

POSTOPNO UVAJANJE OTROKA V VRTEC

Prvi vstop v vrtec predstavlja za otroke in družino veliko spremembo in izziv. Večina otrok je prvič dlje ločena od staršev, v novem okolju z novimi in neznanimi osebami. Prilagoditi se morajo vrtčevskemu ritmu in novim zahtevam, navaditi se morajo na bivanje v skupini vrstnikov, s katerimi si delijo igrače in pozornost odraslih. Normalno je, da otrok ob tem doživlja stisko, zato potrebujejo v tem zanje zahtevnem obdobju, **veliko čustvene podpore**, da ohranijo osnovni občutek varnosti in hkrati časa, da sprejmejo vzgojiteljici, da se navadijo na novo okolje in nov ritem. Da bi otroku omogočili čim lažje navajanje na vrtec boste v dogovoru z vzgojiteljico načrtovali in izvajali postopno uvajanje vašega otroka v vrtec.

1. Individualni razgovor z vzgojiteljico

V zadnjem tednu pred vključitvijo otroka v vrtec vas bo poklicala vzgojiteljica in vas povabila na individualni razgovor o uvajanju. To je priložnost, da se še pred vstopom spoznate z osebo, ki bo vsakodnevno skrbela za vašega otroka in da si izmenjate informacije, ki so pomembne za uspešno uvajanje. Vzgojiteljici predstavite vašega otroka, njegove navade in posebnosti, ki vplivajo na uvajanje in se **konkretno dogovorite glede poteka uvajanja** (okvirni čas in potek uvajanja, prihod v vrtec in vaša prisotnost v skupini, vaša vloga v skupini, ko boste uvajali, kako se boste poslavljali od otroka, rutina oz. ritem dneva ...). Razgovor je tudi priložnost, da vprašate vse, kar vas zanima in kar je za vas in vašega otroka pomembno.

2. Uvajanje

Glavno vodilo uvajanja je **postopnost in individualni pristop**. Postopnost zagotavljamo s **postopnim podaljševanjem prisotnosti** otroka v vrtcu in hkrati **postopnim ločevanjem od otroka**, t.j. podaljševanjem časa, ko je otrok v vrtcu sam, brez starša. Seveda je proces uvajanja prilagojen vsakemu posameznemu otroku: otroci se razlikujejo po temperamentu in karakternih lastnostih, navadah in dosedanjih izkušnjah, pa tudi razvojni stopnji (starosti), zato se otroci na vstop v vrtec odzivajo različno, kar je potrebno upoštevati pri načrtovanju uvajanja. Pomembno je torej, da uvajanje **izhaja iz otroka in se sprti prilagaja odzivom otroka**.

Po naših izkušnjah otrok rutino dnevnega reda usvoji postopoma v povprečju v roku **enega tedna**, vendar pa so uvajalne težave prisotne lahko še nekaj časa, npr. večja občutljivost otroka, upiranje jutranji ločitvi, občasen jok tekom dneva in pogrešanje staršev, težave pri hranjenju in spanju ... Nekateri otroci lahko stisko doživijo ali izrazijo šele kasneje, ali pa bolj posredno, npr. preko začasnega pojava vedenj, ki jih je otrok v svojem razvoju že prerasel (začasna regresija) ali preko telesnih težav.

Uvajanje se začne prvi dan s **skupno prisotnostjo** otroka in starša v igralnici v dopoldanskem času, ki naj bo čimbolj sproščen in prijeten. Vzgojiteljice bodo poskušale postopno in nevsiljivo navezovati stik z otrokom. Čas vaše skupne prisotnosti v prvih dneh podaljšujte postopoma v sprotne dogovore z vzgojiteljico (postopno vključevanje zajtrka, kosila in nazadnje počitka).

Hkrati s tem poteka tudi proces **postopnega ločevanja od otroka**. Z odhodi starša iz igralnice otroku omogočimo, da se postopoma navaja na ločenost od vas. Vaš odhod iz igralnice je vedno v dogovoru z vzgojiteljico in temelji na opazovanju otroka in tudi vaši pripravljenosti na ta korak. Na začetku je čas ločitve krajši, postopoma se intervali odsotnosti podaljšujejo, dinamiko vzgojiteljica

prilagaja glede na otrokove odzive. Ob odhodu se poslovite (ne odhajajte tako, da izkoristite trenutek otrokove nepozornosti), bodite v bližini in dosegljivi (priporočljivo je, da greste ven iz vrtca) in držite se dogovorjenega časa povratka.

V odziv na ločitev otroci izražajo **različno močne znake vznemirjenja in stresa** (jok, protest, nezainteresiranost za igro), prav tako so otroci **različno dojemljivi za tolažbo**, nekateri se hitro pustijo pomiriti in potolažiti, drugi potrebujejo več časa. V primeru, da bo otrokova stiska prevelika in bo neutolažljiv, vas bo vzgojiteljica poklicala da se vrnete. V vaši odsotnosti vzgojiteljice otrokom nudijo tolažbo, toplino in obilo pozornosti, tako se bodo otroci postopoma navezali nanje in jih sprejeli v času ločenosti od vas. Normalno je, da se otrok upira ločitvi od vas in temu koraku se ne da izogniti, saj šele v času ločenosti od vas steče proces navezovanja na vzgojiteljico, kar je osnovni pogoj, da otrok sprejme vrtec in se dobro počuti v času ko vas ni ob njem.

Poslavljanje in kasneje jutranje slovo predstavlja velik izziv vsaj na začetku, sčasoma pa izzvenijo. Veliko otrok ob jutranji ločitvi joče in se upira, to je normalna prilagoditvena reakcija otroka. Čeprav je težko, je najbolje ostati umirjen, ljubeč in odločen. Ljubeče in na kratko se poslovite od otroka, potem pa odidite, tudi če bo otrok jokal. Večina otrok se po odhodu staršev **dokaj hitro pomiri**. Pomembno je **kratko in odločno slovo**, izogibajte se oklevanju, pregovarjanju, prepričevanju in pogojevanju z nagradami - dolga poslavljanja nikakor niso v pomoč vašemu otroku in njegovi stiski, ravno nasprotno. Otroka ne stiskajte k sebi in ne čakajte, da vam ga bo vzgojiteljica iztrgala iz objema. Najbolje, da se z vzgojiteljico dogovorite za način jutranjega sprejema.

Kako lahko pomagate sebi in otroku premostiti začetne težave:

- Sprejmite otrokova čustva, njegove odzive in njegov način soočanja, izražajte razumevanje in nudite mu tolažbo. V tem zanj napornem in zahtevnem obdobju potrebujejo še več čustvene bližine, ljubezni, podpore, potrpežljivosti, vaše pozornosti in časa.
- Izogibajte se drugim spremembam v tem obdobju, saj to pomeni dodaten stres in obremenitev za otroka. Že sam vstop v vrtec je dovolj velik zalogaj za otroka in družino.
- Tudi za starše (še posebej mamice) je obdobje uvajanja čustveno zahtevno, potrebujete čas, da sprejmete ločevanje od otroka in da pridobite zaupanje, da bo za otroka v vrtcu dobro poskrbljeno. To pa sta tudi ključna dejavnika, ki omogočata uspešno uvajanje.
- Morebitne težave sprejmite kot normalen del procesa uvajanja, o vaših skrbeh, dvomih in strahovih se pogovorite z vzgojiteljico.
- Priporočamo, da si starš, ki otroka uvaja, vzame za uvajanje nekaj dni dopusta.
- Pomembno je, da ima otrok stalni ritem prihajanja in odhajanja iz vrtca, saj mu to daje občutek varnosti in predvidljivosti.
- Priporočljivo je, da vsaj v začetnem obdobju otrok ne ostaja predolgo v vrtcu.
- Začetne težave ob uvajanju bodo minile in otrok bo rad prihajal v vrtec, rad bo imel svojo vzgojiteljico in pomočnico vzgojiteljice in užival bo v igri, dejavnostih in druženju z vrstniki.

Srečno.

Pripravila: Nataša Kruh, univ. dipl. psih.