

PRVIČ V VRTEC

Otroci potrebujejo veliko ljubezni, naklonjenosti in razumevanja, hkrati pa jasne meje in pravila obnašanja, ki veljajo za vse.

1. **PRILAGAJANJE** – predhodno pripravljanje (stiska otroka, jok..) – dojenje otežuje ločitev.

2. LOČITEV

- a) 1.faza: otrok kriči, močno joka – to lahko traja nekaj dni,
- b) 2. faza: otrok postane tišji, vendar pričakuje, da se bo roditelj vrnil,
- c) sledi 3. faza obupa. Otrok je žalosten in zaskrbljen – umakne se vase.

Prvi dve fazi se menjujeta, saj obupu sledi novo upanje in obratno. Otrok je pozoren na zvoke in na osebe, ki k njemu prihajajo, na vrata, ki se odpirajo, na vse, ki odhajajo. Dokler otrok protestira, še vedno upa, da išče rešitev in upa da bo z vedenjem priklical starše. Ker je tak otrok naporen, dobi več pozornosti od odraslih oseb, kot otrok, ki se je umaknil vase. To lahko traja nekaj dni. Počasi otrok dobi zaupanje, da se bosta starša vsakič vrnila.

NAVEZANOST – če je otrok starejši od enega leta, potem je vzorec navezanosti že utrjen. Starši naj z otrokom ne ravnajo grobo pri ločitvi. Otroka, ki ima hude težave uvajamo počasi.

- navezanost – to pomeni ljubezen in usklajeno odzivanje na otrokove potrebe (3.- 6. meseca se otrok naveže na 2, 3 osebe, vendar na eno bolj. Od te osebe, ki mu nudi skrb in ugodje se noče ločiti – otrok je v stiski.
- Od 6. mes. – 3 let, se pri otroku razvije močna navezanost na eno osebo in kasneje na več oseb. **Od 6. – 8. meseca** se pri otroku razvije strah pred tujci in se vedno bolj zaveda matere. Otrok se počuti manj varnega, če od roditelja odide v razburjenosti.
- ločitev – ninica, dudu, flaška...!!!! (NEKAJ KAR GA SPOMINJA NA DOM)

Varno navezani otroci – matere teh otrok so občutljive na potrebe otrok, se dovolj empatično in pravočasno odzovejo na jok in druge potrebe. Varno navezano otroci malo jokajo doma, pri raziskovanju se le malo opirajo na mamo.

ODVISNOST IN SAMOSTOJNOST

S prvim letom se začne *aktivno raziskovanje*. V tem obdobju ne sprejema več le matere in pojavi se **NE** – psihološko rojstvo (večja izbirčnost pri hrani, izbere si najljubšo igračo, občuti *čustva kot so ljubosumje, zavist, bes in željo po obvladovanju*. V tem obdobju ima otrok **željo po ločitvi** od ozkega materinega okolja.

Do starosti leta in pol se pojavi separacijska tesnoba, ki spominja na že preboleli strah pred tujci. Otrok postane **zopet bojazljiv** in si želi bližine **mame** (otrok se zave svoje ranljivosti) občutek ima, da bi mamo lahko izgubil. **Težnja** otroka **po samostojnosti in na drugi strani po zlitju z materjo** prinese nove **vzgojne težave**. To je pogosto v času toaletnega treninga. Pojavijo se težave z **negativizmom in trmo ter nihanjem med samostojnostjo in odvisnostjo**. Otrok potrebuje pomoč a zanika, da prihaja od drugod, zato so take **borbe pri oblačenju, hoji.....z materjo**. Takrat je čas, da se oče vključi v vzgojo in postavi otroku primerne meje.

KRITIČNA OBDOBJA PRI UVAJANJU OTROKA V ODDELEK 1 – 2.

Prvo kritično obdobje je, se otrok boji tujih oseb – okoli 8. meseca.

Drugo kritično obdobje je okoli enega leta in treh mesecev, ko otrok prične uporabljati besedico NE. Zaradi bližine separacijske točke, se začne TRMA in scene.

Tretje kritično obdobje je pri letu in pol, ker je takrat odhod v vrtec otežen zaradi njegovega strahu pred ločitvijo. Otrok si ne želi opustiti odvisnosti od matere, katere ločenosti se vse bolj zaveda. Pri uvajanju se bo držal staršev, vse skupaj lahko zaplete tudi začetek toaletnega treninga, saj otrok, ki pride v vrtec, največkrat opusti svoj trud, da bi bil čist.

Eno leto je tista starost, ko je otrok še najbolj pripravljen na vstop v vrtec.

- **Upoštevati je potrebno, da se separacijski tesnobi pri letu in pol ne bomo mogli izogniti.** Tu moramo iskati vzroke za pogosto obolevnost otrok pri uvajanju otrok v vrtec. Tu je na delu **psihološki dejavnik stresa**. Otrok, ki s pomočjo govora ne more sporočiti o svojih tegobah, bo to sporočil s telesom.
- Prvi otrokov negativni odziv na vrtec **mater** zelo preseneti in le ta **ne more ostati** dovolj mirna in **gotova vase**, na kar se otrok odzove s povečano tesnobo.

Otroci se že od rojstva razlikujejo po svojem temperamentu in energetski opremljenosti, na te dejavnike pa ima vzgoja prav malo vpliva. Nekateri otroci bodo hitro vznemirjeni, drugi pa povsem hladnokrvni. Prirojene značilnosti vplivajo na to, kako se bo otrok odzval na uvajanje.

REGRESIVNI ODZIVI NA UVAJANJE

Regresija je pomik psihičnega delovanja na nižjo raven. V uvajalnem obdobju ga poznajo prav vsi starši. Starši lahko otroku pomagajo tako, da ga na »silo« ne potiskajo naprej. Nekateri znaki se pokažejo le doma. Za to ni kriv vrtec ali vzgojitelj.

Primeri regresivnih odzivanj:

- Ponovna zahteva po dojenju ali steklenički.
- Sesanje prsta (značilno za tiste, ki se ne dojijo več).
- Lulanje in kakanje v hlače.
- Povečana jokavost in poslabšanje razpoloženja (otrok bo doma bolj občutljiv).
- Oklepanja staršev.
- Motnje spanja (slabše in manj spi). Včasih je to povezano še z motnjo teka.
- Pojavljanje strahov (ponovno se boji tujih ljudi ali bitij).
- Psihosomatske težave (boli trebušček, prebavne motnje, psihogeni kašelj – znak notranje napetosti).
- **Stopnjevanje agresije (zlasti po 2. letu do staršev in vrstnikov pokaže negativizen, ignoriranje.** Včasih agresijo obrne vase (grizenje nohtov, butanje z glavo).
- Motnje govora (regresija stavkov).
- Ponavljajoča se dejanja ali govor (guganje, praskanje, kimanje, trenje rok..)
- Grizenje nohtov ali zvijanje las (ta oblika agresije zoper sebe je značilna za drugo starostno skupino).

KAKO UKREPATI

K otroku pristopimo z razumevanjem in **mu ne preprečujemo izražanja regresivnih teženj**, nekatere pa lahko tudi zadovoljimo (pred spanjem ga ljubkujemo). Če se otrok odzove z

agresijo mu damo priložnost, da jo izrazi. Otrok potrebuje čas, da se čustva poležejo, preusmerijo in predelajo. Čustva je nemogoče pogasiti. Če jih poskušamo prehitro zatreti, se lahko zgodi, da bomo morali vedno znova gasiti plamenčke. Uvajalno obdobje je za starše naporno in se je pametno dobro pripraviti ter si za potrebe otroka vzeti več časa.

PRIPRAVA NA VRTEC - JASLI

Za otroka je to velika sprememba in je dobro, da se na spremembo navaja počasi in s pomočjo staršev. S počasnim uvajanjem želimo doseči čim manjšo frustracijo pri otroku, predvsem pa čas, da bi le to predelal. Zavedati se moramo čustvenega procesa, ki poteka med otrokom in staršem ter proces navajanja na novo okolje, druga pravila in vrstnike. **Otrok potrebuje različno dolg čas, da se delno razveže od staršev in naveže na vzgojiteljico.**

Ob uvajanju se mu vzbujajo različna čustva. **Na eni strani so jeza, destruktivnost, hrepenenje po starših, razočaranje, na drugi pa veselje in radost. Včasih so starši zelo negotovi in zaskrbljeni kar precej otežuje uvajanje.** Prav tako pa je **brezbrižnost staršev in neupoštevanje otrokovih čustev zelo nezaželeno.** Starši naj bodo vsekakor odločni, vendar naj ohranijo občutljivost za otrokove potrebe.

Posebej smo v tej starosti pozorni na spanje in hranjenje. **Če otroka še dojimo, potem že pred prihodom v vrtec spustimo kakšen obrok mleka** (v tistem času, ko bo otrok po novem v vrtcu). Če to napravimo istočasno z vstopom v **vrtec otrok doživi šok.**

Za otroke so rituali pred spanjem zelo dragoceni, pa tudi znano okolje v katerem zaspijo. Bodite pozorni, da jaslični otrok še ne zmore besedno sporočati, kaj doživlja in čuti. Ko je utrujen, je nekoliko zmeden in se slabše odziva na vzgojitelje in starše.

STISKE OTROK

Uvajanje je proces, ki ni linearen in predvidljiv. Prav vsak dan otrok napreduje, čeprav se nam zdi, da ti koraki niso vidni in da celo nazaduje. Vsak korak od otroka zahteva trud, ki je bolj čustven kot miseln.

Nekaj prilagoditvenih odzivov:

- **Otrok noče v vrtec**

Otrok bo poskušal vse, da mu nebo treba v vrtec. Starši naj vztrajajo pri odhodu!

- **Ljubosumnost**

Pojavlja se že pri enoletnikih, ko opazijo, da se posvečate drugim otrokom ali vzgojiteljici. Če opazimo ljubosumje, mu posvetimo več pozornosti. Vsekakor mu dovolite, da izrazi ljubosumnost. Povečanje ljubosumja je le poskus prepričati se o vaši naklonjenosti saj ste ga poslali od sebe).

- **Bojazen**

Predvsem najmlajši se hitro prestrašijo. Ali pa jih je cel čas strah. Bojazen povzročajo novi zvoki, neznan ljudje, množica otrok... Nič ni narobe, če ste na začetku ves čas z otrokom.

- **Agresija**

Otrok ne razume, da mora v vrtcu deliti igrače in se bo morda odzval z agresijo. Obvladovanje vedenja se mora šele naučiti. **Pomembno je, da agresije ne spregledamo.** Če hoče otrok koga udariti ali pa je to že storil mu **odločno povemo, da se to ne sme.** Ko se pomiri mu povemo kako dobiti želeno. Vendar moramo paziti na preveč omejitev, če so nove, otrok ne more sprejeti vseh naenkrat. **Agresija je vedno znak stiske in nezmožnosti znajti se.** Starši, ki agresijo presojujejo drugače, imajo morda sami težave pri uveljavljanju.

- **Odklanjanje hrane**

Z odklanjanjem hrane najmlajši pokažejo svoja čustva do okoliščin na splošno. Zavračanje hrane lahko kaže na povečano tesnobo, upor ali jezo do staršev. Lahko pa odklanjanje kaže tudi to, da otrok še ni pripravljen sprejeti vrtca.

- **Nočem spati**

V vrtcu je spanje med otroki popolnoma drugačno kot doma. **Če je le mogoče naj otrok ne zaspil v naročju, temveč na ležalniku.** Ko se bo počutil varnega bo mirno zaspal. Varnega se bo počutil, ko bo spoznal, da ga boste vedno prišli iskat in ko bo vzgojiteljici popolnoma zaupal.

- **Otrok joka, ko ga pridete iskat**

To ne pomeni, da je otrok v vrtcu trpel. V vaši bližini se je sprostil in izrazil svoje hrepenenje po vas, ki ga je v času dejavnosti v vrtcu potisnil v stran.

- **Hlipanje oziroma ihtenje**

Hlipanje je izraz največje stiske. Z žalostnim in jeznim jokom skuša otrok priklicati pomoč, kar pomeni, da nanjo računa. **Ihtenje pa izraža obup in kaže na to, da se je otrok zaprl vase in da ne komunicira več s svetom.** Otrok, ki si ne želi ločitve od starša, a ga ta vseeno preda vzgojiteljici, **bo sprva kričal. Hlipanje pa se pojavi kasneje in je neutolažljivo. Ustavi se šele, ko je otrok popolnoma izčrpan ali ko zaspil. V tem primeru bi vzgojiteljica morala poklicati starša.**

- **Odložena reakcija na vrtec**

Najprej so otroci zelo pogumni, čez teden ali mesec pa se pokažejo težave. Šele, ko spoznajo, da gre zares, **se uprejo. Privzdignjeno razpoloženje prvih dni** je lahko le obrambni mehanizem.

STISKA STARŠEV

Pomembno je vedeti ali starši že hodijo v službo in je otrok že izkusil odsotnost staršev. Sprememba se tiče cele družine in vsi se morajo privaditi na nov ritem. Pri jasličnem otroku vstop v vrtec prizadene oba, mater in otroka, ker se enoletnik še ni izvil iz simbioze z materjo. V tem odnosu imata korist otrok in mati. **Ali je mati pripravljena spustiti otroka od sebe je odvisno od partnerskega odnosa v družini.** Če mati ne čuti dovolj povezanosti in ljubezenskega zlivanja s partnerjem, bo ta del svojih potreb črpala iz odnosa z otrokom. Pogosto se kaže tako, da roditelj znotraj skupine otroka priklepa nase, čeprav bi se otrok želel podati k vrstnikom. *Matere* se ob tem lahko **počutijo ogrožene**, saj jih otrok nekako zapušča. Lahko pa se kaže kot pretirano odločen način uvajanja, ko roditelj otroku sploh ne pusti izraziti čustev. Tako sebe obvaruje pred lastnimi čustvi, ki si jih težko prizna. Če starši otroka ne zaupajo vrtcu, bo tudi otrok manj pripravljen osamosvojiti se.

V oddelku 1 – 2 je posebej bistvenega pomena čustven odnos roditelja do osebja in na splošno do ločitve. Na odnos roditelja do nas samih lahko vplivamo s svojo prijaznostjo, strokovnostjo in profesionalnostjo. Odnos smo začeli graditi že s prvim stikom!!!!!!

Nezaupanje izvira iz dveh dejavnikov:

- Objektivno nepoznavanje vrtca in osebja ali
- roditeljeva tesna zveza z otrokom, ki je niso pripravljene zrahljati. Odtod tudi občutek, da za otroka ni nič dovolj dobro.

Stisko doživlja večino staršev, ne glede na to, kako so se pripravili na uvajanje. **Starš trpi skupaj z otrokom in včasih se ne more in ne zna izogniti občutkom krivde, da otrokom povzročajo nekaj slabega.**

Ena od lastnosti, ki je starši pri strokovni delavki nikdar ne pozabijo omeniti, je **prijaznost**. Staršem veliko pomeni, zato jo skoraj vsi tudi vračajo. Vrtec je vendar kraj kjer naj bi bilo veselo in radostno in to vpliva na zaupanje staršev. Prijaznost je ena najpomembnejših vrlin strokovnega delavca, ki bi jo vzgojitelj moral gojiti. Kako naj roditelj vzgojitelju, ki je vedno nasmejan, pove o težavnih stvareh?

Ne pozabimo katere so osnovne otrokove potrebe :

- potreba po hrani,
- spanju,
- varnosti,
- pozornosti,
- sprejetosti,
- tolažbi,
- gibanju...

V vrtcu imamo znanje in vse možnosti, da jih zadovoljimo!!!!!!!

Sporočilo vzgojiteljici o mojem otroku _____

Kako se otrok odziva na občasno ločitev od staršev?

Kako vašega otroka doma pomirite?

Kakšne so njegove potrebe – posebnosti?

Česa se boji?

Kakšne izkušnje ima vaš otrok z drugimi otroki in odraslimi?

Kakšne navade ima otrok pri spanju?

Kakšne navade ima pri hranjenju?

Katere so njegove najljubše igrače?

Ali bi želeli še kaj sporočiti?