

*Ne taip svarbu, kada vaikas
pradės lankyti darželį, daug
svarbiau – kaip jame jausis.*

(Pieper, 2013)



**Klaipėdos pedagoginė
psichologinė tarnyba**

*Ikimokyklinio ugdymo psichologinės
pagalbos skyrius*

Debreceno g. 41, Klaipėda LT-94164

Tel. 8 46 342253, 8 699 10201

www.klaipedosppt.lt

El.p. klaipedosppt@gmail.com

Klausiu.del.vaiko@gmail.com

ikimokyklinisppt@gmail.com



*Vaiko adaptacija
ikimokyklinio ugdymo
įstaigoje*
Rekomendacijos tėvams

Klaipėdos pedagoginė psichologinė
tarnyba

Iššūkiai adaptacijos metu

Vaiko išėjimas į darželį—nemenkas iššūkis tiek vaikams, tiek tėvams. Įsivaizduokite, kaip jaučiasi mažieji: šalia esančius artimiausius žmones, žaidimus, namų aplinką ir taisykles vieną dieną pakeičia žmonės, aplinka, žaislai, kvapai, naujos taisyklės, maistas, kurie yra visiškai svetimi ir nežinomi. Šis aplinkos pasikeitimas vaikui sukelia stiprų stresą, nes nežinomybė ir neaiškumas kelia nerimą bei nesaugumą.

Pradėjęs lankyti ugdymo įstaigą, vaikas turi pakeisti daugybę savo elgesio modelių, mokytis įveikti sunkumus. Tai labai priklauso nuo santykių šeimoje, tėvų auklėjimo stiliaus, kitų individualių savybių (temperamento, patirties naujose situacijose, vaiko jautrumo).

Adaptacijos laikotarpis tai yra PROCESAS, skirtas išmokyti prisitaikyti ir gyventi naujose sąlygose.

Prisitaikymo laikotarpiu gali būti paveikiamos daugelis organizmo funkcionavimo sistemų (gali sutrikti vaikų miegas, apetitas, gali pasikeisti vaiko emocinė būseną, galimi pykčio ar susierzinimo priepuoliai, gali įvykti įgūdžių regresas).

Nuo ko pradėti

Iš anksto *supažindinti* vaiką su nauju gyvenimo etapu. Parodyti, kur yra darželis, grupės langai, kaip atrodo kiemas, kokios yra žaidimų aikštelės.

Pasidalinti savo malonia patirtimi, susijusia su darželiu, žiūrėti nuotraukas, paveikslėlius, susijusius su darželio patirtimi.

Svarbu paruošti vaiką minčiai, kad vaikai eina į darželį, taip, kaip tėvai eina į darbą. Iš anksto informuoti vaiką, kad kasdien paliksite jį *kuriam laikui*, o sutartu laiku pasiimsite.

Atkreipti dėmesį, kad visų vaikų tėvai po pietų/vakare pasiima vaikus ir niekas nelieka nakvoti. Užtikrinti, kad vaikas *nebus* paliktas. Papasakoti, kad darželyje susipažins su kitais vaikais, kurie galimai bus žaidimų draugai.

Atvykus vaikui į darželį, susipažinti su *auklėtojomis, tvarka, režimu*. Čia vaikas susipažįsta su nauja aplinka – vieta, garsai, žmonės, kvapai, įpročiai. Kuo daugiau vaikas žinos apie ugdymo įstaigą ir kaip joje elgtis, tuo lengvesnė bus adaptacija.

Svarbu namuose laikytis dienos *režimo*. Likus maždaug dviem savaitėms iki darželio lankymo pradžios pabandyti gyventi darželio režimu, priderinti valgymo režimą.

Susikurti savitą *atsisveikinimo* ritualą, kurį kaskart taikyti pasiliekant vaikui darželyje ar atsisveikinat kitoje veikloje.

Vaiką grupėje palikti ramiai, bet tvirtai, nepailginant atsisveikinimo epizodų. Atsispirti norui raminti ir guosti.

Siekiant, kad vaikas pasitikėtų savo jėgomis, pastebėti ir padėkoti vaiką *sėkmės* darželyje atveju. Vaikai ir tėvai įgydami teigiamą patirtį ugdymo įstaigoje, įgyja ir pasitikėjimą darželiu, pasiruošia žaisti, priima pagalbą, kuria saugų santykį.

Tiksliai pasakyti, kada pasiimsite vaiką ir *ne meluoti*, kad neturėtų klaidingų lūkesčių.

Svarbu ugdyti vaiko *savarankiškumo* įgūdžius, mokyti pasirūpinti savimi. Duoti vaikui pagal amžių atlikti tam tikras pareigas ar darbelius, net jei vaikas tinkamai to neatlieka iš karto. Nedarykite už vaiką veiksmų, kuriuos jis sugeba padaryti. Kita vertus, pradėję lankyti darželį vaikai tampa jautresni – nepersis-tengti reikalaujant pernelyg didelio savarankiškumo.

Nerekomenduojama

Būti nuolat rūbinėlėje, kol vaikas būna grupėje su kitais vaikais.

Jokiais būdais negalima staiga slapta pabėgti nuo vaiko neatsisveikinus jam nematant.

Pykti, barti arba bausti vaiką dėl to, kad jis nenori į darželį.

Kalbėti neigiamai apie auklėtojas vaikui girdint.

Meluoti vaikui – sakyti, kad greitai pasiimsite, jeigu planuojate pasiimti tik vakare.

Vesti sergantį vaiką į darželį.

„Papirkinėti“ vaikus saldainiais, žaislais ar kitais dalykais mainais už darželio lankymą. Nuolaidžiauti vaikui. Pažadai už dalykus, kuriuos vaikas privalo daryti – skatina manipuliaciją.

Negąsdinti vaiko darželiu. Negrasinti, nebauginti, kad paliksite per naktį, neateisite.

Jei jaučiate, kad vaiko adaptacija užtruko, kyla sunkumų, su kuriais sunku susitvarkyti, kreipkitės pagalbos į specialistus.

Paruošė Klaipėdos PPT psichologė Eglė Miežienė