**VRTEC, PRIHAJAM!**

Čeprav so si nekatere med seboj podobne, vsaka družina spiše povsem svojo zgodbo, ko otroka uvaja v vrtec. Nekateri otroci se hitro navadijo na nove osebe, prostor, igrače, drugi za to potrebujejo več časa. Enako je s starši – nekateri se hitro navadijo na dejstvo, da je otrok začel obiskovati vrtec, spet drugi tudi po nekaj tednih z občutkom tesnobe pospremijo svojega otroka v igralnico.

Obdobje uvajanja v vrtec je torej stresno tako za otroke kot za starše. Vendar pa lahko starši vplivate na to, kako stresno bo. V nadaljevanju sledi nekaj nasvetov in priporočil, ki vam in vašemu otroku lahko olajšajo vstop v vrtec. 

**STARŠI …**

* zavedajte se, da bomo v vrtcu storili vse, da bo vašemu otroku **dobro**, zato na njegovo vključitev v vrtec glejte kot na **pozitivno izkušnjo**;
* če boste sami občutili tesnobo, jo boste nevede prenesli na otroka;
* **zaupajte** strokovnim delavcem vrtca, saj so tam zato, da kar najbolje poskrbijo za vašega otroka;
* otrokovim vzgojiteljicam zaupajte **čim več informacij o svojem otroku in njegovih posebnostih**;
* otroku doma nudite **dodatno pozornost**, ki jo bo potreboval zaradi ločitve od vas;
* v obdobju uvajanja v otrokovo življenje ne vnašajte dodatnih sprememb, kot je npr. odvajanje od dude, selitev v svojo sobo, prenehanje dojenja;
* uvajanje je včasih krajše, če otroka v vrtec uvaja oče, saj smo mame bolj čustvene, občutljive in ranljive ter otrok začuti naše nelagodje;
* za otroka je zelo pomembna rutina, zato mu bo **redno obiskovanje vrtca** s prihodom in odhodom ob istih urah olajšalo uvajanje v vrtec;
* od otroka se poslovite doma, v avtu ali garderobi vrtca in ne med vrati v igralnico, saj mu s tem otežujete ločitev od sebe in povečujete njegovo morebitno stisko;
* če otroka oddajate iz svojega naročja, ga obrnite proti vzgojiteljici, da ta ne bo »slaba« oseba, ki ga hoče iztrgati iz vašega naročja;
* nelagodje, stres, ki ga otrok doživlja v vrtcu dopoldne, se doma lahko izrazi kot pretirana jokavost, občutljivost, večja potreba po crkljanju, zato **bodite potrpežljivi**;
* ko uvajate otroka v vrtec, se skupaj z njim igrajte z igračami v igralnici, skupaj jejta za mizo – otrok vas posnema, in če bo videl, da se imate vi lepo, bo tudi sam lažje poskusil nove stvari;
* ko ga za nekaj časa pustite samega v vrtcu, se od otroka poslovite;
* v prvih dneh pojdite z otrokom domov takrat, ko je najlepše, in ne takrat, ko je že utrujen, zaspan, naveličan, da bo vrtec zapustil zadovoljen in z dobrimi občutki.

**GRE MOJA PLIŠASTA IGRAČKA/»NINICA« TUDI LAHKO Z MANO V VRTEC? SEVEDA, SAJ …**

* otroku lahko zelo olajša uvajanje v vrtec, ker mu nudi občutek varnosti in tolažbo.

**Nasvet:** Če otrok še ni navezan na določeno igračko, vi pa želite, da vseeno vzame s sabo igračko, izberite tako, ki ni prevelika in jo boste lahko večkrat oprali, saj bo zaradi vsakodnevnega nošenja v vrtec zagotovo umazana.

**MOJ OTROK MED UVAJANJEM JOKA – KAJ NAJ STORIM?**

Jok je otrokov **način komuniciranja** s svetom. Gre za **normalen odziv** otroka ob slovesu in največkrat mine, še preden vi dobro zapustite stavbo vrtca. Jok ob odhodu domov pa ne pomeni, da je otrok v vrtcu trpel, gre le za naval čustev ob srečanju s starši. Otrok z jokom ne »izsiljuje«, ampak se na ta način odziva na spremembe. Če joka, ga potolažite in mu nudite pozornost, bodite ob njem, čas za vzgajanje bo, ko jok mine.