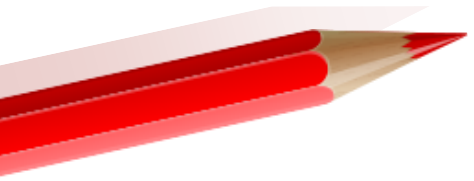


SĒKMINGA VAIKO ADAPTACIJA DARŽELYJE



ADAPTACIJA – IŠŠŪKIAI,
SUNKUMAI IR PROBLEMOS.

Adaptacija – tai gebėjimas
prisitaikyti prie išorinės aplinkos
sąlygų ir prie jų priprasti.



Kas turėtų būti padaryta iki atvedant vaiką į darželį?

- Tvirtai apsispręsta lankyti darželį;
- Susitaikyta su ilgesniu išsiskyrimu su vaiku;
- Pasitikėta ugdymo įstaigos programa ir personalu;
- Pabendrauta su šią įstaigą lankiusiais tėveliais, kurių vaikai sėkmingai įveikė šį laikotarpį;
- Atsiminti, kad nuo tėvų nuostatos lankyti darželį, priklauso ir vaiko nusiteikimas;
- Lydint vaiką į darželį nusiteikti linksmi ir entuziastingai;
- Prisiminti, kad prie bet kokių permainų priprantant, reikalingas laikas.



Kas labai palengvintų adaptaciją?



- Palaipsninis pasiruošimas, kuris labai aiškiai nusakomas (kai kris lapai nuo medžių ateis ruduo ir eisime į darželį pas draugus);
- Paaiškinimas, kad mamai ir tėčiui reikės į darbą;
- Palaipsninis vaiko dienos režimo keitimas į panašų kaip ir ugdymo įstaigoje.

Kas apsunkina adaptacinį laikotarpį?

- Atsisveikinimas su vaiku keletą kartų;
- Ilgi pokalbiai su vaiku prieš einant į grupę;
- Stovėjimas ir vaiko stebėjimas;
- Skubėjimas ir chaosas kada atsisveikinimo ritualas nutraukiamas;
- Apgailestavimai „man labai gaila, bet turiu eiti“ (vaikas supranta kaip bausmę);
- Atsiprašymai „atsiprašau, bet tu turi čia likti“ (supranta kaip nemalonią vietą kur jam/jai reikia likti);
- Paguoda „nebijok“ (gal visgi yra ko bijoti?)



- Vaiko skubinimas Bauginimas „jei neisi į grupę, paimsiu meškiuką“ Melas „mama nueis paimti kažką iš automobilio“ – tai reiškia, kad vaikas liūdės, ims nepasitikėti mama ar tėčiu ir dar labiau bijos darželio;
- Išėiti neatsisveikinus (vaikui supratus, kad tėvų nėra, jis dar labiau jau baimę ir nerimą);
- Nesilaikymas duoto žodžio (vaikas pradės nebepasitikėti ir netikėti tėvais).

Sunkumai, su kuriais susiduriama:

- Verkimas;
- Pietų miegas;
- Sergamumas;
- Emociniai sunkumai;
- Enurezė (nevalingas šlapinimasis);
- Miego sutrikimai;
- Atsiskyrimas;
- Rytinis kėlimasis;
- Nenoras eiti į darželį.

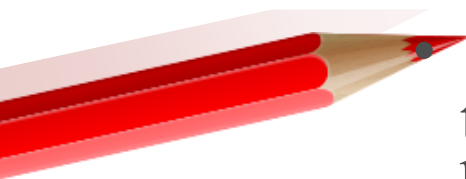


- Didžiausią klaidą daro tie tėvai, kurie iš anksto „žino“ kaip jų vaikas jausis pirmąsias dienas darželyje. Vieni galvoja, kad jų vaikas labai socialus ir iškart susidraugaus su vaikais. Šiuo atveju tėvai būna nepasiruošę vaiko ašaroms ir pasipriešinimui. Jie nustemba ir išsigąsta tokios reakcijos. Kiti – kad jų vaikas labai jautrus ir iš anksto pradeda gailėti ir perdėtai globoti.

Kiek laiko vyksta adaptacija?



- Lengva adaptacija 2-4 savaitė; Sunkesnė – ilgiau nei mėnesį; Sunki – iki trijų mėnesių.
- Ir visai nesvarbu, kaip tėvai paruošė vaiką darželiui: kiekvienas patiria stresą, nerimą, liūdesį, nes reikia išsiskirti su tėvais, artimiausiais žmonėmis.
- Pirmiausia reikia nusiraminti tėčiams ir mamoms, nes jų nerimas betikslis, bet vaikui turi didelę reikšmę ir stengtis suteikti kuo ramesnę aplinką namuose.
- Mamos ir tėveliai turi bendrauti pagarbiai, mandagiai ir tartis bet kuriuo klausimu, nes viskas daroma tik vaiko labui.
- Ugdyti savarankiškumą ir auklėti – pirmiausia tėvų pareiga.



Vaiko adaptacijos darželyje procesas vyksta keliais etapais

- Pirmasis etapas – netinkamo prisitaikymo laikotarpis. Kad ir kaip tėvai ruošų vaiką darželiui, iš pradžių jie vis tiek bus streso ir nuolatinės įtampos būsenoje. Vaikui sunku išsiskirti su tėvais, jis dažnai verkia ir kelia pykčio priepuolius. Juos gali pradėti kamuoti dažnai pasikartojančios peršalimo ligos.
- Antrasis etapas – adaptacijos laikotarpis. Psichikos apsauginiai mechanizmai įjungiami į budėjimo režimą, vaikas pradeda bendrauti su mokytoju ir kitais vaikais, dalyvauja žaidimuose, tačiau vis dar pasiilgsta tėvų ir dažnai apie juos teiraujasi. Šiuo etapu vaikas dar tik pradeda priprasti prie naujų taisyklių, todėl gali jas pažeisti ir atsisakyti vykdyti kai kuriuos mokytojo reikalavimus.
- Trečiasis etapas - kompensacinis etapas. Adaptacijos procesas eina į pabaigą, vaikas pripranta prie savo grupės ir mokytojų, prie naujo tvarkaraščio ir ramiai leidžia su tėvais visą dieną. Jų emocinė būseną tampa stabilesnė, o fiziologiniai rodikliai pasiekia normą

Prieraišumo sindromas – svarbus emocinis ryšys

- Jei tinkamai reaguojama į vaiko emocijas, jis tinkamai auginamas (prižiūrimas, maitinimas, raminaamas), be abejo, jis augs emociškai stabilesnis, ramesnis ir saugesnis ir lengviau atsiskirs nuo tėvų.
- Jei namuose aplinka nerami, nesaugi ir nestabili – vaikas augs nerimastingas, nesaugus ir baikštus ir be abejonės daug sunkiau atsiskirs nuo tėvų ir blogiau jausis naujoje aplinkoje.



Sėkmingo prisitaikymo taisyklės

1 taisyklė.

Iš anksto susipažinkite su darželio darbuotojais ir susipažinkite su tvarkaraščiu bei sąlygomis.

2 taisyklė.

Vaikų adaptacija darželyje turi vykti žiemą arba vasarą, kad sumažėtų infekcinių ligų rizika.

3 taisyklė.

Skiepai, medicininiai tyrimai ir kiti apsilankymai pas gydytojus turi vykti griežtai prieš vaikui pradėdant lankytis darželį.

4 taisyklė.

Iš pradžių vaikas darželyje turėtų pabūti 1-2 valandas. Gali būti gerai, jei šis laikas sutaps su rytiniu pasivaikščiojimu

5 taisyklė.

Būtina palaipsniui ilginti vaiko buvimo darželyje laiką, atsižvelgiant į mokytojos rekomendacijas

6 taisyklė.

Jei vaikas serga, turi likti su juo namuose.

7 taisyklė.

Turite įspėti mokytoją apie visus vaiko elgesio ypatumus, jo įpročius ir pomėgius.

8 taisyklė.

Pasiimdami vaiką namo, būtinai paklauskite mokytojos, kaip vaikas elgėsi per dieną. Jei Jūs laikysitės šių taisyklių, jos gerokai palengvins vaiko adaptacijos darželyje laikotarpį.

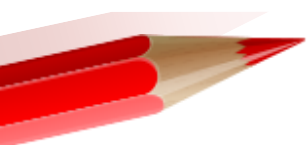
Jauniausias amžius 2-3 metai

Patekęs į naują aplinką vaikas:

- Patiria didžiulį stresą
- Per prisitaikymo laikotarpį pakinta beveik visos vaiko sistemos
- Atsiranda įgūdžių regresija (vaikas laikinai pamiršta tai, ką gerai mokėjo laikyti šaukštą ir kt. įgūdžius)
- Pablogėja miegas, apetitas
- Vaikas atrodo prislėgtas, neenergingas, dažni pykčio priepuoliai, liūdnas ir t.t.
- Neįmanoma nuspėti kiek truks adaptacijos laikotarpis. Tai priklauso nuo vaiko temperamento, patirties naujose situacijose, santykių su tėvais tipo, mokytojų jautrumo ir kompetencijos ir vaikų skaičiaus grupėse. Jauniausio amžiaus vaikams sunkiausia prisitaikyti, nes veikia prieraišumo sindromas, kuris šiame amžiuje ypatingai stiprus.



Prieraišumo sindromas



Prieraišumas – svarbus emocinis vaiko ryšys su motina ar kitu jį prižiūrinčiu asmeniu (Bjorklund ir Blasi (2012)). Kūdikis prie mamos prisiriša nuo gimimo (kūdiko žindymas, širdies plakimas, prisiglaudimas ir t.t.) tai pojūčiai, kurie suteikia saugumo jausmą. Vaiko saugumas ir pasitikėjimas jį supančiu pasauliu, kurį išugdo pareigingą ir mylinti motina yra kertiniu tolesnės asmenybės plėtotės akmeniu. Vaikas savo prierašumą stengiasi demonstruoti būdamas arčiau motinos ar tėvo (stengiasi apkabinti jų kojas, sekti iš paskos ir kt.). Prieraišumo jausmas yra įgimtas ir būtinas vaiko raidos formavimuisi. Šis jausmas atsiranda taip pat prie aplinkos ir daiktų, kurie supa vaiką. Kuo vaikas jaučiasi saugesnis, tuo labiau domisi jį supančia aplinka. Vaikas puikiai moka vertinti savo galimybes – kuo labiau jis išmoksta pats, tuo labiau atsiskiria nuo mamos. Galiausiai atsiranda žodžiai „aš pats“.

Trimetis

Šio amžiaus vaikai atkakliai viską nori atlikti savarankiškai, todėl nesavarankiškam vaikui adaptacinis laikotarpis gali pasunkėti, jeigu savarankiškumo trūksta arba jo visai nėra. Dažnai pabunda po baisaus sapno verkdami. Pasitaiko įvairių baimių – tai vienas iš trimečiui vaikui būdingų amžiaus tarpsnio ypatumų nesusijusių su adaptacija.

Keturmetis

Svarbu kuo greičiau prisitaikyti prie dienos tvarkės, laikytis grupės taisyklių - Susirasti žaidimo draugų - Mokėti paprašyti pagalbos kai jos reikia Dar svarbu: - Padėti daiktus į vietą - Įgyti vis daugiau savarankiškumo įgūdžių - Susirasti kuo daugiau žaidimo draugų - Pasitikėti grupės pedagogais.

Penkiametis Šešiametis

Svarbu kuo greičiau rasti draugų ir bendrų užsiėmimų
Svarbu prisitaikyti prie esamos situacijos – savitvarka,
pomėgiai, veiklos Svarbu turėti vieną ar du pastovius
draugus. Svarbu bendrauti su visais grupės draugais ir
mokytojomis. Svarbu įsijungti į visus užsiėmimus ir
veiklas. Svarbu kuo greičiau pradėti reikšti savo nuomonę ir
išsakyti problemas ir nerimą.

