**VILNIAUS LOPŠELIS-DARŽELIS ,,BERŽELIS‘‘**

Parengė:

socialinė pedagogė - Jorūnė Saulevičienė

psichologė - Vilija Zubkauskienė

**VAIKO ADAPTACIJA DARŽELYJE**

**SĖKMINGĄ VAIKO ADAPTACIJĄ LEMIANTYS VEIKSNIAI**

**TĖVELIAMS REKOMENDUOJAME:**

* **ATVYKTI KARTU** su vaiku apžiūrėti darželį. Taip ir Jums, ir vaikui bus sudaryta galimybė kartu pasivaikščioti po darželio aplinką, pamatyti grupės draugus, susipažinti su pedagogais;
* **ĮVESTI NAMUOSE DIENOTVARKĘ**, kuri būtų kuo panašesnė į dienotvarkę darželyje (valgymo, miegojimo, ėjimo į lauką laikas). Vaikui bus mažiau pokyčių, prie kurių reikės pratintis;
* **NETURĖTI IŠANKSTINIŲ NUOSTATŲ IR LŪKESČIŲ**, kurie gali trukdyti aiškiai pamatyti realią vaiko savijautą, adekvačiai reaguoti į vaiko elgesį ir pasiruošti naujam etapui. Tėvai, kurie iš anksto „žino“ kaip jų vaikas jausis pirmąsias savaites darželyje realybėje susiduria su kitokia situacija, kuriai nebuvo nusiteikę. Vieni mano, kad jų atžala labai sociali ir kad iškart užmegs kontaktą su kitais vaikais. Tačiau tėvai būna nepasiruošę vaiko ašaroms ir pasipriešinimui, išsigąsta tokios reakcijos. Kiti, atvirkščiai, mano kad jų vaikas yra labai jautrus, kad jam bus labai sunku ir jau iš anksto pradeda gailėti bei perdėtai globoti savo atžalą;
* **PASIRUOŠTI IR NUSITEIKTI IŠSISKYRIMUI** Patariame, kad pirmosiomis savaitėmis į darželį vaiką vestų tas šeimos narys, kuris ramiau reaguoja į vaiko emocijas. Vaiko gailėjimas tokioje situacijoje veikia ne teigiamai, o neigiamai – didina jo nesaugumo jausmą. Stresinėje vaikui situacijoje tėčio ar mamos ramybė kuria bazinį saugumo jausmą, tikėjimą, kad jam niekas negresia;
* **PASITIKĖTI SPECIALISTAIS** – bendraudami su pedagogais aptarkite adaptacijos eigą, bendradarbiavimo planą. Šiuo laikotarpiu labai svarbus konstruktyvus ir atviras ryšys tarp tėvų ir pedagogų.

**LEISKITE VAIKUI MAŽAIS ŽINGSNELIAIS ĮSILIETI Į DARŽELIO GYVENIMĄ:**

* **ATVYKUS Į DARŽELĮ** stenkitės, kad pirmomis dienomis vaikas darželyje pabūtų po kelias valandas, vėliau šį laiką pamažu ilginkite. Kasdien, palaipsniui vis didinkite išsiskyrimo su vaiku laiką, įjungiant po vieną naują veiklą dienotvarkėje – pusryčiavimas, pietų valgymas, pietų miegas darželyje ir t.t.);
* **SUTRUMPINKITE VAIKO BUVIMĄ DARŽELYJE** Pradėjęs lankyti darželį vaikas patiria labai daug įspūdžių, jam viskas yra nauja (tiek buvimas ne namų aplinkoje, tiek grupės taisyklės, tiek santykiai su kitais vaikais ir auklėtojomis, tiek veiklos, žaidimai ir pan.), todėl jis kur kas labiau pavargsta nei senbuviai. Patausokite vaiką bent jau pirmosiomis savaitėmis, atvesdami jį į darželį kiek vėliau (jei tik yra tokia galimybė) ir, svarbiausia, pasiimdami jį kuo anksčiau po pietų miego, vakarienės;
* **GREITAS IR AIŠKUS ATSISVEIKINIMAS** Atsisveikinant su vaikučiu rekomenduojame neužtrukti. Svarbu žinoti tai, kad kuo ilgiau truks atsisveikinimas, tuo labiau vaikas graudinsis ir tuo sunkiau bus auklėtojoms jį sugrąžinti į emocinės ramybės būseną. Siūlome su vaiku susigalvoti atsisveikinimo ritualą – gali būti trumpas, linksmas, patinkantis vaikui judesys, žodis, apsikabinimas ir pan. Galima vaikui pasiūlyti pasiimti jam mielą daiktą, kuris primena namus. Tai veikia raminančiai. Ritualą rekomenduojama įvesti dar prieš pradedant lankyti darželį, kad jis vaikui būtų jau įprastas, įneštų pasitikėjimo, kad tėvai staiga nedingsta ir neatsiranda, o atsisveikinę sugrįžta;
* **LEISKITE VAIKUI PAČIAM PASIPASAKOTI APIE SAVO DIENĄ** Grįžus vaikučiui iš darželio namo pernelyg neklausinėkite, nesukelkite vaikui įtarimo, kad ne tik jis bet ir Jūs jaučiatės nesaugiai. Kalbinkite vaiką apie dienos įspūdžius darželyje atvirais klausimais: apie veiklas, įspūdžius, patyrimus.Visada stebėkite vaiko nuotaikas, iš jų galima suprasti apie vidinę būseną.

**SVARBIAUSIA NUSITEIKTI POZITYVIAI IR ATMINTI**, kad glaudžiai bendradarbiaujant su darželio personalu, laikantis bendro tikslo bei nuosekliai dirbant, galite būti tikri – visi kartu pasieksime trokštamo rezultato ir Jūsų vaikas sėkmingai adaptuosis darželyje.