



ATMINTINĖ TĖVELIAMS PRIEŠ PRADEDANT VAIKUI LANKYTI DARŽELĮ

1. Verbalinis vaiko ruošimas darželiui (pasakojimai, kartais net agitavimas) dažniausiai yra neveiksmingas. Negalime vaikui nupasakoti jausmo, kurį vaikas patirs naujoje aplinkoje, be tėvų. Tam vaiko paruošti neįmanoma – vaikas su tuo tiesiog susiduria, kai tai atsitinka, ir turi tai išgyventi.

2. Vaikai nesupranta savo emocijų, negali jų analizuoti ir valdyti. Visus neigiamus jausmus jie išgyvena stipriau ir stichiškiau nei suaugę žmonės.

Pradėjęs lankyti darželį vaikas labai greitai suvokia, kad jo gyvenimas pasikeitė ir nebus toks, koks buvo. Tai suvokęs vaikas visomis išgalėmis:

- verkia, protestuoja,
- gedi, kol po truputį apsipranta,
- pradeda jaustis saugiai naujuoju savo gyvenimo etapu. Atranda teigiamus aspektus (draugus, žaidimus, veiklas), po truputį atsiranda motyvacija eiti į darželį.

Visą šią jausmų seką, kylančią vaikui, reikia suprasti, gerbti ir nesitikėti greitų rezultatų. Daug blogiau, jei vaikas išvis neišgyvena jokių emocijų adaptacinio periodo metu. Tai nenatūralu ir yra pagrindo nerimauti dėl vaiko.

- **Svarbu nekintanti tėvų motyvacija, kad vaikas turi lankyti darželį.**
- **Vaiko adaptacija įvyksta vidutiniškai per 2–3 savaites** vaikas jau pradeda norėti eiti į darželį. Jeigu nepripranta mėnesį ar du, atsiranda miego, valgymo pokyčių, pasikeičia vaiko nuotaika, darželyje vaikas nežaidžia ir mažai bendrauja su kitais bendraamžiais, tuomet reiktų rimtai pagalvoti, ar verta toliau vesti. Reiktų pasitarti su psichologu.

3. Pasiruoškite blogiausioms vaiko reakcijoms į darželį:

- Vaiko elgesys gali keistis, vaikas gali tapti sunkiai sukalbamas, pradėti „ožiuotis“.
- Grįžęs namuose „iškraus“ visas savo neigiamas emocijas.
- Vaiko miegas naktį gali tapti neramus.
- Vaikas gali laikinai vėl pradėti šlapintis į kelnaites arba į lovą miegodamas.
- Vaikas daug sirgs (per ligą organizmas pašalina stresą, nerimą. Serga vaikai ir dėl fiziologinių priežasčių. Turi perimti grupės bakterijas, persirgti vaikiškomis ligomis, įgyti atsparumą ligoms. Nuo vaiko patiriamo streso imuninė sistema apskritai tampa silpnesnė, todėl daug jautriau reaguoja į pačius menkiausius temperatūros ar virusinės-bakterinės terpės pokyčius.

4. Pirmais metais dauguma vaikų serga periodiškai kas 4–6 savaites. Tai 10–12 kartų per metus! Apgalvokite, kas prižiūrės sergantį vaiką.

5. Vaikui reikės daugiau patogių rūbų. Ypač ruoštis nereikia, bet žinokite, kad žiemai vaikas turi turėti specialiai pritaikytus kiemo drabužius (kažką panašaus į slidininko kostiumą: impregnuotas kelnės, striukė, batus, pirštines bei šiltą kepurę). Idealu, jei yra galimybė juos palikti per naktį džiūti darželyje, o į namus eiti su sausais viršutiniais drabužiais, su kuriais ir atėjote. Lietingu sezonu darželyje būtini guminiai batai, impregnuotos kelnės, striukė, kepurė (kažkas panašaus į „žvejo kostiumą“). Spintelėje palikite bent po kelias poras marškinėlių, kelnaičių, kelnių, kojinių bei megztinių. Pavasariui–vasarai vaikas visuomet turi turėti kepurę nuo saulės. Pasirūpinkite, kad grupėje vaikas turėtų basutes/šlepetes neslidžiu padu bei tvirtu užkulniu (kad jo laikysena formuotųsi teisingai).

6. Vaikas gali nepasakoti ir nekalbėti apie darželį adaptacijos pradžioje.

7. Vaikas gali pasakoti nebūtus dalykus iš darželio gyvenimo.