

SĖKMINGA ĮVEIKA

Adaptacija sėkminga, jei:

Vaikas jaučiasi saugiai darželyje;

Vaikas bendrauja su kitais grupės ugdytiniais;

Vaikas nebijo suaugusiųjų, bendrauja su jais;

Vaikas gana gerai orientuojasi patalpose (kiek leidžia jo galimybės);

Vaikas žaidžia su žaislais, domisi aplinkoje esančiais daiktais.

Kaip nevertėtų elgtis?

Neišeikite, kol vaikas nemato (galite sugriauti pasitikėjimą ir kelti baimę, kad tai pasikartos).

Nežadėkite vaikui to, ko negalėsite išpildyti.

Negąsdinkite vaiko darželiu.

Nebauskite, nebarkite vaiko, jei jis verkia ar nenori eiti į darželį.

Nekritikuokite ugdymo įstaigos, kai vaikas jus girdi.

✿ KOMUNIKACIJA

Tėvų ir pedagogų bendradarbiavimas yra būtinas veiksnys užtikrinant sklandžią vaiko adaptaciją darželyje. Reguliarus informacijos keitimasis, susitarimai bei pasitikėjimas padeda sukurti vaikui saugią ir nuoseklią ugdymo aplinką.

Todėl, susipažinkite ir bendradarbiaukite su vaiko mokytojomis bei drąsiai užduokite išsylančius klausimus.

Nebijokite patarimų klausti įstaigos švietimo pagalbos specialistų (psichologės, socialinės ar specialiosios pedagogės, logopedės).

Su įstaigos psichologe galima susisiekti:

El. p. gabriele.kosovskyte@zelmeneliai.vilnius.lm.lt



ADAPTACIJA DARŽELYJE

Parengė:
psichologė Gabrielė Kosovskytė

✿ Pirmosios patirtys

Darželio lankymo pradžia – reikšmingas ir kartais nelengvas etapas tiek ugdytiniui, tiek jo tėvams. Pradėjus lankyti darželį pasikeičia vaiko gyvenimo sąlygos, jis turi atsakyti savo dienos režimo ir prisitaikyti prie ugdymo įtaigoje nustatytų taisyklių. Be to, pakinta vaiko santykiai su aplinkiniais, statusas. Tokie pasikeitimai vaikui kelia stiprų stresą bei įtampą.

Adaptacijos laikotarpiu gali: sutrikti vaiko miegas, apetitas, pasikeisti emocinė būsena, pasireikšti pykčio, susierzinimo priepuoliai, įvykti įgūdžių regresas.

ADAPTACIJOS TRUKMĖ

Adaptacijos trukmė yra **individuali**, ji gali skirtis priklausomai nuo vaiko ankstesnės patirties, temperamento, jautrumo ar darželio aplinkos. Ji gali užtrukti nuo kelių savaičių iki 2 mėnesių, tačiau kartais šis laikotarpis gali užtrukti 3-6 mėnesius.



✿ Galimi iššūkiai

EMOCINIAI

Atsiskyrimo nerimas. Neretai, kai reikia atsiskirti nuo tėvų, vaikai pradeda jausti atsiskyrimo nerimą. Tai natūrali reakcija, kuri leidžiant laiką naujoje aplinkoje palaipsniui mažėja.

Nesaugumo jausmas. Įvairūs pokyčiai ir nežinomybė gali vaikui sukelti nesaugumo jausmą. Jis gali pasireikšti agresyviu elgesiu, užsisklendimu arba atsisakymu dalyvauti grupinėse veiklose.

SOCIALINIAI

Draugų paieška. Vaikui gali būti sunku susirasti draugų ar prisitaikyti prie grupės. Reikia laiko, kol vaikas išmoksta bendrauti, dalintis, bendradarbiauti bei spręsti konfliktus.

Bendravimas su mokytojais. Vaikui reikia laiko priprasti bei pradėti pasitikėti naujais žmonėmis, kurie tampa atsakingi už jo priežiūrą.

PRAKTINIAI

Nauja rutina. Vaikui gali būti sunku priprasti prie naujos dienos rutinos bei taisyklių, kurios gali skirtis nuo taikomų namuose.

Savarankiškumo ugdymas. Darželyje vaikai mokosi būti savarankiškais (patys apsirengti, pavalgyti ir pan.). Jei vaikas dar nėra tam pasiruošęs, šiame procese gali kilti iššūkių.

✿ Kaip padėti?

Pasiruošimas. Prieš pradėdant lankyti darželį galite pradėti vaiką ruošti emociškai: kalbėkitės apie tai, kas jo laukia darželyje, kokiomis veiklomis užsiims, ko išmoks, kokia bus dienotvarkė ir pan. Tačiau pasakojimai neturi būti perdėtai optimistiški, nereikia bijoti užsiminti, jog kartais vaikai darželyje susipyksta, kad vaikas gali ilgėtis tėvų ir pan. Taip pat palaipsniui pradėkite ugdyti vaiko savarankiškumo įgūdžius.

Rutinos kūrimas. Susipažinkite su darželio dienotvarka ir pamažu pertvarkykite savąją taip, kad ji būtų kuo artimesnė darželio. Stabilios ir suderintos dienotvarkės turėjimas gali padėti vaikui jaustis saugiau.

Atsisveikinimas. Stenkitės atsisveikinti kuo trumpiau (pvz., apsikabinti, pabučiuoti ir išeiti) bei venkite pakartotinių atsisveikinimų. Taip pat į grupę geriau vaiką vesti tam žmogui, su kuriuo mažylis lengviau išsiskiria.

Palaikymas ir kantrybė. Stenkitės būti ramūs ir pozityvūs, palaikykite vaiką ir kantriai priimkite jo emocijas. Papasakokite vaikui, ką veiksate jūs, kol vaikas bus darželyje.

Nuoseklumas. Bent 2-3 savaites darželį lankykite nuosekliai, stenkitės nedaryti ilgų pertraukų.