

## ADAPTACIJA - što je potrebno znati?

Polazak u jaslice/vrtić za svako dijete predstavlja veliku promjenu u životu. Dijete dolazi iz obitelji, gdje se osjećalo sigurno, u njemu nepoznatu sredinu, među nepoznate osobe. Potrebno je određeno vrijeme tijekom kojega se dijete prilagođava novoj sredini.

Najčešća pitanja roditelja vezana za proces prilagodbe su:

- ✓ Koliko traje prilagodba i kakva će biti?
- ✓ Kako će dijete reagirati na prilagodbu?
- ✓ Kako djetetu (i sebi) olakšati prilagodbu na vrtić?

### Koliko traje adaptacija i kakva će biti?

Ne postoji jednoznačan odgovor na ta pitanja jer adaptacija **ne traje kod svakog djeteta jednako dugo i ne izgleda isto.**

Trajanje i težina adaptacije ovisi o više faktora:

- karakter, stupanj razvoja i zdravstveno stanje djeteta,
- dob djeteta (lakše se prilagođavaju starija nego mlađa djeca),
- prethodna odvajanja od roditelja (je li se i u kojoj mjeri dijete odvajalo od roditelja),
- kontinuitet u dolascima u vrtić (izostanci produžuju vrijeme prilagodbe),
- stav roditelja o vrtiću (pozitivan stav roditelja i nasmijano lice olakšat će djetetu prilagobu),
- provedena priprema kod kuće.

## Kako će dijete reagirati na adaptaciju?

Ne reagiraju sva djeca jednako.

- Neka djeca otvoreno negoduju (plač tijekom i nakon rastanka, vrištanje, bacanje na pod, pokušaji bijega, agresija usmjerena na stvari, drugu djecu ili odgojitelja), a neka su izrazito pasivna (odbijaju komunikaciju s odgojiteljem ili su u potpunosti usmjerena samo na njega).
- Neka su djeca sklona reakcijama na fiziološkom planu (odbijanje hrane i spavanja, probavne smetnje, često obolijevanje), a druga reakcijama u vanjskom ponašanju (plač, agresivnost, pasivnost).
- Jedna od mogućih reakcija je **regresija u ponašanju** (npr. dijete koje je prohodalo može opet početi puzati). Regresija u ponašanju je prolaznog karaktera i obično nestaje kada se dijete prilagodi novoj sredini.
- Ponekad se javlja tzv. **zakašnjela adaptacija** (javlja se kad dijete shvati da je odlazak u vrtić postao dio njegove svakodnevnice i da je to konačno stanje).

**Reakcije na adaptaciju, kakve god bile, su normalna pojava** i ukazuju na to da su dijete i roditelj razvili kvalitetnu povezanost. Reakcija slabe i nestaju brzinom kojom se dijete prilagođava okolini.

Adaptacija nije gotova kada dijete prestane plakati, već kada, tijekom boravka u vrtiću, počne spontano izražavati svoje osjećaje, misli i potrebe.

S obzirom da adaptacija ne traje kod svakog djeteta jednako dugo i da djeca ne reagiraju isto, **savjetujemo da, kada je riječ o trajanju i tijeku adaptacije, ne uspoređujete svoje dijete s drugom djecom.** Umjesto toga, budite usmjereni na sebe, svoje dijete i savjete odgojitelja.

## Kako djetetu (i sebi) olakšati prilagodbu na vrtić?

- Predstavite djetetu vrtić kao veselo i zabavno mjesto na kojem ga čeka puno zabave i prijatelja. **Pozitivnim stavom o vrtiću** potaknut ćete djetetovu znatiželju i želju za vršnjačkim društvom.
- Nastojte da dijete istovremeno nema još jednu veliku promjenu u životu (npr. preseljenje) i nemojte ga izlagati dodatnom stresu (npr. odvikavanju od pelena).
- Prvih dana neka dijete bude u vrtiću kratko, nikako duže od 2-3 sata. Suradujte s odgojiteljima i trudite se prihvatiti njihove savjete vezano za postepeno produžavanje vremena boravka djeteta u vrtiću.
- Ako je dijete vezano uz dudu, igračku i sl., ponosite mu taj predmet u vrtić kako bi se u novom prostoru osjećalo sigurnije. -> **za donošenje plišanaca, dekica i sl. predmeta tijekom epidemije, pratite preporuke HZJZ-a i konzultirajte se sa zdravstvenim voditeljem**
- Rastanci neka budu kratki. Prilikom rastanka pozdravite se s djetetom i najavite kada ćete doći (ne prema satu već prema događaju koje će dijete znati prepoznati - npr. nakon što pojede voće). Ne odlazite bez pozdrava ako vam se čini da se dijete zaigralo. Izbjegavanje suza na ovaj način ne donosi koristi jer se dijete treba naučiti nositi s odvajanjem. Odlazanjem bez pozdrava djetetu unosite nesigurnost i otežavate prilagodbu. Nakon rastanka nemojte se zadržavati u vidokrugu djeteta. Ne činite mu uslugu time što vas vidi kroz staklo na vratima.
- **Budite iskreni u odnosu s djetetom.** Nemojte govoriti da sutra neće morati u vrtić ili da ćete doći odmah po njega, ako to nije istina.
- Budite spremni da će dijete kada krene u vrtić od vas tražiti više pažnje. **Osigurajte posebno vrijeme samo za vas** (šetnja poslije vrtića i sl.).
- Ako dijete nerado priča o vrtiću, nemojte ga o tome pretjerano ispitivati.
- Kada primijetite da se dijete sve više veseli odlasku u vrtić, radujte se s njim jer je to dobar znak da se prilagođava novoj situaciji.

- Ukoliko je dijete zdravo, **nastojte ga redovito voditi u vrtić** dok ne završi proces adaptacije.
- **Potičite samostalnost** u hranjenju, higijenskim navikama i pospremanju igračkaka (prema djetetovim mogućnostima) kod kuće.
- **Pripremite i sebe na odvajanje.** Nastojte ne prenositi vlastite strahove, zabrinutost i tugu na dijete jer ćete mu na taj način otežati prilagodbu.
- **Poštujte kućni red vrtića i prihvatite savjete odgojitelja jer odgojitelji su, tijekom adaptacije, vaši najbliži suradnici!**

Za dodatna pitanja i informacije, budite slobodni kontaktirati stručni tim vrtića:

- ✓ pedagog@vrtic-cetiririjeke.hr, 047/659-005, 091/2345-317
- ✓ psiholog@vrtic-cetiririjeke.hr, 047/659-005, 091/2345-316
- ✓ zdravstveni-voditelj@vrtic-cetiririjeke.hr, 091/2345-318

#### Što je sve potrebno za adaptaciju?

- ✓ papuče za roditelja i dijete,
- ✓ rezervna odjeća,
- ✓ pelene,
- ✓ duda/bočica (ako dijete koristi),
- ✓ igračka koja se može svakodnevno prati/dezinficirati (ukoliko dijete ima prijelazni objekt)
- ✓ zaštitna maska za roditelja.

**Kako bismo osigurali poštivanje epidemioloških mjera tijekom adaptacije, molimo da s djetetom u skupini boravi samo jedan roditelj te da prije ulaska u sobu dezinficirate ruke sredstvima dostupnima u ulaznom prostoru vrtića. Također, molimo da tijekom boravka u vrtiću nosite zaštitnu masku (djeca ne moraju).**

## RASPORED PROVOĐENJA ADAPTACIJE U PED. GOD. 2020./2021.

### VRTIĆ RAKOVAC:

Adaptacija za 2 jasličke skupine provest će se 3.9. i 4.9. u popodnevnim satima. Na letku koji ćete dobiti prilikom potpisivanja ugovora pisat će termin dolaska, 16:30 ili 17:30. Molimo da dođete oba dana u terminu navedenom na letku. Tijekom sat vremena boravit ćete s djetetom u skupini, upoznat ćete odgojitelje, prostor i nove prijatelje.

Vrijeme dolaska u vrtić u ponedjeljak, 7.9. dogovorit ćete s odgojiteljima i djeca će tada, kraće vrijeme, ostati u vrtiću bez vas. Nakon toga, boravak u vrtiću će se postupno produžavati, također u dogovoru s odgojiteljima.

Adaptacija u 2 mlađe vrtićke skupine („Pčelice“ i „Žabice“) provest će se 4.9. u 16:30 sati. Duljinu boravka u vrtiću od 7.9. dogovorit ćete s odgojiteljima. Savjetujemo da adaptacija bude postepena i da djeca u prvom tjednu ostaju kraće u vrtiću.

Djeca upisana u dobno starije skupine („Vjeverice“ i „Točkice“) u vrtić dolaze 1.9. u 9h te ostaju sat-dva, u dogovoru s odgojiteljima. Nakon toga, vrijeme boravka u vrtiću će se produžavati.

### VRTIĆ ŠVARČA:

Sva novoupisana djeca u vrtić dolaze 1.9. u 9h. Prvog dana u vrtiću će ostati kraće (sat-dva) nakon čega ćete s odgojiteljima dogovarati dužinu boravka u vrtiću, ovisno o dobi i razvojnom statusu djeteta. Savjetujemo da adaptacija djece jasličke i mlađe vrtićke dobi bude postepena i da djeca u prvom tjednu ostaju kraće u vrtiću.

## VRTIĆ DUBOVAC:

Adaptacija djece jasličke dobi (skupine „Pužići“ i „Zečići“) provest će se 7.9. i 8.9. u 16:30 sati

Tijekom sat vremena boravit ćete s djetetom u skupini, upoznat ćete odgojitelje, prostor i nove prijatelje. Od srijede, 9.9. djeca će, kraće vrijeme koje ćete dogovoriti s odgojiteljima, ostati u vrtiću bez vas. Nakon toga, boravak u vrtiću će se postupno produžavati, također u dogovoru s odgojiteljima.

Adaptacija u mlađoj vrtićkoj skupini „Leptirići“ provest će se 7.9. u 16:30 sati. Od 8.9. djeca u vrtić dolaze u jutarnjim satima i ostaju kraće vrijeme bez vas, sve u dogovoru s odgojiteljima.

Djeca upisana u skupine „Stars“ i „Medvjedići“ u vrtić dolaze 7.9. u 9h te ostaju kraće vrijeme sami. Nakon toga vrijeme boravka u vrtiću će se produžavati.

## VRTIĆ TURANJ:

Adaptacija za 2 jasličke skupine započet će 1.9. u popodnevnim satima. Na letku koji ćete dobiti prilikom potpisivanja ugovora pisat će termin dolaska, 16:30 ili 17:30. Tijekom sat vremena boravit ćete s djetetom u skupini, upoznat ćete odgojitelje, prostor i nove prijatelje.

Vrijeme dolaska i dužinu boravka u srijedu, 2.9. dogovorit ćete s odgojiteljima prvog dana adaptacije. Boravak u vrtiću će se postepeno produžavati, također u dogovoru s odgojiteljima.

Djeca vrtićke dobi upisana u skupine „Ribice“, „Slapići“ i „Patkice“ u vrtić dolaze 1.9. u 9h te ostaju sat-dva, u dogovoru s odgojiteljima. Nakon toga, vrijeme boravka u vrtiću će se produžavati.

## VRTIĆ MAHIČNO:

Adaptacija za 2 jasličke skupine provest će se 1.9. i 2.9. u prijepodnevnim satima (8:30 ili 10:00). Na letku koji ćete dobiti prilikom potpisivanja ugovora pisat će termin dolaska. Molimo da dođete oba dana u terminu navedenom na letku. Tijekom sat vremena boravit ćete s djetetom u skupini, upoznat ćete odgojitelje, prostor i nove prijatelje.

Vrijeme dolaska u vrtić u četvrtak, 3.9. dogovorit ćete s odgojiteljima i djeca će tada, kraće vrijeme, ostati u vrtiću bez vas. Nakon toga, boravak u vrtiću će se postupno produžavati, također u dogovoru s odgojiteljima.

Adaptacija djece upisane u vrtićku skupinu provest će se 1.9. u 9:00 ili 10:30 sati (na letku je naveden točan termin dolaska).

Roditelji djece vrtićke dobi koja su premještena iz drugih karlovačkih vrtića u vrtić Mahično, mogu dovesti dijete 1.9. nakon 7:00 sati te djeca mogu ostati u vrtiću prema potrebama roditelja. Ipak, savjetujemo da prvih nekoliko dana izbjegavate korištenje dežurstva te da dijete u vrtiću boravi kraće.