

## Emocionalna privrženost – ključ prilagodbe na jaslice i vrtić



Emocionalnu privrženost najjednostavnije možemo objasniti kao **vjerovanje djeteta, temeljeno na iskustvu** koje je steklo u odnosu su roditeljima/skrbnicima, da će mu roditelj biti dostupan i spreman reagirati ako mu bude potrebna zaštita, objašnjenje, okrepljenje, njega ili pomoć. Dijete **uči kroz tu prvu i najvažniju relaciju s roditeljima** i kroz okolinu koju mu oblikuju značajni odrasli. Sposobnost za stvaranje privrženosti biološka je datost djeteta, a odnosi se na duboku i trajnu emocionalnu vezu koju dijete ostvaruje s primarnim skrbnikom kako bi preživjelo, u doslovnom i emocionalnom smislu. Dijete kroz privrženost s roditeljima dobiva odgovor na sljedeća pitanja:

1. **Pitanje osobne vrijednosti:** *Kakav/kakva sam ja ?*
2. **Pitanje osobne sigurnosti:** *Hoće li drugi (važni drugi – mama, tata, baka, teta...) biti tu za mene kad ih budem trebao/la?*

Odgovori koje dijete tijekom odrastanja dobiva stvaraju temeljna vjerovanja koja ima o sebi !

Ako roditelj s ljubavlju, nježnošću i prihvaćanjem postupa prema djetetu, ono će sebe doživljavati upravo kroz te oči – kao vrijedno i dobro biće. Ako roditelji, a kasnije i sekundarne figure (druge odrasle osobe koje povremeno preuzimaju skrb o djetetu) , adekvatno reagiraju na djetetove potrebe, posebno kad je tužno ili uznemireno, ono će razviti vjerovanje da je svijet sigurno mjesto te da će mu drugi biti spremni pomoći u nevolji. Drugim riječima, roditelj treba biti posvećen djetetu, fizički i emocionalno dostupan, osjetljiv (senzibilan) za dječje potrebe i odgovarati na dječja emocionalna stanja.

U situacijama odvajanja od roditelja (kao što je polazak u jaslice ili vrtić), dijete sa sigurnom privrženošću **može primiti utjehu** sekundarne figure (odgajatelja) , smiriti se i **preusmjeriti pažnju** na istraživačke aktivnosti.



Donedavno se na privrženost gledalo kao na specifičan tip socijalne i emocionalne povezanosti **djeteta i majke**, no danas se zna da se može raditi o odnosu djeteta **s bilo kojom odraslom osobom koja je primarna odrasla figura brige o djetetu i ispunjavanja potreba u ranoj dobi**.

Iako se najčešće u stručnoj literaturi navode istraživanja koja objašnjavaju privrženost na relaciji **majka – dijete**, novija istraživanja ističu da djeca grade odvojene, točnije rečeno, dualne privržene odnose i s **majkom i s ocem**, te da su obje privrženosti važne za razvoj djeteta. Tu se prepoznaju dvije vrste privrženosti – jednu koja pruža **ljubav, njegu i sigurnost** (koja je najčešće, ali ne i nužno vezana uz majku) i drugu koja osigurava **uzbudljivu igru, istraživačke aktivnosti, interaktivno iskustvo i izazove** (koja je najčešće, ali ne i nužno vezana uz oca). Drugim riječima, važnost uloge oca u razvoju djeteta nije uopće upitna.



Brojna istraživanja potvrđuju da je rani **oblik djetetove privrženosti** pouzdan pokazatelj budućih ponašanja djeteta, od kojih je za rani socijalno-emocionalni razvoj među najznačajnijim **proces prilagodbe na jaslice, odnosno vrtić**.

Iz tog razloga, u situacijama odvajanja od roditelja (kao što je polazak u jaslice ili vrtić), dijete sa sigurnom privrženošću **može primiti utjehu** sekundarne figure (odgajatelja), smiriti se i **preusmjeriti pažnju** na istraživačke aktivnosti.

Tjeskoba i plač djeteta prilikom odvajanja od roditelja u novoj nepoznatoj sredini (jaslicama) je **razvojno očekivana reakcija**. Dijete s plačem, naglašenom uznemirenošću, fizičkom

vezanošću (ne želi se niti fizički odvojiti od Vas), čak i agresivnim ponašanjem želi zadržati sigurnost i zaštitu koju dobiva od Vas roditelja. Za malo dijete je velik izazov shvatiti jaslice kao i dobro i sigurno mjesto. Ono će postupno, zahvaljujući **sigurnoj emocionalnoj povezanosti s Vama roditeljima** i kroz **pozitivno iskustvo s odgajateljima** savladati i taj razvojni zadatak.



**Kako bi djetetu koje kreće u jaslice pomogli u tom važnom razvojnem zadatku, dobro je činiti sljedeće:**

- Prve dane boravka u novom okruženju može olakšati nošenje **omiljene igračke** (igračka za koju je dijete „vezano“ i koja mu olakšava umirivanje).
- Neka dijete uvijek bude **naspavano** kada ga ostavljate u nepoznatom okruženju.
- Uvedite **kratki** ritual pozdravljanja pri odvajanju – rituali, zbog svojih ponavljanja, mogu olakšati djetetu razdvajanje (npr. zagrljaj-pusa -„daj pet“) i pružaju mu sigurnost zbog predvidljivosti.
- **Surađujte s odgojiteljicama vezano u izradi plana za postepeno odvajanje od djeteta !** Prije polaska djeteta u jaslice (30.-31.kolovoza) Vaši će Vas odgojitelji kontaktirati kao biste napravili plan dolazaka i boravka djeteta u jaslicama i razmijenili informacije vezane uz prve dane u jaslicama. Vrijeme boravka roditelja u jaslicama uskladit će se **važnim epidemiološkim mjerama** o čemu ćete biti obavješteni putem web stranice vrtića. Aktualne mjere odnose se na obvezu prelaza preko dezbarijere na ulazu u zgradu vrtića, dezinfekciju ruku, nošenje zaštitne maske, a u sobi odgojne skupine nošenje papuča.
- Razgovarajte s djetetom kod kuće što će raditi dok vas nema (npr. navedite igračke koje ste vidjeli u jaslicama, a interesantne su djetetu) ; **pozitivno** i entuzijastično govorite o odgojiteljima/icama koje će ga paziti, da će se igrati s njim, dati mu piti kada je žedan, jesti i pomoći mu kada zatreba i sl.
- Ako je dijete uznemireno, **pokažite mu da razumijete** kako se osjeća, primjerice: "Sad si tužan, ali će se mama/tata brzo vratiti."
- Kad odlazite iz jaslica, otiđite bez mnogo priče oko toga – recite mu da će ostati u jaslicama i da ćete se vratiti po njega nakon ručka, spavanja... i onda otiđite bez zastajkivanja i okretanja (na taj način djetetu šaljete jasnu i dosljednu poruku). Odvajanje treba biti opušteno, ali **kratko**.
- Nakon prvih dana prilagodbe trudite se imati uvijek **isti ritam dolazaka i odlazaka** , kako bi dijete moglo predvidjeti što će se dogoditi.
- Kad se vratite, dajte djetetu vrlo jasno na znanje da ste sretni što ga ponovno vidite.
- Kod kuće se **igrajte se** skrivača (situacija odvajanja se vježba poznatom okruženju) potrudite se da vas je lako pronaći; dijete će tako lakše naučiti da ćete se uvijek vratiti - npr. sakrijte se ispod deke, iza kauča ili vrata).
- Vježbajte situacije odvajanja prije polaska u jaslice – ostavite dijete nakratko osobi od povjerenja kako bi dijete **postepeno stjecalo iskustvo razdvojenosti** i ponovnog povratka roditelja.
- Svoju eventualnu zabrinutost vezanoj uz prilagodbu **ne verbalizirajte s drugima pred djetetom**, jer će ono shvatiti vašu uznemirenost i na nju reagirati.