

## ПРИЛАГОЂАВАЊЕ ДЕТЕТА НА ЖИВОТ У КОЛЕКТИВУ

Поштовани родитељи,

Ваше дете ускоро полази у дечји вртић-јаслице. Доласком у колектив настају велике промене у животу детета и целе породице. Промењени услови живота, одвајање од родитеља, непозната лица и средина изазивају низ психофизичких реакција које називамо адаптацијом (прилагођавање). Жеља нам је да Вашем детету заједно са Вама обезбедимо што лакше и брже прилагођавање на колектив. Путем ових обавештења и упустава желимо да Вас упознамо са карактеристикама периода адаптације и током непосредних припрема за боравак детета у колективу.

### Карактеристике промена у периоду адаптације

Осетљивост детета на одвајање од родитеља је највећа на узрасту од три године. Због психофизичке незрелости, а нарочито због потребе за сталним одржавањем емоционалних односа са блиским особама, дете није у стању да схвати и прихвати одвајање. Одвајање од родитеља доживљава као непријатност и напуштање, бурно реагује, што је на овом узрасту нормална појава. Непозната лица и средина изазивају страх и несигурност, те дете реагује плачем, отпором, агресивно или повлачећи се, одбијањем хране, повраћањем, поремећајем сна и излучивањем, што убрзо доводи до поремећаја целокупног здравственог стања. Наведене реакције нису истоветне код сваког детета. Начин реаговања зависи од наслеђа, узраста, здравственог стања, искуства детета, односно начина и услова живота у породици, става и понашања родитеља, као и од средине у коју дете долази. Реакција у периоду адаптације разликује се по квалитету (од благог до најбурнијег реаговања) и трајању реакције (од неколико дана до два-три месеца). На основу својства сврставамо их у три категорије: лака, средња и тешка адаптација.

**Лаку адаптацију** карактеришу лоше расположење, поремећај сна и апетита и обољења детета услед баналне инфекције, углавном дисајних путева. Без обзира на интезитет ових и сличних реакција успостављање емотивног стања и понашања може се очекивати у току првог месеца.

**Средње тешка адаптација** се манифестује променама у расположењу, понашању, поремећају навика (апетит, сан и излучивање) и здравственог стања. Дете не остварује контакт са медицинском сестром и децом, и није заинтересовано за играчке и активности у групи. Промене здравственог стања и расположења нормализују се спорије. Период прилагођавања је продужен до мдва месеца.

**Тешка адаптација** се испољава дуготрајним неадекватним понашањем и честим обољењима. Дете је данима узнемирено, дуго плаче, одбија храну, повраћа и тешко га је смирити, не прихвата медицинску сестру и другу децу. Често се јављају реакције које се граниче са нерашчишћеним. У оваквим ситуацијама треба се бавезно консултовати са медицинском сестром, педијатром и психологом и проценити да ли дете треба и даље излагати оваквом оптерећењу и какву врсту помоћи му пружити.

### Улога родитеља у процесу адаптације

Да би укључивање детета у колектив било што лакше и безбедније неопходно је у сарадњи са васпитним особљем обезбедити услове за постепено упознавање нове средине и одвајање од родитеља.

Приликом уписа родитељ треба да се обавести о специфичностима рада вртића-јасала и да медицинску сестру упозна са дотадашњим развојем детета (здравствено стање, дневни ритам, начин исхране итд.). При првом сусрету родитељ треба да се договори са медицинском сестром о времену доласка и дужини боравка детета првих неколико дана. Дете треба да упозна нову средину (објекат, групну собу, медицинску сестру) у присуству једног родитеља. Присуство блиске и познате собе смањује страх од непознатог и обезбеђује брже и лакше прихватање нових лица и средине.

Пожељно је да у првим данима родитељ заједно са дететом борави извесно време у групи. Време заједничког боравка првог дана треба да буде од пола сата до сат, другог дана до два сата, а

следећих дана време боравка родитеља у групи се скраћује. Медицинска сестра прати понашање и расположење детета у одсуству родитеља и уколико нема изразитих промена боравак детета се продужава. Дужина боравка родитеља зависи од узраста и реаговања детета, у договору са медицинском сестром.

У овом периоду дете не треба доводити у раним јутарњим часоовима. Неопходно присуство родитеља се препоручује и планира у различитим деловима дана при следећим активностима: доручак, преподневне активности, ручак, поподневне активности и одмор. Без обзира на дужину боравка детета у току дана веома је важно да при доласку и одласку родитељ проведе извесно време у групи. Неопходно је да се родитељ у току боравка у групи не бави само својим дететом, већ треба да остварује контакте са другом децом и медицинском сестром.

Уколико родитељ није у могућности да борави у групи, потребно је да се са медицинском сестром договори о времену доласка детета и дужини боравка у групи, највише 3-4 сата. Да би се ублажило неповољно деловање наглих промена, дете не треба лишити његове омиљене играчке, ђебенцета са којим спава, цуцле или неког другог предмета. Пошто у првим данима дете поремети апетит, веома је важно свакодневно узајамно информисање родитеља и медицинске сестре о количини и времену узимања оброка. Потребно је обавестити медицинску сестру да ли је дете пре доласка у колектив јело, шта и колико, да би сестра могла правилно да организује узимање оброка и избегне непотребно инсистирање.

У случају да се јаве изразите промене у понашању и реаговању детета, потребно је продужити са скраћеним временом боравка и консултовати стручњака.

#### Чиниоци који отежавају период адаптације

Обољења су честа појава у периоду адаптације. Најчешћи симптоми промене здравственог стања, као нпр. повишена температура, повраћање, повећан број столица или појачана секреција из носа не представљају увек знак органског обољења детета већ су симптоми узнемирења детета и пропратна појава периода адаптације. Период због болести продужава период прилагођавања.

Дужа одвојеност од родитеља пре поласка у колектив, због боравка у болници или неког другог разлога изазива и појачан страх и неповерење детета те отежава прихватање нове средине.

Значајније промене у породици (рођење другог детета, болест родитеља, развод и сл.) утичу на целокупно понашање детета и могу да отежају период адаптације.

На прихватање нове средине утиче и начин подизања и васпитања детета. Уколико дете има формиране лоше навике (коа нпр. љуљање, успављивање, шетање при храњењу и сл.) много ће теже прихватати захтеве колектива.

Ситуација одвајања узнемирава и родитеље и њихово понашање такође може да утиче на ток адаптације детета. Често су родитељи неповерљиви и уплашени и такво понашање преносе на дете. Узнемирава их дечји плач и отпор па реагују грубо, усплахилено и панично, плашећи дете. Да би умирили дете, нарочито старије, родитељи га уцењују и дају лажна бећања. Такви поступци, мада учињени у најбољој намери али из незнања, само отежавају положај детета.

Треба очекивати променљиво понашање детета и код куће, које се манифестује сличним реакцијама као и у колективу. Дете испољава нерасположење, губи апетит и поремети сан. Такво понашање још више узнемирава родитеље, инсистирају или присиљавају дете да једе или спава, а то појачава негативне реакције детета. У таквим ситуацијама родитељ треба да буде довољно стрпљив и толерантан и треба да схвати да од његових поступака у великој мери зависи превазилажење ових проблема.

#### Завршне напомене

Период адаптације је веома значајан јер прва искуства у овом добу имају пресудан утицај на целокупан даљи развој детета. Реакције детета у том периоду су нормална појава и нису истоветне за свако дете. Поред наведених поступака за укључивање детета у колектив, добар и искрен однос васпитног особља и родитеља омогућава превазилажење проблема адаптације. Први знаци превазилажења проблема адаптације су добар апетит, дубок и редован сан, стабилно расположење, заинтересованост за игру и успостављање контакта са медицинском сестром и

децом. Уколико се оствари брже и лакше укључивање у колектив уз даљу стручну негу, васпитање и образовање детета, испуниће се основне функције дечјег вртића-јасала.

Директор  
Зорица Божовић