





## I NAJVAŽNIJE:

 BUDITE PRO AKTIVNI, PITAЈTE SVE ŠTO VAS ZANIMA. NEMOЈTE DA VAM BUDE NELAGODNO, RADO ĆEMO VAM ODGOVORITI ILI VAS USMJERITI NA MJESTO GDJE MOŽETE DOBITI ODGOVORE.

 Dječji vrtić Marjan sa svojim Stručnim timom kojeg čine zdravstveni voditelji, pedagozi, logopedi, psiholog i edukacijski rehabilitator stoje Vam na raspolaganju oko svih mogućih zdravstvenih, odgojnih te razvojnih pitanja i teškoća s kojima ćete se susresti u odgoju Vašeg djeteta.

Kontakte stručnog tima možete pronaći na našoj web stranici i u

“Kutku za roditelje”



## KONTAKT INFO:

Dječji vrtić Marjan Split,  
Put sv. Mande 11

[dv-marjan@st.t-com.hr](mailto:dv-marjan@st.t-com.hr)

021/396-275

021/396-276

[www.vrtic-marjan.hr](http://www.vrtic-marjan.hr)



## Prilagodba djeteta i roditelja na vrtić i jaslice



# Dragi naši roditelji,

## Dobro došli u naš vrtić!

Drago nam je da ćemo odrastati s Vašim djetetom. Želja nam je da se Vi i Vaše dijete s nama osjećate sretno i sigurno. Zajedno ćemo uživati u radostima djetinjstva i odrastanja.

Polazak u jaslice/vrtić važan je događaj u životu Vas i Vašeg djeteta. U većini slučajeva to predstavlja prvo odvajanje djeteta od roditelja, osobito od majke, kao i prvi susret s većim brojem nepoznatih osoba. Vrijeme je to u kojem se dijete, odgojitelj, pa i roditelj prilagođava novoj situaciji. Prilagodba je svakako **izazovni period**.

Način na koji će se dijete prilagođavati ovisi o: djetetovu temperamentu, iskustvu koje je steklo prije dolaska u vrtić, stupnju razvoja, dobi i stanju djetetova zdravlja. Očekuje se **lakša prilagodba** djeteta koje ima braću/sestre ili je imalo prilike stvarati kontakte i pozitivna iskustva s odraslima i djecom izvan užeg obiteljskog kruga. Poteškoće u prilagodbi mogu se očekivati kod djece s ranijim bolnim iskustvima u odvajanju od roditelja (npr. hospitalizacija). Jednako tako **težu prilagodbu** možemo očekivati kod djece koja paralelno proživljavaju još jednu novu situaciju kao što je rođenje mlađeg brata/sestre, preseljenje u drugi stan, bolno cijepljenje... Ako se to ipak dogodi, odgodite polazak za nekoliko dana, dok neposredna reakcija ne prođe.



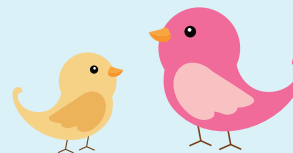
Djeca jako dobro prepoznaju emocije i neverbalne znakove roditelja, te u svom ponašanju često izražavaju **ono što roditelji osjećaju**. Zato djetetova prilagodba i prihvaćanje vrtića u velikoj mjeri ovisi o tome kako roditelj doživljava polazak djeteta u vrtić i kakav stav ima. Neka će djeca reagirati promjenama na fiziološkom planu (poremećaj spavanja, hranjenja...), a druga promjenama u ponašanju (ljutnja, otpori, nepoželjna ponašanja).

Većina djece prolazi kroz adaptaciju bez većih poteškoća, samo manji postotak prolazi teži oblik adaptacije. Važno je napomenuti da su te promjene **privremene i uobičajene** u razdoblju adaptacije. One slabe i nestaju onom brzinom kojom se dijete prilagođava novoj okolini i uspostavlja socio-emocionalnu vezu s odgojiteljem.

**Znamo da se sada i Vi nalazite na početku jednog novog izazova, zajedno s Vašim djetetom.**

Sasvim je u redu osjećati različita emocionalna stanja koja mogu ići od blage uznemirenosti do straha i tuge. U namjeri da Vam olakšamo obratite pažnju na neke korisne savjete:

- ♥ Svaki je rastanak pa i privremeni bolan posebno ako nismo na njega spremni, zato **pripremite sebe**, osvijestite i uvažite svoje osjećaje.
- ♥ Dijete će se osjećati sigurnije ako mu objasnite što ga u jaslicama/vrtiću očekuje; dnevni ritam, vrijeme boravka dnevni odmor, igra...
- ♥ Imajte povjerenja u odgojiteljice i osoblje vrtića. **Zajedno ćemo surađivati.**
- ♥ Potičite i radujte se djetetovoj samostalnosti, u odijevanju, služenju priborom za jelo... Dobro je znati da je mala doza frustracije djeteta važna za razvoj, jer ga potiče da koristi svoje resurse, da se razvije. U vrtiću će naučiti kako komunicirati svoje potrebe drugim ljudima, samostalno se umiriti, vjerovati roditelju kad kaže da će doći po njega...
- ♥ Ostavite neki dan godišnjeg odmora za vrijeme prilagodbe na jaslice/vrtić, nastojte se organizirati (majka/otac) tako da ga Vi dovodite i odvodite, barem u početku.



♥ Ako je dijete posebno vezano za neku igračku, neka je ponese sa sobom jer će se osjećati sigurnije (dekica, dudica, plišanac...)

♥ Neka Vaš rastanak bude **jednostavan i spontan**, koliko god može. Ne odlazite prebrzo, niti se predugo opraštajte

♥ **Svaki korak dogovarate s odgojiteljem** – dijete će u početku boraviti kraće, a zatim će mu se polagano produžavati boravak.

♥ Nastojte se dogovarati s djetetom i maksimalno poštuju dogovor, posebno o vremenu dolaska po njega.

♥ Osigurajte si više vremena ujutro, ne krećite u dan u žurbi, **kreirajte rituale i rutine** vezane uz jutarnju pripremu za vrtić i ostavljanje u vrtiću. Ritualni su dobri za dijete, ali svakako i za Vas, jer će Vam dati predvidivost koja Vas umiruje.

♥ Nastojte da dijete što redovitije i u isto vrijeme dolazi u jaslice/vrtić, lakše će se priviknuti i bolje osjećati ako nije stalno u fazi prilagodbe.

♥ Pokazujte interes i pratite sve što vaše dijete doživljava i radi u jaslicama/vrtiću. Sve što vas zanima o Vašem djetetu slobodno pitajte odgojitelja.

