

Adaptacija

Polazak u vrtić životna je promjena koja predstavlja stres za dijete, ali i za cijelu obitelj. Često se radi o prvom odvajanju od roditelja. Dijete se polaskom u vrtić prilagođava na novi prostor, na odgojitelje i drugu djecu kao i na vrtičke rutine i pravila.

Ova prilagodba trajat će neko vrijeme i ovisiti o brojnim faktorima vezanim uz dijete ili njegovu okolinu:

1) Osobine i temperament djeteta

Koliko se brzo dijete prilagođava promjenama u rasporedu ili na nove rutine? Koliko se brzo dijete prilagođava na novu hranu ili mjesta? – razina prilagodljivosti djeteta u širom rasponu situacija odredit će dijelom i prilagođavanje na vrtić.

Kako dijete uobičajeno reagira kada prvi puta sretne nove ljude, novu hranu, nove igračke ili nove aktivnosti? Pristupa li odmah ili se na prvu povlači? – tendencija prvotnom pristupanju ili prvotnom odbijanju novih i nepoznatih stvari dijelom će odrediti i način pristupa prve dane u vrtiću.

Kolike su snažne ili nasilne djetetove reakcije? Smije li se dijete ili plače energično, ili se samo smiješi i blago negoduje? – intenzitet djetetovih reakcija i ekspresivnost emocija u širem spektru situacija dijelom će odrediti intenzitet reakcija i emocija i u procesu prilagodbe.

2) Dob, razvojna faza u kojoj se dijete nalazi

Separacijska anksioznost predstavlja strah od odvajanja i od nepoznatih osoba koji se javlja s 8 mjeseci starosti, a vrhunac dostiže s 18 mjeseci. Očituje se plačem pri odvajanju, grčevitim držanjem za roditelja, odbijanjem ulaska u sobu boravka... Teško je vidjeti dijete koje je pri odvajanju tužno i plače, no imajte na umu da su ovakve reakcije znak razvijene sigurne privrženosti s roditeljem što ih čini sasvim normalnima i njihova je pojava dobrodošla. S dobi i iskustvom raste kapacitet za prepoznavanje i nošenje s neugodnim emocijama zbog čega će starijoj djeci proces prilagodbe biti nešto lakši.

3) Zdravstveno/fiziološko stanje djeteta

Kada smo umorni, gladni, kada nas nešto boli, svi lošije funkcioniramo... tako je i s djecom. Prema tome, fiziološko i zdravstveno stanje djeteta također igra ulogu u trajanju procesa prilagodbe.

4) Okolinski faktori

Okolinski faktori poput preseljenja, rođenja mlađeg djeteta i razvoda roditelja za dijete predstavljaju dodatne stresore u već stresnoj situaciji prilagodbe na vrtić.

5) Roditeljski stav prema vrtiću, povjerenje u vrtić/odgojitelje, reakcije pri odvajanju

Jedan od najbitnijih faktora koji određuje uspješnost i trajanje prilagodbe jest roditeljski stav prema vrtiću i roditeljske emocije i reakcije pri odvajanju. Ukoliko je roditelj, tužan, nesiguran, nepovjerljiv pri odvajanju, dijete će to osjetiti i ponašati se u skladu s tim.

Zato je od iznimne važnosti:

- Održavati pozitivan suradnički odnos roditelja i odgojitelja
- Pravovremeno razmjenjivati relevantne informacije s odgojiteljima
- Steći povjerenje u odgojitelje i ustanovu

- U pozitivnom tonu se oprostiti od djeteta pri ulasku u skupinu

6) Redovitost dolazaka u periodu adaptacije. Izostanci produljuju prilagodbu.

Tijekom procesa adaptacije očekivane su promjene u djetetovom doživljavanju, ponašanju, funkcioniranju, a događaju se na emocionalnom, tjelesnom i ponašajnom planu.

1. Emocionalne reakcije

Tuga, ljutnja, frustracija, razdražljivost

2. Tjelesne reakcije

Regresije u dostignutim razvojnim zadaćama npr. dijete koje progovorilo može se ponovno u većoj mjeri služiti gestikulacijama kako bi iskomuniciralo svoje potrebe i želje, dijete koje se riješilo pelena može povremeno obaviti nuždu u gaćice.

Psihosomatske reakcije: Mogući su simptomi poput trboboľje, glavobolje, povraćanja i slični, bez medicinskog uzroka problemu.

3. Ponašajne reakcije

- a) Plakanje, vrištanje, udaranje
- b) Odbijanje kontakta/ prevelika usmjerenost na odgojitelja
- c) Pasivnost, ne odvajanje od prijelaznog objekta

Moguća je i odgođena reakcija na odvajanje: dijete nakon određenog vremena shvati da je odlazak u vrtić postala njegova svakodnevnica pa se sve opisane reakcije i promjene u procesu prilagodbe dogode s odmakom od prvog dana odvajanja. Osim djece koja prvi put kreću u vrtić, proces prilagodbe prolaze i ona djeca koja su iz različitih okolnosti imala dužu pauzu od vrtića, ali i ona koja se unutar vrtića radi razvojnog statusa sele iz mlađe u stariju grupu ili iz jedne grupe u drugu. U ovim situacijama proces prilagodbe može biti u manjem opsegu no prvotni te je obično sličan prema karakteristikama prvotnom procesu kroz koji je dijete prolazilo.

Prema trajanju procesa adaptacije i intenzitetu teškoća kroz koje dijete prolazi razlikujemo:

1. Laku adaptaciju – reakcije i promjene u ponašanju djeteta se stabiliziraju kroz 10-15 dana u vrtiću
2. Adaptaciju srednje težine – promjene u ponašanju stabiliziraju se do 30.dana boravka u vrtiću
3. Teška adaptaciju – promjene i poremećaji u ponašanju traju 2-6 mjeseci

Najveći broj djece prolazi laku adaptaciju. Kada je u pitanju teška adaptacija, obično je prisutno više faktora koji nepovoljno utječu na proces adaptacije djeteta. Dugotrajnu i težu prilagodbu obično imaju mlađa djeca, djeca “teškog” temperamenta, ona koja su imala ranija neugodna iskustva s odvajanjem te djeca s posebnim potrebama.