

PRIPREMA DJETETA ZA JASLICE

Polazak djeteta u vrtić, konkretnije u jaslice, označava prvi veliki korak u procesu odvajanja od roditelja. Do polaska u jaslice, većina je djece imala kontakt s članovima uže obitelji i poneko kraće odvajanje kada su ih čuvali bake i djedovi. Polazak u jaslice označava period kojim započinjemo graditi djetetovu samostalnost i predstavlja razdoblje života u kojem dijete stječe temelje za doživljavanje sebe kao osobe koja je odvojena od roditelja.

Privrženost

Prije nego krenemo na putovanje prema jaslicama i prilagodbi djeteta u njima, smatramo da je važno objasniti pojam privrženosti i kako ona može utjecati na odvajanje od roditelja. Cilj nam je normalizirati različite reakcije koje dijete može imati pri odvajanju od roditelja.

Privrženost definiramo kao snažnu emocionalnu vezu koju pojedinac ima s posebnim ljudima u njegovu životu. Pri tome prisustvo osobe uz koju je pojedinac privržen čini ga radosnim, a u stresnim situacijama blizina osobe kojoj smo privrženi donosi utjehu (Berk, 2015). Mnogi istraživači privrženosti zaključuju da stil privrženosti koji stvorimo u ranom djetinjstvu jednim dijelom utječe na način stvaranja prijateljskih i partnerskih odnosa.

Stil privrženosti u grubo možemo podijeliti na sigurnu i nesigurnu. Sigurno privržena su djeca odrasla u okolini koja im je omogućila stalnu prisutnost odrasle osobe koja je dosljedno odgovarala na potrebe djeteta. Dobra je vijest da najveći broj djece ima sigurnu privrženost. To znači da će dijete koristiti roditelja kao sigurnu bazu za istraživanje svijeta i bolje će reagirati u stresnim situacijama kada ih smiruje skrbnik, nego neka druga osoba. Vjerojatno ste i sami primijetili kako vaše dijete provjerava gdje se nalazite dok se igra u parku ili istražuje novi prostor, a kada padne najbolje se utješi uz roditelje, koliko god voljelo provoditi vrijeme s bakom i djedom. Naravno, postoje individualne razlike među djecom, neka djeca su više samostalna od drugih, traže manje utjehe ili slabije procjenjuju opasnost i lakše se odvajaju od roditeljske sigurne baze.

U nesigurnoj privrženosti (za one koji žele znati više: postoje čak tri različita tipa nesigurne privrženosti) skrbnik iz niza različitih razloga nije mogao adekvatno odgovarati na potrebe djeteta u prvim mjesecima i godinama života pa dijete ne pokazuje strah ili oprez pred novim i nepoznatim ljudima. Nesigurno privržena djeca izbjegavaju emocionalne odnose ili pokazuju intenzivan strah prilikom odvajanja od roditelja, a pri roditeljevom povratku mogu biti iznimno

uznemireni ili pak pasivni. Oblik nesigurne privrženosti javlja se i kod zlostavljane i zanemarene djece, a naziva se dezorganizirano – dezorijentirana privrženosti pri čemu djeca nepredvidivo reaguju na odvajanje i povratak skrbnika, znaju biti ravnodušna, nedistancirana prema nepoznatim osobama.

Ako čitate ovaj tekst, vjerojatno ste roditelj koji je osjetljiv za potrebe vašeg djeteta i ono ima razvijeno, u manjoj ili većoj mjeri, sigurnu privrženost prema vama. Kako smo rekli da djeca sa sigurnom privrženosti koriste roditelje kao sigurnu bazu za istraživanje svijeta, normalno je i posve očekivano da će dio djece plakati pri dolasku u jaslice u početnom procesu adaptacije na novu okolinu, odgojiteljice i drugu djecu. Manja razina neugode i stresa koju djeca doživljavaju pri odvajanju od roditelja (a često ju manifestiraju u obliku plakanja za roditeljem), normalna je i posve očekivana.

Roditeljev doživljaj odvajanja od djeteta

Svi smo različiti u reakcijama odvajanja od vlastitog djeteta, tako se jedan dio roditelja veseli povratku na posao i spremno ostavlja dijete u jaslicama s idejom da će tamo dobiti svu potrebnu brigu i dovoljno stimulacije kao i druženja s vršnjacima. Na drugom kraju spektra nalaze se roditelji koji nemaju potpuno povjerenje prema ustanovi u kojoj ostavljaju dijete, brinu se kako će se dijete adaptirati na odvojenost od njih kao i na novu okolinu i pravila. U sredini kontinuuma nalazi se većina roditelja, koja, iako im je teško rastati se od djece s kojima su u proteklu godinu, a ponekad i duže, provodili svaki trenutak, znaju da se trebaju vratiti na posao i trude se maksimalno olakšati tranzicijski period djetetu, na način da se dobro upoznaju s vrtićem i steknu povjerenje prema odgojiteljima. Roditelj koji ima ideju da ostavlja dijete u sigurnim rukama, ima povjerenja u odgojitelje i instituciju vrtića, zrcalit će i djetetu osjećaj povjerenja, te će se dijete lakše adaptirati na jaslice.

Što možete učiniti za sebe prije polaska djeteta u jaslice? Prvo, budite sigurni da ste zadovoljni odabirom vrtića, da ste upoznali okolinu vrtića kao i odgojitelje te stručno osoblje. Važno je i da u sebi imate jasnu odluku zašto je za vaše dijete potrebno da pohađa jaslice (vaš povratak na posao, dodatna stimulacija djeteta i boravak u vršnjačkoj skupini) i da pronađete pozitivne stvari i koristi koje vidite za dijete u odvajanju od vas i boravku u jaslicama. Kada vi kao roditelj vjerujete u ispravnost odluke o upisu djeteta u jaslice, stvarate temelje za dobru adaptaciju djeteta. Dijete o svijetu uči od roditelja i vi ste mu glavni model za upoznavanje okoline, tako

da ako osjeti da ste nesigurni i da se brinete oko toga da ono ostane u jaslicama, postoji vjerojatnost da će to otežati proces adaptacije.

Što možete učiniti kako biste djetetu olakšali proces adaptacije

Ako dijete do sada nije ostajalo bez vas, možete ga ostaviti kratko kod bake i djeda ili njemu poznatih osoba, kako bi imalo iskustvo odvajanja od roditelja.

Možete ga odvesti kod prijatelja koji imaju djecu, u park i na slična mjesta gdje možete poticati jednostavne socijalne vještine poput čekanja reda, dijeljenja.

Prije polaska u jaslice dobro je započeti s učenjem jednostavnih životnih vještina s ciljem osamostaljivanja djeteta. Tako ga primjerice možete učiti da jede žlicom i pije iz čaše.

Trik je da ne uvodite nove vještine baš pred polazak u jaslice. Tako primjerice odvikavanje od pelena, ako nije usvojeno prije polaska u vrtić, ne bi trebalo započeti paralelno s procesom prilagodbe na vrtić, već ga je bolje ostaviti za period kada se dijete prilagodi na vrtić.

Objasnite djetetu, njemu primjerenim rječnikom, kroz crteže ili igranje s lutkama kako će izgledati vrijeme koje će provesti u vrtiću, pokažite mu vrtićko dvorište, uvijek pričajte o vrtiću u pozitivnim terminima. Dopustite djetetu da izrazi osjećaje (ne pomaže ako mu kažete da ne smije plakati), primjerice reflektirajte mu da vidite da je tužno i da mu je teško što se odvaja od vas te da je to normalan osjećaj i da ćete se ponovno vidjeti u 15 sati kada dođete po njega. Dijete može u početku uzeti neku igračku koju voli u vrtić, kako bi mu predstavljala poveznicu sa sigurnošću obiteljskog doma.

Kako može izgledati sam proces odvajanja od djeteta

Proces opraštanja s djetetom dobro je da bude kratak i srdačan. Mirnim glasnom možete reći: „Sada idem na posao, a ti ćeš za to vrijeme biti u vrtiću. Doći ću po tebe nakon poslijepodneve užine“. Važno je da rastanak protekne u vedrom raspoloženju s pozitivnim emocionalnim tonom. Možete poljubiti i zagrliti dijete, mahnuti mu uz osmijeh i otići. Preporuka je da se ne zadržavate u hodniku vrtića. Normalno je da vam je kao roditelju teško slušati kako dijete plače i imate ga potrebu utješiti. Sjetite se da je plakanje normalna i očekivana reakcija koja govori u prilog tome da vam je dijete sigurno privrženo te da se na taj način adaptira na novu situaciju. Imajte povjerenja u odgojiteljice da će utješiti dijete i s vremenom mu preusmjeriti pažnju na igru.

Prvi dani u jaslicama

Tijekom prvih dana roditelj dolazi s djetetom i zajedno provode nekoliko sati u vrtićkoj skupini. To je prilika da se zajedno s djetetom upoznate s odgojiteljicama, prostorom vrtićke sobe i igrališta te da potaknete dijete na slobodno istraživanje sobe i uspostavu kontakta s drugom djecom. Važno je da dijete vidi vašu zainteresiranost i zadovoljstvo prostorom vrtića kao i vaš pozitivan odnos prema odgojiteljicama. Tijekom tjedna produživat će se vrijeme koje dijete provodi bez vas u vrtićkoj skupini.

Tijekom prvih mjeseci važno je da dijete redovito dolazi u vrtić, po mogućnosti u isto vrijeme, kako bi steklo naviku (osim u slučaju kada je bolesno) i da u isto vrijeme dolazite po njega. Održite obećanje koje ste dali djetetu o vremenu kada ćete doći po njega. Kada su djeca uznemirena, roditelji ih imaju potrebu utješiti i reći da će doći po njih prije nego što je to realno moguće. Stoga je važno da se pripremite tolerirati djetetovu uznemirenost i davati samo ona obećanja za koja ste sigurni da ih možete ispuniti.

Želimo da vam prvi dani upoznavanja s vrtićem i boravka u njemu proteknu u znatiželjnom i ugodnom raspoloženju. Stojimo vam na raspolaganju za sva pitanja te ćemo zajedno s vama pomoći djetetu u početnoj adaptaciji na jaslice.

Literatura:

Berk, L.E. (2015). *Dječja razvojna psihologija*. Jastrebarsko: Naklada Slap.

Stokes Szanton, E., (2000). *Kurikulum za jaslice*. Zagreb: Pučko otvoreno učilište *Korak po korak*.