



Mieli Tėveliai,

Štai ir artėja ruduo, Jūsų vaikučių naujo gyvenimo etapo pradžia.

Ruduo Vilniaus lopšelyje – darželyje „Užupiukas“ visada ypatingas ir kupinas emocijų laikotarpis. Šalia džiugių naujovių pojūčio visada jaučiamas nerimas – kaip seksis mažiesiems naujiesiems mūsų darželio lankytojams? Kaip seksis šį naują gyvenimo tarpsnį išgyventi tėveliams, o ir mums, darželio pedagogams, specialistams, personalui?

Siekdami palengvinti vaikučių ir jų šeimų adaptacijos laikotarpį, norime pasidalinti mintimis, patirtimi bei pasiūlymais.

VAIKO ADAPTACIJA VILNIAUS LOPŠELYJE – DARŽELYJE „UŽUPIUKAS“

2017

Adaptacija—vidinė vaiko būsena, kurioje ir individualūs poreikiai, ir aplinkos reikalavimai visiškai patenkinami. Tai harmonijos tarp vaiko ir aplinkos būklė.

Adaptacijos trukmė

Tėvams svarbu žinoti, kad adaptacijos laikotarpis kiekvienam vaikui trunka nevienodai. Kiekvienas mažylis yra unikalus, skirtingai reaguoja į aplinkos pokyčius, tad ir jo prisitaikymo laikotarpis gali skirtis nuo kitų grupę

Emocijos, elgesys

Pradėjęs lankyti darželį vaikas gali būti jautrus, nerimastingas, dirglus, įsibaiminęs, sunkiau atsiskirti nuo tėvų net ir gerai pažįstamoje aplinkoje, gali pasireikšti pykčio protrūkių, sumažėti apetitas, sutrikti miegas, vaikas gali imti šlapintis į lovą. Reikėtų atkreipti dėmesį į pasikeitusį elgesį, jei buvęs ramus

lankančių vaikų. Vieni apsipranta per kelias dienas, kitiems vaikams reikia mėnesio, dviejų ar net pusės metų.



vaikas staiga tapo irzlus arba, atvirkščiai, užsisklendė savyje, nors paprastai yra atviras. Suerimti būtina, kai prisitaikymo laikotarpis pernelyg ilgai užsitęsia ir pasireiškia aiškių simptomų (pykinimas, pilvo, galvos skausmai, nemiga, apatija), vaikas išsekęs, nesusitvarko su

esama situacija. Kai nerimas trunka kelias savaites, nepraeina įprastai raminant (glostant, myluojant ar būnant šalia), vertėtų pasikonsultuoti su specialistais.



Ligos

karščiavimą organizmas pašalina visą susikaupusį stresą. Būdamas namuose vaikas atgauna tiek fizines, tiek emocines jėgas, todėl organizmas periodiškai gali

Atėję iš naminės terpės jie susiduria su daugybe skirtingų imuninių sistemų. Ir trečia, nuo vaiko patiriamo streso imuninė sistema apskritai tampa silpnesnė, todėl daug jautriau gali reaguoti į pačius menkiausius temperatūros ar virusinės-bakterinės terpės pokyčius.

Adaptacijos laikotarpiu (ir apskritai – pirmaisiais metais) vaikai daug serga. Per ligą,

„pasiprašyti“ tokių pertraukėlių. Sirgti vaikai gali ir tik dėl fiziologinių priežasčių.

**„Kuo ramiau
jaučiasi
tėveliai
vaiko
adaptacijos
laikotarpiu–
tuo lengviau
vaikui”**

Rekomendacijos

Įsitikinkite, ar tikrai esate pasiruošę išleisti savo atžalą į darželį. Praktika rodo, kad pusę vaiko adaptacijos sėkmės lemia, ar tinkamai patys tėvai buvo pasiruošę naujam vaikų gyvenimo etapui. Kuo labiau jie apsvarstę

šį žingsnį, įsitikinę, kad jis būtinas jų vaiko raidai, kuo sąmoningiau renkasi darželį ir auklėtojas, tuo ramiau jie jaučiasi ir reaguoja į sunkias pirmąsias savaites darželyje. Kuo ramiau jaučiasi tėvai – tuo lengviau vaikui, tuo

saugesnis jis jaučiasi sunkiu jam laikotarpiu.

Pasitikėkite darželyje dirbančiais pedagogais ir ugdymo programa, pagal kurią jie ugdyt Jūsų vaiką.



Venkite išankstinės neigiamos nuostatos (gal mano vaiką skriaus, blogai

prižiūrės, susargdins...). Turėkite teigiamą

požiūrį, nes nuo jo priklausys Jūsų vaiko nusiteikimas lankyti darželį. Tai svarbu ir pedagogų emocijų kokybei.

Įvairius vaiko gyvenimo, elgesio, maitinimosi

klausimus su auklėtoja aptarkite vaikui negirdint.

Neaptarinėkite šeimoje, su draugais vaiko elgesio, jo reakcijos į aplinkos pasikeitimą vaikui girdint.

Vilniaus lopšelyje-darželyje „Užupiukas“ taikomas penkių dienų „susipažinimo“ su lopšeliu- darželiu planas (rekomendacinio pobūdžio)

Prieš leisdami vaiką į darželį, nuteikite jį būsimiems pasikeitimams.

Apsilankykite su mažyliu grupėje, susipažinkite su lopšelio—darželio aplinka, dienotvarkę, auklėtoją, pabūkite kartu.

Pirma diena: vaikas kartu su tėvais ateina prieš prasidedant Ryto rato veiklai ir kartu praleidžia lopšelyje-darželyje apie 1-2 val.

Antra diena: vaikas kartu su tėvais praleidžia pusę dienos.

Trečia diena: tėvai, atėję su vaiku, pabūna pusvalandį ir palieka vaiką kelioms valandoms.

Ketvirta diena: tėvai, atėję su

vaiku, pabūna pusvalandį ir palieka vaiką pusei dienos.

Penkta diena: tėvai, atėję su vaiku, atsisveikina ir palieka vaiką pusei dienos / visai dienai.



„Ašaros ir liūdesys yra normali vaiko reakcija į išsiskyrimą su jumis naujoje aplinkoje“

Išsiskiriant svarbu, kad artimieji atsisveikintų su vaiku. Jie niekada neturi išeiti slapta.

Būkite draugiški, linksmi ir ryžtingi atsisveikindami. Nerodykite vaikui savo nerimo, kaltės ir ašarų. Nežadėkite vaikams to, ko negalite ištesėti,

pvz.: pasiimti jį prieš pietų miegą ar praleisti su juo visą dieną darželyje.

Atsisveikinimas turi būti trumpas. Galite susigalvoti kokią ypatingą atsisveikinimą, tarkim, pamojuoti pro langą, vaikams tai labai patinka. Ašaros ir liūdesys yra normali

vaiko reakcija į išsiskyrimą su jumis naujoje aplinkoje. Dažnai tai praeina netrukus po to, kai durys užsidaro ir vaikas užsiima veikla.

Dažnai artimieji sunkiai išsiskiria su savo vaiku, net ir kelioms valandoms. Juos apima kaltės jausmas, nerimas, nepasitikėjimas žmonėmis, kuriems paliekamas vaikas. Artimųjų nerimas išsiskiriant su vaiku gali apsunkinti jo adaptaciją

naujoje aplinkoje. Jei palikę vaikutį labai nerimaujate, jums sunku dirbti, vis galvojate kaip jam sekasi, paskambinkite grupės pedagogams ir sužinosite, kaip jaučiasi jūsų vaikas.



Jei norime padėti vaikui greičiau pritaipyti grupėje, reikėtų atsižvelgti į jo poreikius. Įduokite mažyliui mielą daiktą iš namų, pavyzdžiui, nuotrauką, kurią darželyje jis saugos aplanke ir panorėjęs galės pasižiūrėti. Mažyliams labiausiai patinka pliušiniai gyvūnėliai ir marliukai, kvepiantys namais. Duokite vaikui tai, ką jis mėgsta. Namų daiktas jam suteiks saugumo, kai bus neramu, padės nurimti.

Sėkminga adaptacija

Adaptacija darželyje sėkminga, kai vaikas ima pasitikėti auklėtoja, noriai pasilieka, žaidžia su vaikais, dalyvauja ugdomojoje veikloje, miega. Sunkioje situacijoje, ištikus nesėkmei nori būti auklėtojų guodžiamas ir raminaamas.



Kartais nutinka taip, kad vaikai susiduria su sunkumais, kurių nepajėgia įveikti patys ir tėvų pagalbos nepakanka. Lopšelyje-darželyje dirba psichologas, kuris stebės Jūsų vaikučius jų adaptacijos laikotarpiu ir padės spręsti iškilusius sunkumus

