**Adaptacijos iššūkiai darželyje**

DARŽELIS. Tema, kuri sukasi tėvų galvose vos susilaukus vaikelio. Susipažinus su nauju namų gyventoju, dažnai tėvai ima ieškoti jam būsimos ugdymo įstaigos, nes, tenka pripažinti, norinčiųjų patekti į darželius labai daug, o įstaigos turi ribotą vietų skaičių. Ir štai... ta džiugi akimirka, kada tėvai pamato, kad vaikas eilės priekyje ir jau rudenį galės keliauti į savo antruosius namus. Šį džiugesį, ne ilgai trukus, aptemdo nerimas bei nuogąstavimai, kaip vaikas pripras naujoje vietoje, kaip seksis atsiskirti nuo tėvų, o ir paleisti mažylį iš mylinčių tėvų glėbio labai sunku. Tuomet pagrindine tema tampa nebe darželis, o ADAPTACIJA. Adaptacija neretai tampa dideliu iššūkiu tiek vaikui, tiek tėvams. Ir tai yra visiškai normalu.

Suprasdamos, kad adaptacijos metu tėvai, vaikai bei pedagogai išgyvena galybę jausmų, kurie neretai gali būti nemalonūs, Klaipėdos r. pedagoginės psichologinės tarnybos psichologės, jau keli metai iš eilės, atlieka apklausas, kurių pagalba gali stebėti adaptacijos procesų dinamiką, ruošti kuo tikslesnes rekomendacijas tėvams bei pedagogams, kurti bei įgyvendinti adaptacijos planus, kurie palengvintų prisitaikymą, sumažintų išgyvenamas sunkesnes emocijas visiems: vaikams, tėvams, pedagogams.

Šiame straipsnyje ketinu apžvelgti 2019 m. adaptacijos apklausos duomenis, kurie, tikiuosi, bus naudingi būsimų darželinukų tėvams, o gal ir pedagogams padės pajausti bendrumo jausmą su kolegomis ir jų išgyvenimais. Noriu atkreipti dėmesį, kad apklausiami buvo tėvai, kurių vaikai į darželį išleidžiami pirmą kartą, o jų amžius svyruoja tarp 1 m. ir 4 m.

Taigi, pradėkime nuo pasiruošimo darželiui. Nusprendus vaiką pirmą kartą leisti į darželį, neužteks nupirkti jam reikiamas priemones, atvesti ir palikti. Be vaiko paruošimo, tėveliams teks ir patiems pasiruošti psichologiškai. Tvirtai apsispręsti vaiką leisti į darželį, pasitikėti pasirinkta ugdymo įstaiga ir savo sprendimu.

Pedagogai ypač pabrėžia savarankiškumo svarbą, atkreipia dėmesį, kad tėveliai skirtų tam daugiau laiko. Atliktos apklausos duomenimis, dažniausiai tėveliai vaikus darželiui ruošia mokydami savarankiškumo apsirengti, nusirengti, savarankiškai valgyti, naudotis tualetu, atsisakant sauskelnių, pabando sukurti sąlygas panašias į darželio: gyvena panašiu ritmu kaip darželyje, palieka vaiką pabūti su kitu suaugusiu žmogumi, moko bendrauti su savo amžiaus vaikais, kartais leidžia į būrelius. Siekiant sumažinti tėvelių patiriamą nerimą dėl darželio, naudinga pasikalbėti su būsimu grupės pedagogu.

Remiantis apklausa, darželio lankymui ir adaptaciniam periodui ruošiasi ir patys tėvai – dažniausiai savarankiškai skaitydami literatūrą, informaciją internete bei kalbėdamiesi su aplinkiniais. Tėveliai visuomet turi galimybę bendrauti su darželio pedagogais bei psichologu. Apklausoje tėvai mini, kad gavo visą reikiamą informaciją, taigi – nebijokime klausti!

Adaptacija tampa lengvesnė, kuomet yra laikomasi numatyto adaptacijos plano bei pateiktų rekomendacijų, kai vaikučiai mokomi laikytis panašių taisyklių net ir būdami namuose. Deja, pedagogams kartais trūksta tėvelių supratingumo bei įsitraukimo.

Kad adaptacija būtų lengvesnė, neretai pirmosiomis savaitėmis vaikučiai paliekami darželyje tik iki pietų, jiems leidžiama atsinešti žaislą iš namų, o prie darželio aplinkos vienu metu pratinami 3 - 5 vaikai, kartais tėvams leidžiama kurį laiką pabūti kartu.

Šiuo laikotarpiu vaiko elgesys tampa neįprastas, kitoks, „nenormalus“. Šis emocinis bei elgesio pokytis paprastai užtrunka nuo 2 savaičių iki 2 mėnesių. Vaikai neįprastai elgiasi tiek darželyje, tiek namuose. Daželyje „neįprastumas“ pasireiškia didesniu noru prisiglausti prie auklėtojos, nenoru įsitraukti į bendras veiklas. Prisiminkite, kaip vaikai jaučiasi ir elgiasi kitose naujose aplinkose... Apklausoje tėvai mini, kad dažniausiai vaikai žaidžia, tačiau stebi vieną iš tėvų. Darželyje tėvų nėra, todėl didesnis emocinis krūvis atitenka pedagogams, vaikas nori būti šalia jų, nėra tikri ar pedagogai nedings (nes jų gi nepažįsta), todėl svarbu ir fiziškai prisiglausti. Fizinis artumas reikalingas tiek saugumo jausmui, tiek nusiraminimui.

Tėvai pastebi pakitusį vaiko elgesį ir namuose. Vaikai tampa irzlesni, gali kilti miego sunkumų, nori daugiau laiko būti su tėvais, grįžta iš darželio pavargę, kartais alkani (kartais vaikams tenka adaptuotis ir prie pakitusios mitybos), išmoksta netinkamų reagavimo būdų – mušimosi, klykimo, su jais tampa sunkiau susitarti, greičiau supyksta, tampa jautresni. Tačiau nereikia išsigąsti, tėvai mini ir galybę teigiamų pokyčių: vaikai ima daugiau kalbėti, bendrauti, prasiplečia jų žodynas, geba ilgiau išlaikyti dėmesį, išmoksta žaisti vieni, tampa meilesni, pagilina „puoduko“ įgūdžius, tampa savarankiškesni, rodo įvairesnes emocijas, tampa energingesni, išmoksta dalintis, domisi įvairesnėmis veiklomis, tampa drąsesnis, ramesni, išmoksta pakovoti už save, išmoksta konstruktyviai dorotis su pykčiu.

Adaptacijos pabaigoje vaikai darželyje dažniausiai jaučiasi saugiai, jų nuotaika gera. Jei vaiko emocinė būsena adaptacijos laikotarpy nepagerėja, vertėtų kreiptis į psichologą.

Taigi, adaptacinis periodas sunkus ir skausmingas, tačiau įveikiamas. Jis yra dar viena vaikučio raidos dalis, kuri padeda formuotis mažojo žmogaus asmenybei.

*Išsamesnį straipsnį galite rasti* [*www.klrppt.lt*](http://www.klrppt.lt) *ir* [*https://www.facebook.com/klrppt.lt/*](https://www.facebook.com/klrppt.lt/)

Straipsnį parengė Klaipėdos r. pedagoginės psichologinės tarnybos psichologė Deimantė Adakauskienė

**Klaipėdos r. pedagoginė psichologinė tarnyba**

Kvietinių g. 30, Gargždai, LT-96112

Tel. 8 688 32863
El. paštas   klrppt@gmail.com