

Augantį vaikų nuolat veikia nauji, dar nežinomi ir vis sudėtingesni veiksniai, prie kurių reikia priprasti, prisitaikyti.

Atvesto į lopšelių mažiuko gyvenimo sąlygos pasikeičia. Per trumpą laiką adaptuotis – sunkus, o kai kuriems vaikams – neįveikiamas uždavinys. Yra žinoma, kad adaptacijos laikotarpiu pakinta vaiko sveikata, nervų sistemos funkcijos, sutrinka elgesys. Patekę į naują aplinką, vaikai patiria stresą ir elgiasi įvairiai - vieni būna įsitempę, dirglūs, apatiški, kiti agresyvūs, judrūs; vieni chaotiškai bėgioja po patalpas, mēto daiktus, kiti susigūžia ir slepiasi kamputyje.

Pamažu vaikas ima jaustis drąsiau, gali nebijodamas vis labiau atsitraukti nuo mamos, tyrinėti aplinką, žaislus, daiktus, stebėti vaikus, kitus suaugusiuosius, užmegzti emocinį kontaktą. Tai gali trukti apie penkias dienas, mėnesį, du ar net pusę metų. Sėkmingas ar nesėkmingas prisitaikymas gali lemti ugdymo rezultatus, tai, kaip toliau klostysis vaiko santykiai su aplinka.

Yra keli pagrindiniai požymiai, kurie gali parodyti, ar vaikas prisitaiko prie aplinkos. Tam reikia atsakyti į tam tikrus klausimus:

1. Ar vaikas jaučiasi saugiai?
2. Ar bendrauja su kitais vaikais?
3. Ar nebijo suaugusiųjų, bendrauja su jais?
4. Ar orientuojasi patalpose, kiek leidžia jo galimybės?
5. Ar ima daiktus, žaislus ar bent kiek jais domis?

Nieko tokio, jei pradžioje atsakoma į keletą klausimų neigiamai. Tačiau svarbu stebėti vaiką pora mėnesių ir susirūpinti, jei, tiek laiko vaikui pabuvus naujoje aplinkoje,

vis dar atsakoma į kurį nors klausimą neigiamai.

Pirmomis dienomis dažniausiai lopšelinukai patiria šių sveikatos problemų:

- ✓ sutrinka apetitas;
- ✓ blogai miega;
- ✓ padidėja nervų sistemos jautrumas;
- ✓ sutrinka emocinė būseną;
- ✓ dažnai šlapinasi;
- ✓ praranda imunitetą.

Šie sutrikimai laikini, užtrunka keturias penkias dienas.

Orientuojantis į vaiką ir jo adaptaciją ikimokyklinio ugdymo įstaigoje, svarbu atsižvelgti į jo unikalumą, neslopinti jo iniciatyvumą, puoselėti visapusišką asmenybę.

Jei norite geriau pažinti vaiką, suprasti, kaip jis prisitaiko aplinkoje, atrasti ir pažinti jo individualius asmenybės raidos ypatumus, galite stebėti tokius adaptacijos požymius:

- ✓ Elgesio ypatybės - kaip vaikas elgiasi, ką veikia, kai jam suteikta laisvė;
- ✓ Koks bendravimo atstumas, t.y. kokia bendravimo distancija jam yra priimtina;
- ✓ Kaip reaguoja į bendravimą su kitais, t.y. kaip vaikas reaguoja į kalbinimus, bandymą prisiartinti, kvietimą žaisti;
- ✓ Kaip elgiasi su žaislais;
- ✓ Kaip kalba - svarbu įvertinti jo sugebėjimus ir atkreipti dėmesį, ar kalba su suaugusiais, kitais vaikais.
- ✓ Stebėti kaip vaikas reaguoja į stresą ir kaip - į džiaugsmingus įvykius.



Rekomendacijos tėvams

- ✚ Pirmą kartą apsilankę lopšelyje-darželyje paprašykite, kad auklėtoja parodytų, kur vaikas praleis dienas, papasakotų apie saugumą, sveikatos ir higienos procedūras ir paaiškintų, kokių taisyklių laikomasi maitinant, pratinant naudotis tualetu ir guldant miegoti.
- ✚ Būtinai informuokite lopšelio-darželio darbuotojus apie vaiko sveikatos būklę, jo vystymosi eigą, pomėgius.
- ✚ Nepalikite savo vaikučio įstaigoje slapčiomis ir neatsisveikinę.
- ✚ Būkite draugiški ir ryžtingi atsisveikinant.
- ✚ Pasakykite vaikučiui, kada ateisite jo pasiimti, išaiškindami tai jam suprantama kalba.
- ✚ Pažadėję ateiti pasiimti sutartu laiku laikykitės žodžio, tokiu būdu įgysite savo vaikučio pasitikėjimą, jis bus ramus saugus laukdamas, kada jį pasiimsite.
- ✚ Aptarkite su vaikučiu ką nuveiksute sugrįžę iš darželio.

O jei vaikutis nenori grįžti į darželį.....

Nenoras eiti į darželį greičiausiai turi konkrečias priežastis, kurias vargiai sužinosite, klausdami pačių vaikų. Dėl to **reikia atidžiau stebėti vaikučio elgesį, žaidimus, piešinukus, kurie gali atskleisti, su kuo yra susijęs jų nenoras.**

Vakarais skirkite bent pusvalandį pažaisiti kartu su vaikučiu visai jam

nevadovaudami, tiesiog būdami šalia, darydami tai, ką vaikas inicijuoja. Taip galėsite geriau pamatyti, kokiomis baimėmis ar norais šiuo metu gyvena vaikas.

Pokalbis. Suaugusio vaidmuo yra būti šalia, stebėti, kartais pakartoti vaiko žodžius, galima pasidomėti ką jis daro, jei vaikas žaidžia tyloje. Jei aiškiai matote kokios nors emocijos išraišką, galite pasakyti, pavyzdžiui: „Matau, kad tas meškiukas labai supyko ant kiškiuko“ arba „Panašu, kad šitas mašinos vairuotojas labai liūdnas, nes su juo niekas nedraugauja“. Jei matote, kad skleidžiasi kitas koks nors vaiko jausmas, pavyzdžiui, pyktis yra nukreiptas jums, taip pat jį priimkite: „Man atrodo, kad tu ant manęs pyksti“, tačiau nepulkite klausinėti, kodėl. Svarbu, kad jūsų vaikas pademonstruotų jam skaudžią situaciją, o tuo pačiu ir atrastų geriausią jos sprendimą.

Piešimas. Jei pasirinksite piešimą, tuomet paklauskite ką jis šiandien nori piešti. Jei vaikas atsakys, jog nežino, tuomet pasiūlykite jam nupiešti savo dieną. Kai vaikas nupiešia, svarbu paklausinėti ką jis nupiešė, ką veikia, sako ar kaip jaučiasi piešinyje esantys daiktai, gyvūnai, žmonės, ko jie norėtų, kas jiems nepatinka. Jei vaikas išsako, kad koks nors veikėjas turi problemų, tuomet galite paklausti, o kas jam gali padėti arba, o ko jam reikėtų. Taip vaikas gali netiesiogiai pasakyti apie savo lūkesčius.

Pasakų skaitymas. Jūs galite sukurti pasaką, kurios pradžia būtų panaši į jūsų vaikučio situaciją. „Vieną kartą gyveno metų vaikiukas, kuris lankė darželį. Jam labai patiko kiekvieną rytą eiti ten. Jis žaisdavo su vaikais, piešdavo, dainuodavo,

šokdavo. Tačiau vieną dieną įvyko kažkas, dėl ko vaikiukui darželis tapo visai nemielas“. Tiek pasekę galite klausti: „Gal galėtum sukurti, kas nutiko berniukui?“ Jei jūsų vaikutis papasakoja, tuomet tai yra informacija, kaip jis mato situaciją. Jei ne, jūs patys galite pratęsti, kiek žinote. Papasakojusi apie tai, jog vaikiukui labai liūdna eiti į darželį, galite klausti, o kas vaikučiui padėtų jaustis geriau, ko jis norėtų? Ką jūsų vaikutis pasiūlytų vaikiukui daryti, kad darželis atrodytų linksmesnis? Tada galima paklausti, ar jam kartais taip būna ir ar jam padėtų tai, ką jis pasiūlė.

Pokalbis su auklėtoja. Pabandykite kuo aiškiau ir vengiant bet kokių kaltinimų išsakyti savo pasimetimą ir norą suprasti, su kuo susijęs toks vaikučio elgesys. Paklauskite ir to, kaip vaikutis jaučiasi pasilikęs darželyje. Ar sunkiai išgyvena tik išsiskyrimą, ar ir likusią dienos dalį liūdi. Iš to taip pat bus aiškiau, kur slypi problema.

Jei pavyks bent kiek apčiuopti priežastis, bus lengviau rasti tinkamus sprendimus. **Svarbu vaikučiui įvardinti, jog į darželį vis vien reiks eiti, tačiau jūs galite jam padėti vėl prie jo priprasti.** Jūs galite sudaryti savaitės išibėgėjimo planą.

Visgi vienas svarbiausių dalykų yra tėvų nusiteikimas. Kuo didesnę baimę ir pasimetimą išgyvena tėvai, tuo stipriau jį patirs ir vaikutis. Žinodamas, jog tėvai jaučia, kad jį paliko saugiose ir patikimose rankose bei aplinkoje, vaikas jaučiais ramus.



LOPŠELIS – DARŽELIS „PILAITUKAS“

Aš jau darželinukas

Noriu kad žinotumėt, jog adaptacija darželyje man gali būti labai skausminga. Priežastį tam daugybė – aplinkos ir sąlygų pasikeitimas; svetimi suaugusieji, daugybė vaikų, nauja dienvartė ir t.t. Todėl į visa tai galiu sureaguoti labai audringai!



2022 m.