
- ✓ Potičite njegovu znatiželju i pozitivna očekivanja: vrtić je mjesto igre i radosnog druženja djece, mjesto učenja i zabave. Budite i realni – u vrtiću se s drugom djecom dijeli pažnja, prostor, igračke...
- ✓ Pokušajte uskladiti dnevni raspored aktivnosti kod kuće s rasporedom u vrtiću

### ***Provjerene korisne strategije:***

- Planirajte nekoliko dana godišnjeg odmora, kako biste bili s djetetom u periodu prilagodbe.
- Boravite s djetetom u vrtiću – istražite zajedno prostor, igrajte se, upoznajte djecu i odgajatelje. Vaše povjerenje presudno je za djetetov osjećaj sigurnosti u novom okruženju.
- Postepeno produžujte boravak djeteta u vrtiću u dogovoru s odgajateljem.
- Neka rastanak s djetetom bude kratak, bez oklijevanja i u vedrom tonu
- Neki roditelji i sami prolaze emocionalne teškoće zbog odvajanja od djeteta i nužnosti kompromisa/promjene u dotada utvrđenim rutinama, pravilima i sl. Tada pomaže da prilagodbu „odradi“ emocionalno spremniji roditelj (ili neka druga, djetetu bitna odrasla osoba)
- Radi djetetova povjerenja u vas, uvijek se javite djetetu pri odlasku te mu svaki dan točno recite kada ćete doći po njega („nakon ručka“, „kad se naspavaš...“)
- Redovito dovođenje djeteta u vrtić pomaže djetetu u lakšoj prilagodbi, a dan pauze za „zlato bakino“ ne pomaže
- Budite strpljivi i pozitivni jer najveći broj djece prođe proces prilagodbe bez većih poteškoća, uz očekivano trajanje od 3-4 tjedna redovitih dolazaka.

### **Provjereno otežava prilagodbu:**

- Nesiguran, zabrinut ili zaplakan roditelj. *Ukoliko roditelj ili npr. baka nisu spremni „pustiti“ dijete u jaslice/vrtić velika je vjerojatnost da se ni dijete neće moći prilagoditi jer dijete uvijek ima tendenciju surađivati s njemu bitnim odraslima.*
- Roditelj koji od svog djeteta traži dopuštenje za odlazak (“Mogu li sada otići?”; “Reci mi kad mogu otići!” i sl.) i time kao da želi sam sebi olakšati odluku o ostavljanju djeteta. *Odluka o boravku u jaslicama/vrtiću uvijek je odluka roditelja. Jasnom porukom kako roditelji žele da dijete bude u jaslicama/vrtiću, roditelji olakšavaju proces prilagodbe za dijete.*
- Roditelj koji, ne oprostivši se od djeteta pobjegne u trenutku kad ga dijete ne gleda
- Roditelj koji dijete „plaši“ vrtićem i/ili odgojiteljicama (npr. ako budeš zločest ići ćeš u vrtić, u vrtiću ćeš morati sve pojesti, neće te primiti u vrtić, ako ne skineš pelenu i sl.) u djetetu razvija odbojnost i strah te provocira nevoljkost boravka u ustanovi.

I na kraju, za uspješnu prilagodbu najbitnije je stvaranje **partnerskog odnosa** između roditelja i odgojitelja. Otvorena komunikacija, uvažavanje i pridržavanje plana prilagodbe, uz uzajamnu podršku, sigurno će dovesti do uspješne prilagodbe djeteta na jaslice/vrtić !