

Kodėl svarbu atkreipti dėmesį į tai, kaip vaikui sekasi prisitaikyti naujoje socialinėje aplinkoje?

Pirmieji penkeri vaiko gyvenimo metai yra patys svarbiausi – šiuo laikotarpiu susiformuoja kiekvienos asmenybės pagrindas. Įgyta patirtis, įveikti iššūkiai turi įtakos tolimesniam žmogaus formavimuisi. Darželis – ypatinga vieta, kur gimsta draugystė, formuojasi vaikų savireguliacija, socialiniai ir kognityviniai įgūdžiai. Vis dėlto atėjus į darželį pirmą kartą - baimės ir nerimo būna daug daugiau nei smalsumo. Taip pat svarbu pastebėti, kad prie darželio įpratusiems vaikams grįžti po vasaros ne visada yra paprasta. Tad prisitaikyti prie naujos aplinkos ar po vasaros sugrįžti į senąją – natūralu, kad vaikui gali būti sudėtinga.

Kas gali padėti vaikui pasirasti prie darželio?

- 1. Tvirtas, ramus, užtikrintas tėvų nusiteikimas.** Tai, ką Jūs jaučiate – jaučia ir Jūsų vaikai. Todėl pradžioje turite patys jaustis pasiruošę leisti vaiką į darželį. Jei mėginsite paslėpti savo emocijas, vaikas vis tiek gali pajauti ir perimti Jūsų nerimą, liūdesį ar baimę. Tad nepamirškite, kuo ramiau jausitės Jūs – tuo ramiau jausis ir vaikas.
- 2. Saugumo suteikiantis daiktas.** Jeigu į darželį įžengiate pirmą kartą – bet koks vaikui brangus žaislas ar medžiagėlė gali sumažinti jaučiamą nerimą.

- 3. Pasiėmimas iš darželio anksčiau.** Vaikui pirmomis dienomis darželyje gali būti sunku išbūti visą darbo dieną. Nauji veidai, žaislai, taisyklės – viskas reikalauja jėgų. Pratinant po kelias valandas - vaikas jausis saugiau, sulauks mažiau aplinkos stimulų, ne taip greit pavargs, todėl jausis geriau.
- 4. Susitarimai ir savo žodžio laikymasis.** Tėvai prieš atveddami vaiką į darželį, gali susitarti, kada jį pasiims. Papasakoti, ką vaikas veiks: „pabūsi ryto rate, tuomet pažaisi, išėisi į lauką, grįši, pavalgysi, pamiegosi – ir tada aš ateisiu tavęs pasiimti“. Svarbu, kad tėvai laikytųsi savo žodžio ir ateitų sutartu laiku.
- 5. Trumpas atsisveikinimas, ritualo sukūrimas.** Tai, kad tėvai atsisveikina greitai ir užtikrintai – įkvepia ryžtingumo ir vaikui. Pats atsisveikinimas labai svarbus, tuomet vaikas supranta, kad mama arba tėtis jau išeina. Neišeikite neatsisveikinę, nes vaikas gali nustepti, pagalvoti, kad dingote. Sugalvotas ritualas taip pat suteikia saugumo – kiekvieną kartą atsisveikindami galite apsikabinti, pasibučiuoti, o galbūt susikursite savo, unikalų ritualą.
- 6. Veiklų atkartojimas namuose.** Vaikui lengviau įsitraukti į veiklas darželyje, jeigu jo ritmas namuose yra panašus. Pasistenkite vesti miegoti pietų miego tuo pačiu laiku. Kuo rutina bus panašesnė – tuo darželyje bus lengviau. Pasistenkite mokytis to, ką daro vaikai darželyje: užsirišti batus, apsirengti, plauti rankas ir pan.

- 7. Socializuokite vaiką.** Prieš darželį vaikui svarbu, kad jis susidurtų su nepažįstamais žmonėmis, kad mokytųsi bendravimo žaidimų aikštelėse, gimtadieniuose, miesto šventėse – tokiose vietose vaikas mokosi ne tik nebijoti kitų žmonių, tačiau taip pat pripranta prie didesnių grupių.
- 8. Laikykitės stabilumo.** Jeigu pastebite, kad vaikas jau prisitaikė prie darželio lankymo – pasistenkite nedaryti ilgų pertraukų. Jei po trijų mėnesių adaptacijos išvažiuosite kelioms savaitėms atostogų – grįžus adaptaciją, galimai, teks pradėti iš naujo.

Adaptacijos metu tėveliams tenka apsišarvuoti kantrybe. Tačiau anksčiau ar vėliau, ateina diena, kai darželis tampa ne baubu, o draugu. Bendradarbiaukime, kad ši diena ateitų greičiau.



Psichologo asistentės

Brigitos Grabažienės darbo laikas:

I 12:30 – 17:30

II 8:00 – 12:30

III 8:00 – 17:30

V 8:00 – 17:30

Kontaktinis telefono numeris:

+37063621072

**KĄ DARYTI, KAD
DARŽELIS BŪTŲ DRAUGAS,
O NE BAUBAS?**

Informacija tėvams



Parengė:

Brigita Grabažienė

Garliavos lopšelio-darželio „Obelėlė“
psichologo asistentė