

PRIPOROČILA ZA STARŠE OB PONOVNEM ODPRTJU VRTCA

Ob ponovnem vključevanju otroka nazaj v vrtec se bodo otroci različno odzivali na spremembe. Predvsem pri najmlajših, ki so v tem šolskem letu prvič vstopili v vrtec bodo potrebovali ponovno uvajanje in prilagajanje na delo v drugačnih in prilagojenih razmerah.

Zato je v nadaljevanju predstavljenih nekaj uporabnih informacij in priporočil, ki so pomembne v dneh, ko bo vaš otrok ponovno vstopil v vrtec:

- Skrbno se držimo vseh priporočil NIJZ (FIZIČNA RAZDALJA, NOŠENJE MASKE IN RAZKUŽEVANJE).
- Informirajte otroka o tem, kaj lahko sam naredi za to, da prepreči širjenje bolezni (pravilno umivanje rok, higiena kašlja, ...).
- Posebno pozornost namenimo pripravi otroka na ponovni vstop v vrtec.
- Vzemimo si dovolj časa za umirjen pogovor z otrokom, odkrito se pogovarjamo o nastali situaciji (otrokovi starosti in razvojni stopnji primerno). Poslušajmo otroka in njegove strahove, ki jih izraža.
- Bodimo strpni in umirjeni, saj bomo le tako otroku zagotovili občutek varnosti in sprejetosti.
- Natančno opazujemo otroka in njegovo vedenje, bodimo pozorni na morebitne spremembe v reagiranju in vedenju (npr. odklanjanje hrane, socialni umik, izbruh jeze, prestrašenost, ...), ki bi lahko kazali na čustveno stisko pri otroku. Ob opaženi stiski se posvetujte s strokovno delavko v vrtcu.
- Doma otroku omogočimo veliko proste igre, gibanja v naravi, umetniškega izražanja, ob katerem lahko otrok izraža svoja čustva, stiske, tegobe.
- Igrajmo se igre vlog, kjer se lahko otrok vživlja v različne položaje, osebe, situacije.... Učimo otroka izražati svoja čustva preko različnih dejavnosti (igra pantomime, kartice z obrazi, ki prikazujejo različna čustva,...).
- Nudimo otroku veliko fizične bližine in čustvene topline. Bodimo potrpežljivi.
- Otroka podpirajmo, spodbujamo in pohvalimo.
- Z otrokom skupaj berite, se pogovarjajte, opisujte dogajanje ...

- Rutina zmanjšuje negotovost, zato kolikor se da, ohranite vsakodnevni ritem in rutino (igra, sprostitev, počitek, prehranjevanje...).
- Skupaj z otrokom poiščimo preproste načine obvladovanja stresa, različne oblike sproščanja.
- Poskrbimo za svoje zdravje, fizično kondicijo, psihično stabilnost, kar nam bo omogočalo dobro odzivanje in empatičnost pri skrbi za otrokov razvoj in napredek.

Predvsem pa otroku bodimo dober zgled. Že s svojo mirnostjo, samozaupanjem ter zagotavljanjem občutka varnosti lahko prispevamo k zdravju in dobremu počutju otrok.

Pripravila svetovalna delavka:

Martina Ošlak, uni. dipl. ped.