Kauno lopšelis-darželis „Gandriukas“

Tyrimas:

PRADĖJUSIŲ LANKYTI, VAIKŲ ADAPTACIJA DARŽELYJE 2022 M.

Atliko: psichologė Jūratė Sankūnienė

Tyrimo aktualumas. Vaiko adaptacija ikimokyklinėje įstaigoje yra ne tik vaiko ar jo tėvų rūpestis, kadangi nuo sėkmingos vaiko adaptacijos priklauso jo ugdymo ikimokyklinėje įstaigoje efektyvumas. Adaptacija ikimokyklinėje įstaigoje yra pirmasis perėjimas tarp dviejų mokomųjų aplinkų – šeimos ir ugdymo įstaigos aplinkos. Vaikų adaptacija ikimokyklinėje įstaigoje gali būti komplikuota ir sudėtinga, kadangi vaikai išgyvena skirtingos trukmės adaptacijos krizę. Net gali pasitaikyti vaikų, visiškai nesugebančių adaptuotis ikimokyklinėje įstaigoje, todėl labai svarbu vaikams ikimokyklinėje įstaigoje sudaryti tinkamas sąlygas, kad jie kuo lengviau adaptuotųsi ir nepatirtų sunkumų, galinčių turėti neigiamų pasekmių. Pedagogai ir tėvai turi padėti vaikui adaptuotis darželyje. Pateikti faktai rodo, kiek svarbi yra sėkminga vaiko adaptacija ikimokyklinėje įstaigoje. Siekiant, kad ji būtų veiksminga, tikslinga tirti, su kokiais sunkumais vaikai susiduria, kokie veiksniai svarbiausi sėkmingai vaiko adaptacijai pasikeitusioje aplinkoje, kad būtų galima sudaryti palankesnes sąlygas vaikams įveikti kylančius sunkumus prisitaikyti naujoje aplinkoje.

Tikslas – *ištirti, pradėjusių lankyti darželį, vaikų adaptacijos daželyje ypatumus.*

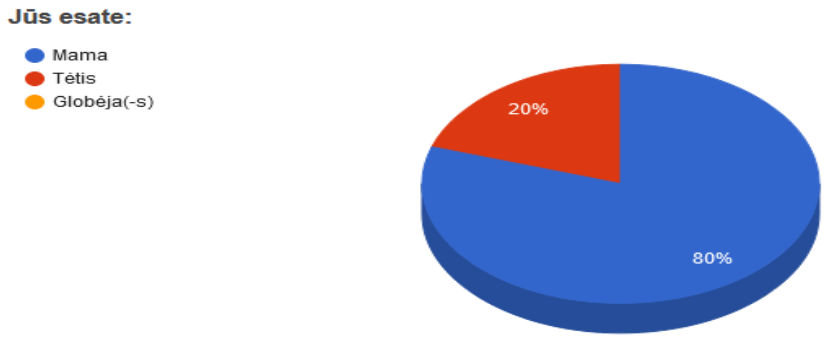
Uždaviniai:

- *Įvertinti tėvų veiksmus prieš darželio lankymo pradžią bei lengvinat vaiko adaptacijos procesą.*
- *Aptarti adaptacijos darželyje sunkumą.*
- *Įvertinti veiksnius sėkmingai ar nesėkmingai vaiko adaptacijai darželyje.*
- *Įvertinti pedagogo veiksmus vaikų adaptacijos palengvinimui.*
- *Nustatyti sklandžios vaikų adaptacijos ypatumus.*
- *Sužinoti tėvų lūkesčius prieš pradedant vaikui lankyti darželį.*
- *Aptarti informacijos poreikį besiruošiantiems leisti vaikus į darželį.*

Tyrimo dalyviai:

80,0 proc. mamos,

20,0 proc. tėčiai (1 pav.).

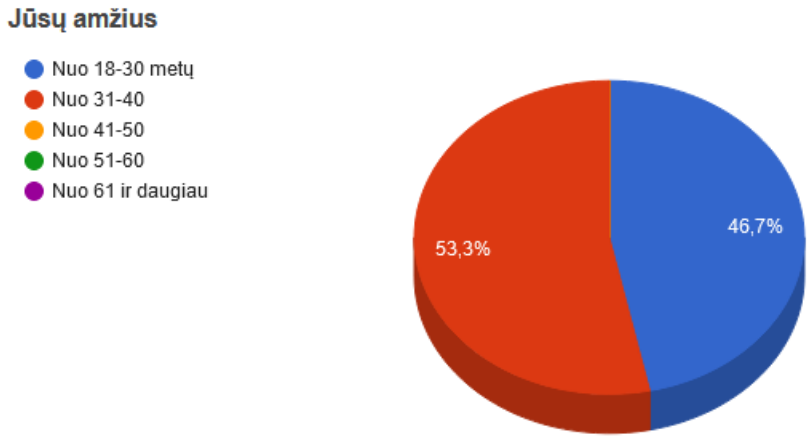


1 pav. *Tyrimo dalyviai*

Respondentų amžius:

18-30 metų 46,7 proc.

31-40 metų 53,3 proc. (2 pav.)

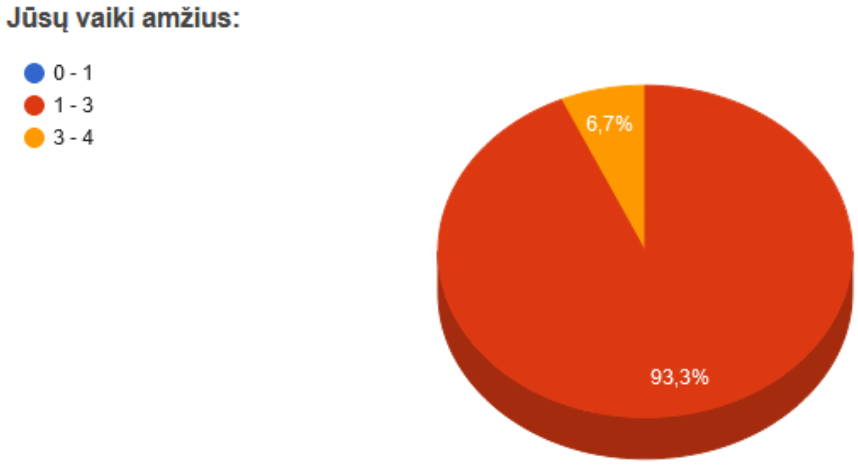


2 pav. *Respondentų amžius*

Besiadaptuojančių vaikų amžius:

1–3 metų 93,3 proc.

3–4 metų 6,7 proc. (3 pav.)



3 pav. *Besiadaptuojančių vaikų amžius*

Tyrimo metodika:

Anketinė apklausa

Tyrimo duomenims apdoroti naudota SPSS statistic version 26.

Tyrimo eiga

Respondentai 2022 m. gruodžio mėnesį pildė elektroninę anketą, kur galvodami apie savo vaiką, turėjo pasirinkti tinkamą variantą. Tyrime dalyvavo: „Ančiukų“, „Strazdelių“, „Volungėlių“, naujai pradėjusių lankyti darželį, vaikų tėvai (23).

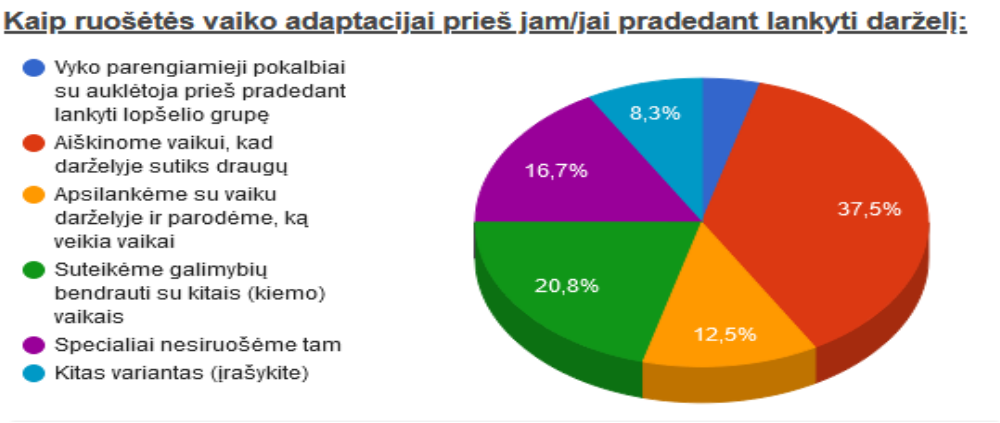
Vaikų emocionalumas tėvų akimis

Vaikų reakcija į pokyčius gali labai skirtis, todėl svarbu įvertinti vaikų asmenines sąvybes, o ypatingai vaiko emocines ypatybes. Iš, dalyvavusių tyrime, tėvų atsakymų, matome, jog net 60,0 proc. respondentų išsakė, jog vaikas labai emocionalus. Mažai emocionaliais pastebi 26,7 proc. dalyvavusių tyrime tėvų. Visiškai ramūs, tėvų akimis yta 13,3 proc. vaikų (4 pav.). Kai kurie mokslininkai (ypač psichologai) į vaiko asmenines savybes fokusuoja esminį dėmesį. Pasak I. Šulcienės (2012), vaikų reakcijos, jiems pradėjus lankyti darželį, gali būti įvairios, jos priklauso nuo vaiko temperamento, charakterio ir t.t.

4 pav. *Vaikų emocinės ypatybės*

Pasiruošimas šeimoje prieš pradedant vaikui lankyti darželį

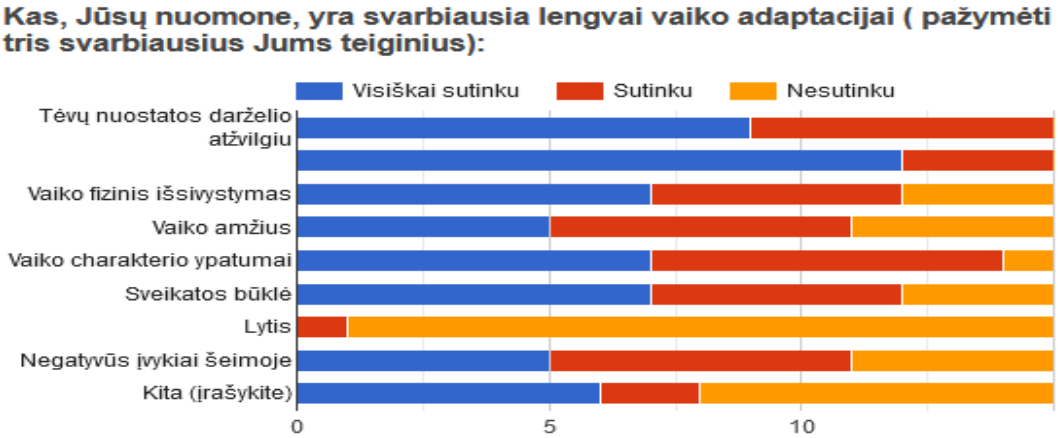
Tėvai (šeima) yra svarbiausias veiksnys, darantis poveikį vaiko raidai, jo socialinio elgesio ir požiūrio formavimuisi. Nuo tėvų gebėjimo paruošti vaiką ikimokyklinei įstaigai priklauso vaiko adaptacijos sugebėjimai. Matome (5 pav.), jog 37,5 proc. respondentų *kalbėjo su vaiku apie galimybę darželyje sutikti draugų*, o 20,8 proc. jau ir *pratino bei suteikė galimybę bendrauti su kiemo vaikais*. O 12,5 proc. *lankėsi darželyje*, į kurį ruošiamas vaikas. Tačiau tik 4,2 proc. tėvų išdrįso ir *atėjo pasikalbėti su būsima vaiko mokytoja darželyje*. Svarbiausias veiksnys, veikiantis pedagogų ir tėvų bendradarbiavimo kokybę, yra geranoriškas tėvų bendravimas ir dalyvavimas įstaigos veikloje, pedagogų teikiama informacija ir patarimai tėvams. Kitą atsakymo variantą pasirinkę, respondentai *bandė susikurti panašias sąlygas kaip darželyje, todėl gyveno darželio ritmu ar bendravo su kitais vaikais*. Kiti *vaikui aiškino, kad darželyje turės auklėtoją, kuri mokina kaip vaikams elgtis kartu būnant, kad darys įvairias užduotėles darželyje ar kartu vedė brolį ar sesę į darželį*.



5 pav. *Pasiruošimas vaiko adaptacijai darželyje*

Svarbiausi veiksniai lengvai vaiko adaptacijai darželyje

Ikimokyklinio amžiaus vaikai, kaip nurodo D. Borbélyová (2016), dar negali reguliuoti savo adaptacijos proceso, todėl yra priklausomi nuo suaugusiųjų indėlio į šį procesą. *Pedagogų ir šeimos bendradarbiavimo svarbą* pabrėžia 80,0 proc. tėvų (6 pav.). Pedagogas, ugdantis vaiką (grupės mokytoja), gali suteikti žinių vaiko tėvams, kaip jiems įsitraukti į vaiko adaptaciją ir ją palengvinti, paskatinti tėvų dalyvavimą vaiko adaptacijos procese. Esminis žinių suteikimo metodas yra bendradarbiavimas veikiant kartu. Pagrindinis šeimos ir darželio bendradarbiavimo pagrindas – vaikas, jo gerovė ir jo harmoninga raida. Tinkamos aplinkos sukūrimas reiškia ne tik reikiamų ugdymo būdų ir metodų naudojimą, bet ir pagalbos suteikimą vaikui adaptuojantis prie aplinkos, į šį procesą aktyviai į traukiant ir vaiko tėvus, su jais palaikant partneryste grindžiamus konstruktyvius ryšius. Kad *tėvų nuostatos padeda lengvai vaikui adap*tuotis visiškai sutinka 60,0 proc. respondentų. Jeigu tėvai nepasiruošę suteikti vaikui reikiamą pagalbą adaptacijos ikimokyklinėje įstaigoje procese, tuomet didėja tikimybė įvykti įvairiems nesklandumams. Svarbiu faktoriumi tėvai išskiria *vaiko charakterio ypatumus* (46,7 proc.). Sunkiau nuo tėvų atsiskiria jautrūs, intravertiški, drovūs vaikai. Vaikui lengviau adaptuotis, jeigu santykiai tarp jo ir tėvų yra nuoširdūs, jaučiamas darnus palaikymas iš tėvų pusės, atjauta vaikui, nes jam yra naujas etapas gyvenime. Vaiko *sveikatos būklė* (46,7 proc.), *vaiko amžius* (33,3 proc.) ar *vaiko fizinis išsivystymas* (46,7 proc.) ar *lytis* (6,7 proc.). *Negatyvūs įvykiai šeimoje* (33,3 proc.). Svarbu, kad tėvai norėtų bendradarbiautų su pedagogais, ieškotų informacijos. Be komandinio indėlio minėtas procesas taptų labiau komplikuotas ir nepilnavertis.



6 pav. *Lengvos vaiko adaptacjos darželyje veiksniai*

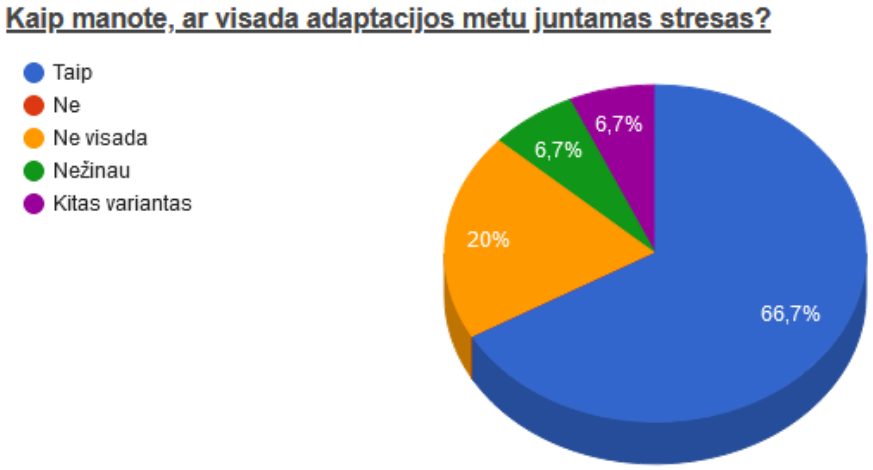
Vaiko patiriamas stresas adaptacijos metu

Kiekvienas vaikas, anot I. Kornilavičienės ir kt. (2016), patiria skirtingą adaptacijos trukmę ir poveikį, kadangi kiekvieną vaiko poelgį lemia emocinė būklė. 66,7 proc. respondentų išsakė, kad vaikai *patiria stresą adaptacijos metu* (7 pav.). 20,0 proc. mano, jog *ne visada vaikas išgyvena stresą naujoje darželio aplinkoje*. 6,7 proc. nežino. Žaidimai gali padėti vaikui adaptuotis dėl to, kad šalina stresą, vaikai gali užmegzti santykius tarpusavyje ir įgyti komunikacinės patirties (Gersamia et al., 2015), pamažu pradėti suprasti savo vietą tarp bendraamžių, mokytis prie jų prisitaikyti (Kornilavičienė ir kt., 2016). Kiekvienas skirtingu intensyvumu patiria stresą, galima jo ir nepastebėti, nes ne visi vaikai verkia streso metu, kiti kaip tik tyli, bet jų pasikeitęs elgesys tai gali išduoti. Kiti vaikai *vemia streso metu*, kaip nurodė respondentai. Vaikas turi prisitaikyti prie ikimokyklinės įstaigos reikalavimų, laikytis nustatytų elgesio taisyklių. Kiti autoriai nurodo, kad ikimokyklinė įstaiga nuo pirmųjų dienų pateikia vaikui daugybę uždavinių, su kuriais jis savo ankstesnėje patirtyje nesusidūrė. Yra keletas priežasčių, kodėl vaikas patiria stresą pradėjęs lankyti darželį:

Pirmoji – tai **atsiskyrimas nuo mamos.** Vaikui namų aplinka, buvimas su mama ir tėčiu yra pirminis poreikis. Pradėjęs lankyti darželį vaikas suvokia, kad jo gyvenimas pasikeitė ir nebus toks, koks buvo. Tai suvokęs vaikas visomis išgalėmis kovoja už šį pirminį poreikį: verkia, protestuoja kol supranta, kad kitaip nebus. Gedi, kol po truputį apsipranta ir pradeda jaustis saugiai.

Antroji vaiko streso adaptacijos laikotarpiu priežastis – **išėjimas iš namų ir svetima aplinka.** Net jei vaikas į darželį ateina jau turėdamas atsiskyrimo nuo mamos patirties (pvz., jį iki darželio namuose prižiūrėjo auklė ar jis dažnai būdavo paliekamas seneliams), išėjimas iš namų aplinkos ir patekimas į visiškai svetimą bei skirtingą aplinką jam yra didžiulis stresas.

Priprasti naujoje aplinkoje vaikui reikia pagalbos – tai būtinybė, nes jie naujoje aplinkoje jaučia nerimą, baimę, stresą. Sutrikus adaptacijos procesui, dažniausiai kinta vaiko psichinė sveikata, elgesys, nuotaikos. Vaikus neigiamai veikia ir užsitęsusi adaptacija, nes ji gali tapti vaiko sveikatos pablogėjimo, prasto elgesio, blogų ugdymosi rezultatų priežastimi (Vildžiūnaitė, 2011). Psichologai rekomenduoja, kad dėl vaiko savijautos vertėtų sunerimti tada, kuomet adaptacinis laikotarpis užsitęsia per ilgai ir pasireiškia stipriai išreikštais simptomais, vaikas būna išsekęs ir jaučiama, kad nesusitvarkoma su esama situacija (Šulcienė, 2012). Dėl glaudaus ryšio su šeima vaikui yra sunku emociškai atsiskirti nuo šeimos, tačiau tėvai gali padėti šį sunkumą sušvelninti, jeigu taiko efektyvias streso įveikimo priemones.



7 pav. *Adaptacijos metu patiriamas stresas*

Kodėl vaikams nesinori eiti į darželį

Respondentai dažniausia nenoro eiti į darželį priežastį nurodė *atsiskyrimą nuo tėvų ar mamos („*negali pilnai jaustis saugi, nes kaip namuose problemų neturim...“). „Turi baimę, kad paliks vieną darželyje ir negrįš“. Čia ypatingai svarbus ramus atsiskyrimas nuo šeimos narių ir sudominimas nauja aplinka ir jos privalumais.

Svarbus elgesio komponentas. Vaikas gali blogai pasijausti dėl grupėje esančių žmonių elgesio: „Nes gauna mažiau dėmesio ir empatijos negu namuose“, „dėl nesutarimų su vaikais“, „kitų vaikų išreikštas pyktis jo atžvilgiu“. „Jei darželyje atėmė, nedraugavo – vaikas verkia ir nenori kitą dieną eiti.“ Čia labai svarbus vaiko mokėjimas užmegzti draugiškus santykius su kitais vaikais, pradėti, palaikyti ir baigti pokalbį, žaisti, pateikti savo nuomonę, taikiai spręsti iškilusius ginčus.

Respondentų atsakymuose paminėti ir tėvai: „Vaikui nepaaiškinama kur jis eina, jis nesupranta kad jeigu jį paliks, vėliau vis tiek ateis pasiimti“. Čia padės ugdomas pozityvus nusiteikimas kitų vaikų ir suaugusiųjų atžvilgiu.

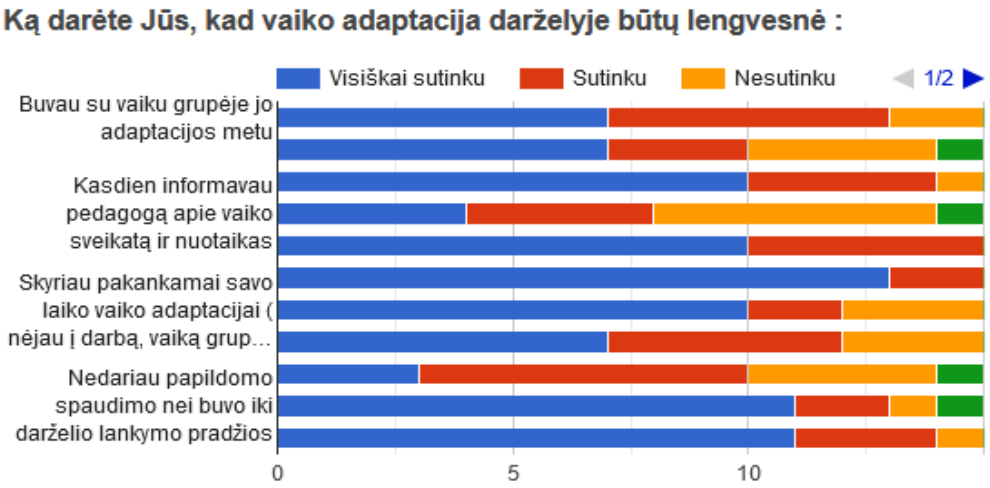
Pasikeitusias taisykles, dienos veiklos ir rėžimas griežtesnis negu namuose kelia nerimą ir baimes. Reikia mokyti vaikus įsitraukti į įvairią veiklą, kur svarbūs veiksniai yra vaiko socialinio ir materialinio domėjimosi aplinka stabilumas, aktyvumas bendraujant, pilnavertis vaiko dalyvavimas ugdymo procese. Galiausiai vaikas išmoksta savo naujojo socialinio vaidmens ir naujų taisyklių.

Sėkmingo psichologinio prisitaikymo rodiklis yra tai, kad vaikas nori eiti į ugdymo įstaigą, yra geros nuotaikos, jaučia norą kalbėtis apie ugdymo įstaigą. Priešingos apraiškos rodo, kad vaikas dar nėra prisitaikęs prie naujos aplinkos (Borbélyová, 2016). Kadangi adaptavimosi procesas gali trukti iki 6 mėnesių, tai eigoje gali svyruoti ir emocinė savijauta, elgesio raiška, noras būti namie ar darželyje, tiesiog reikia veikti pozityviai, jautriai ir kantriai.

Tėvų veiksmai lengvinantys vaiko adaptaciją daželyje

Vaiko šeima yra pagrindinis veikėjas vaiko adaptacijos darželyje metu. Šeima yra pirmoji vaiko ugdymo institucija, veikianti vaikų potyrių įvairovę bei kokybę ikimokykliniu laikotarpiu. Ką darė šeima, kad vaiko adaptacija darželyje būtų lengvesnė? Nustatyta, kad lengviau adaptuojasi tie vaikai, kurių tėvai yra dėmesingi vaikų poreikiams, pasižymi jautrumu, geba kurti saugią pasitikėjimo atmosferą šeimoje. Šis saugumo jausmas atsispindi vaikų santykiuose su kitais asmenimis, todėl padeda vaikams geriau jaustis ugdymo įstaigoje, leidžia geriau pasirengti naujai aplinkai (Akçinar, 2013). Net 86,7 proc. tėvų nurodė, kad *džiugiai kalbėjo su vaiku apie darželį ir veiklą jame.* Pasak I. Šulcienės (2012), viena iš klaidų, kurią daro tėvai, ruošdami vaiką ikimokyklinei įstaigai – tai, kad pasakoja apie darželį pernelyg optimistiškai. Vaikui susidūrus su realybe, paaiškėja, kad darželyje nėra jau taip smagu, kad vaikas nežino, kaip elgtis naujoje situacijoje. Vaikai perima artimiausių žmonių, t.y. savo tėvų, nuotaikas. 46,7 proc. nurodė, jog *visiškai pasitikėjo pedagogu ir kitais darželio darbuotojais.* Net 66,7 proc. respondentų *stengėsi ugdyti vaiko savarankiškumą.* Įvairūs tyrimai parodo sąryšį tarp šeimos ir vaiko adaptacijos ugdymo įstaigoje. Dar 66,7 proc. *buvo pozityviai nusiteikę daželio ir pedagogų atžvilgiu.* Net 46,7 proc. nurodė, jog *buvo su savo vaiku grupėje jo adaptacijos metu.* 66,7 proc. *derino dienos ritmą namuose prie darželio rutinos.* 66,7 proc. tėvų nudorė, jog *skyrė pakankamai laiko vaiko adaptacijai (nėjo į darbą vaiką grupėje palikdavo, tik kai negalėjo kitaip).* 66,7 proc. atsakė

nedarę papildomo spaudimo, nei buvo iki darželio lankymo pradžios. O 20,0 proc. pažymėjo *skaitę literatūrą apie vaiko adaptaciją.* Tikrai yra svarbus tėvų pasiruošimas pagelbėti vaikui sėkmingai adaptuotis naujoje aplinkoje. 26,7 proc. *kasdien informavau pedagogą apie vaiko sveikatą ir nuotaikas.* Juk tėvai, geriausiai žinodami vaiko socializacijos, biologinius ir psichinius, asmenybės ypatumus, aktyviai dalyvaudami ugdymo procese bei bendradarbiaudami su pedagogais, gali efektyviai padėti vaikui įveikti šį slenkstį, kad jis taptų sėkminga startine pozicija tolimesniam asmenybės vystymuisi. Tėvų vaidmuo ikimokyklinio amžiaus vaikų adaptacijos sėkmei yra įrodytas (Brožaitienė ir kt., 2011; Kornilavičienė ir kt., 2016; Obradovič, 2016). Mokslininkai (Kornilavičienė ir kt., 2016) nurodo, kad tėvai, jautriai atsižvelgdami į vaiko poreikius, gali padėti jam sėkmingai adaptuotis ugdymo įstaigoje, todėl 46,7 proc. tėvų *tenkino visus vaiko poreikius namuose.*



8 pav. *Tėvų veiksmai lengvinantys vaiko adaptaciją daželyje*

Pedagogo elgesys vaiko adaptacijos metu

Pedagogo užduotis yra padėti vaikui prisitaikyti tokiu būdu, kuris padėtų vaikui įveikti nesaugumo jausmą ir susidoroti su baime dėl nežinomos aplinkos. Todėl pedagogas turi optimizuoti pedagogines ir organizacines sąlygas grupėje. Į klausimą: *Ar pedagogas stengėsi palengvinti Jūsų vaiko adaptaciją?* (9 pav.) *Jeigu taip, tai kokiais būdais?* 31,3 proc. nurodė, jog *stengėsi užmegzti artimą ryšį su vaiku,* 40,6 proc. respondentų atsakė, jog *stengėsi pažinti vaiką, išsiaiškinti jo poreikius.* Tikslinga naudoti sėkmingą ir produktyvų vaikų gebėjimų ir potencialo ugdymą, pasitelkiant integruotą kursą ar programas, kuriais siekiama palengvinti adaptaciją. 21,9 proc. *pokalbiais su vaiku*. Čia matomas pedagogo gebėjimas taikyti individualų požiūrį į kiekvieną vaiką. 3,1 proc. nurodė, jog mokytoja *nesistengė* dėl vaiko adaptacijos. 2,6 proc .respondentų, pasirinkę kitą variantą, nurodė, jog *skatino esant poreikiui, kalbėtis su psichologe, nukreipė į nuotolinį seminarą apie vaikų adaptaciją*. Neramina tai, jog keletas neatsakė, jog pedagogas nesistengė palengvinti vaiko adaptacijos darželyje. Labai naudinga būtų pasitelkti aktyvius metodus grupėje vaiko pereinamuoju laikotarpiu.

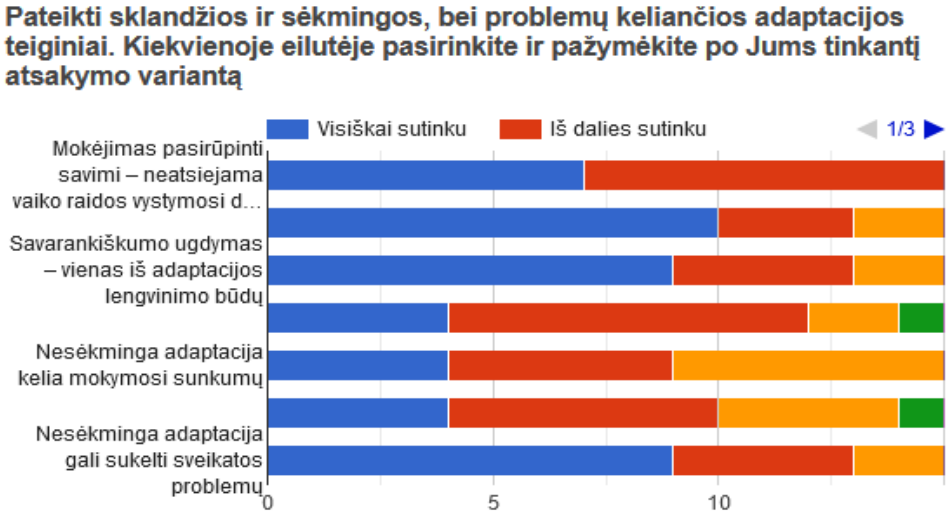
Pedagogas (grupės mokytojas) atlieka bene svarbiausią vaidmenį vaiko adaptacijos procese, nes veikia kaip tarpininkas tarp vaiko, jo tėvų ir ikimokyklinės įstaigos aplinkos. Nuo to, kokius metodus ir priemones pedagogas taiko, siekdamas palengvinti ir pagreitinti vaiko adaptacijos procesą, priklauso vaiko prisitaikymo prie naujos aplinkos eiga ir sėkmė. Kiekvienas

vaikas yra unikalus, todėl pedagogas turi mokėti diferencijuoti savo veiksmus ir elgesio strategijas, atsižvelgiant į individualius vaiko adaptacijos poreikius ir galimybes.

9 pav. *Pedagogo elgesys vaiko adaptaccijos laikotarpiu*

Sklandžios vaikų adaptacijos darželyje ypatumai

Peržvelkime sklandžios adaptacijos dedamąsias repondentų akimis. Net 46,7 proc. visiškai sutinka su teiginiu, jog *mokėjimas pasirūpinti savimi – neatsiejama vaiko raidos vystymosi dalis*. Dar 60,0 proc. teigia, jog *„savarankiškumo ugdymas – vienas iš adaptacijos lengvinimo būdų“*. Kuo labiau savarankiškas vaikas, tuo labiau jis savimi pasitikės ir jausis geriau darželyje. 66,7 proc. aiškina, jog sėkmingą adaptaciją *lemia vaiko nuteikimas šeimoje*. Šeima yra labai svarbi nusiteikimo formavimui. Tačiau 26,7 proc. mano, jog adaptacijos sėkmingumas *daugiausia priklauso nuo pedagogų*. Pedagogo įtaka tikrai reikšminga, tačiau adaptacijos sėkmingumas priklauso ir *nuo šeimos, vaiko asmeninių savybių derinio*. 60,0 proc. padaro išvadą, jog *nesėkminga adaptacija kelia mokymosi sunkumų*. Be abejonės, daugiausia pastangų prireikia naujam režimui įsisavinti, kadangi stokodamas reikiamų įgūdžių vaikas greitai nuvargsta, atsiranda ir ugdymosi problemų. 26,7 proc. mano, jog *nesėkminga daptacija kelia antipatiją pedagogams, grupės draugams*. Sunkumų atsiranda dėl savitarpio santykių su pedagogu, grupės draugais plėtojimo, tačiau reikia suprasti, jog sunkumai pamažu praeina ir tai yra natūralaus proceso dalis, nesusijusi su antipatija asmeniui dėl jo patiriamų sunkumų. Kai vaikas apsipranta, atsiranda ir teigiamų reakcijų veiklose, 60,0 proc.nerimauja, jog *nesėkminga adaptacija gali sukelti sveikatos problemų*. Dėl patiriamos įtampos, gali pablogėti ar sutrikti miegas, atsirasti naktinis šlapinimasis, vaikas gali išgyventi nerimą, sunkiai likti grupėje ir pan.

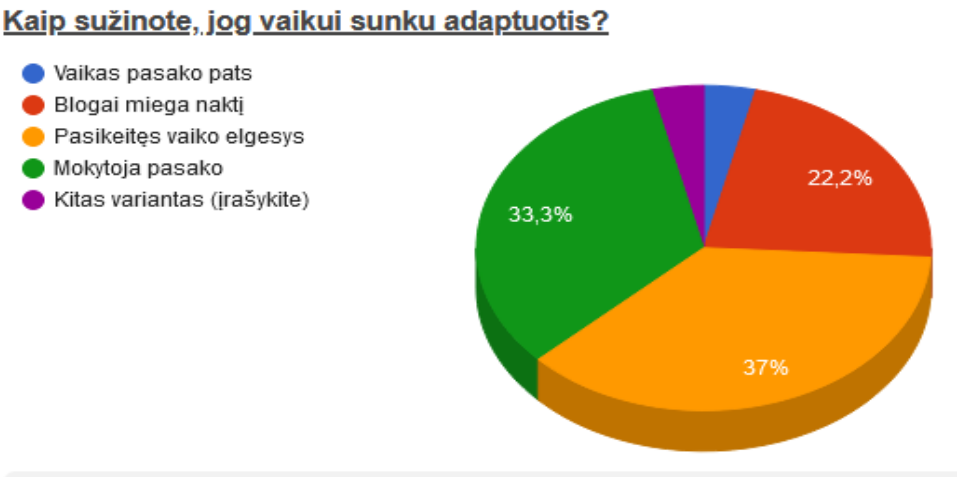


10 pav. *Sklandžios vaikų adaptacijos darželyje ypatumai*

Vaiko adaptavimosi sunkumai

Daliai respondentų *mokytojai pasako*, kaip vaikui sekasi adaptuotis 33,0 proc. (11 pav.). praktika rodo pedagogų bendradarbiavimo su vaiko šeima svarbą, kur ypatingas dėmesys turėtų būti skiriamas individualiems pokalbiams ir bendrų renginių reikšmingumui. O 37,0 proc. respondentų kaip vaikuo sekasi adaptuotis, *pastebi iš vaiko elgesio*. *Blogas miegas rodo* nesėkmingą vaiko adaptaciją 22,2 proc. Ikimokyklinės įstaigos lankymas yra visiškai nauja patirtis vaiko gyvenime, tai ji yra siejama su ženkliu visų vaiko organizmo sistemų apkrovimu. Esant prastam miegui, reikalinga imtis papildomų priemonių, mažinant nerimo lygį ir kiekvienam naujam patyrimui būtina vaiką ruošti iš anksto. Supažindinti ir kalbėti apie būsimus pokyčius ir būsimus įvykius. Žinomumas mažina stresą ir tikimybė gerinti vaiko savijautą didėja. *Vaikas pasakoja pats* kaip jam sekasi darželyje (3,7 proc.). Vaikų reakcijos, jiems pradėjus lankyti darželį, gali būti įvairios, jos priklauso nuo vaiko temperamento, charakterio ir t.t. Sunkiau nuo tėvų atsiskiria jautrūs, intravertiški, drovūs vaikai. Matome, jog 3,7 proc. kitą variantą pasirinkusių respondentų, atsakė, jog „Palieku verkiančią ir pasiimu verkiančią“.

Vaikas adaptacijos procese mokosi naujo elgesio modelių iš bendraamžių ir suaugusiųjų, todėl aplinkiniai gali tam tikru laipsniu paveikti vaiko asmeninius faktorius taip, kad jis lengviau prisitaikytų prie naujos aplinkos.



11 pav. *Vaikų adaptavimosi sunkumai*

Vaiko adaptacija tėvų akimis

Adaptacijos ikimokyklinėje įstaigoje metu dažnai dėl streso ir nerimo iš pradžių išryškėja neigiami vaikų elgesio aspektai (irzlumas, susirūpinimas, uždarumas), tačiau vėliau, kai vaikai susipažįsta ir apsipranta su naująja aplinka, bendraamžiais ir pedagogais, neigiamas elgesys sumažėja ir pamažu išryškėja teigiami elgesio modeliai (Klizaitė ir kt., 2017). *Lengva savo vaiko adaptaciją* įvardija 20,0 proc. (12 pav.). Taigi adaptacijos proceso eigoje vaiko savijauta ir elgesys pagerėja, regint postūmį iš neigiamos reakcijos į teigiamą. Mokslininkai pripažįsta, kad adaptacinio periodo eigoje natūraliai keičiasi vaiko elgesys (Vildžiūnaitė, 2011; Obradovič, 2016; Klizaitė ir kt., 2017). 60,0 proc – *su tam tikraus sunkumais.* Vaiko elgesio pagerėjimas arba pablogėjimas koreliuoja su adaptacijos proceso sėkme. 20,0 proc. išsakė, jog vaiko *adaptacija yra sunki*. Tinkama adaptacija leidžia tikėtis iš vaiko sėkmingo ugdymosi, bendravimo ir bendradarbiavimo su suaugusiaisiais bei bendraamžiais (Vildžiūnaitė, 2011). Laikomasi nuostatos, kad sunki vaiko adaptacija ikimokyklinėje įstaigoje – tai daugiau tėvų, ne vaikų problema. Vaiko adaptacija priklauso nuo tėvų pasirengimo išleisti vaiką į ikimokyklinę įstaigą (Chranovskienė, 2013; Ausėnaitė, 2014).

12 pav. *Vaikų adaptacija tėvų akimis*

Tėvų lūkesčiai prieš pradedant jų vaikui lankyti darželį

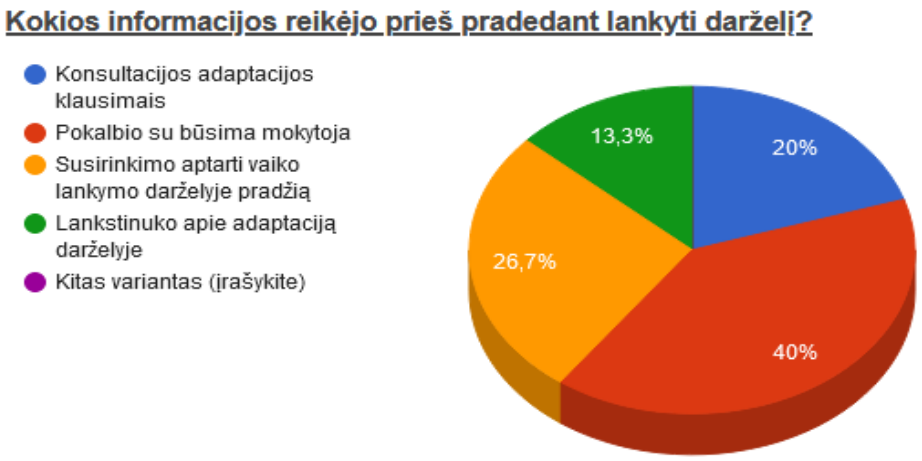
Tėvų lūkesčiaiprieš pradedant jų vaikui lankyti darželį buvo 21,3 proc. *ugdymosi įgūdžių lavinimo* (13 pav.). Kiekvienas vaikas adaptacijos procese mokosi naujo elgesio modelių iš bendraamžių ir suaugusiųjų, todėl aplinkiniai gali tam tikru laipsniu paveikti vaiko asmeninius faktorius taip, kad jis lengviau prisitaikytų prie naujos aplinkos. 23,0 proc. *vaiko saugumo*. Pedagogo užduotis yra padėti vaikui prisitaikyti tokiu būdu, kuris padėtų vaikui įveikti nesaugumo jausmą ir susidoroti su baime dėl nežinomos aplinkos. Todėl pedagogas turi optimizuoti pedagogines ir organizacines sąlygas grupėje, laikantis šių principų (Borbélyová, 2016): 1) taikyti individualų požiūrį į kiekvieną vaiką; 2) naudoti sėkmingą ir produktyvų vaikų gebėjimų ir potencialo ugdymą, pasitelkiant integruotą kursą ar programas, kuriais siekiama palengvinti adaptaciją; 3) pasitelkti aktyvius metodus grupėje vaiko pereinamuoju laikotarpiu. 21,3 proc. *meilės ir švelnumo teikimo*. I. Gersamia et al. (2015) pabrėžia, kad atidus ir nuoširdus pedagogų dėmesys veikia kaip teigiamas vaiko adaptacijos palengvinimo veiksnys. Pedagogas gali padėti greičiau ir lengviau vaikui adaptuotis, taikydamas patrauklius ugdymo metodus, pasitelkdamas asmenines savybes. I. Kornilavičienės ir kt. (2016) požiūriu, pedagogas gali reikšmingai pagelbėti vaikui išgyventi sunkų adaptacijos periodo laikotarpį. Jis turi stengtis ne moralizuoti tėvams, o parodyti vaikų geruosius bruožus, atskleisti jų individualumą. 18,0 proc. tikėjosi *savarankiškumo skatinimo*. B. Akçinar (2013) teigimu, pedagogai turi padėti vaikui išmokti susidoroti su kylančiomis problemomis ir naujomis situacijomis, padėti patenkinti savo poreikius. 14,8 proc. tikisi *užtikrintos globos*. 1,6 proc. kitą variantą pasirinkę atsakė, kad tikėjosi „tiesiog saugios ir draugiškos aplinkos suteikimo“. Rūpestis I. Kornilavičienės ir kt. (2016) nuomone, išreiškiamas kaip galima geriau nustatyti savo ugdytinių laimėjimus, raidos netolygumus, kad būtų galima kuo geriau pritaikyti ugdymo metodus, palengvinančius vaiko adaptacinį periodą.

13 pav. *Tėvų lūkesčiai*

Informacijos poreikis prieš lankant darželį

Matome, kad 40,0 proc. respondentų norodė, jog reikėjo *pokalbio su būsima mokytoja*. Iš tiesų, labai svarbūs žmonės, tiesiogiai sąveikaujantys su vaiku, t. y. tėvai ir pedagogai, jų sąveika (šeimos narių) vaidmuo (Brzezińska et al., 2013; Akçinar, 2013; Gersamia et al., 2015; Kornilavičienė ir kt., 2016). Dalyvavę tyrime tėvai (26,7 proc.) norėjo *susirinkimo* prieš pradedant vaikui lankyti darželį. 20,0 proc. norėjo *konsultacijos adaptacijos klausimais*. Vaiko adaptacijos procesas ugdymo įstaigoje priklauso tiek nuo tėvų, kurie turi aktyviai dalyvauti ir padėti fiziškai bei psichologiškai vaikui vystytis, tiek nuo pedagogo, kuris turi padėti vaikui

prisitaikyti prie ugdymo įstaigos reikalavimų, įsitraukti į ugdymosi procesą, taip pat nuo paties vaiko — jis privalo išmokti adekvačiai vertinti save, savo socialinius ryšius ir situaciją (V. Gudžinskienės ir kt. 2010). Dar 13,3 mano, kad *reikėtų lankstinuko apie adaptacijos pradžią*. Svarbu kalbėti, parengti šviečiamąją medžiagą tėvams, kuri padėtų suprasti, kokį vaidmenį atlieka tėvai, pedagogai ar pats vaikas, kokias galimybes turi kiekvienas dalyvis vaiko adaptacijos procesui, ir tie žmonės, su kuriais tam tikru laipsniu vaikas sąveikauja adaptacijos procese. Tėvų švietimu turėtų užsiimti ir pedagogai, nes tai padėtų tėvams geriau parengti vaikus adaptacijai ir palengvintų patį adaptacijos procesą. Tėvai ir vaikas turi būti laikomi lygiaverčiais partneriais, nes tai sudaro bendradarbiavimo esmę.



14 pav. *Informacijos poreikis*

Neįgyvendinti ar dalinai įgyvendinti lūkesčiai

Į klausimą: *Kokie lūkesčiai liko neįgyvendinti ar įgyvendinti tik dalinai?,* respondentai atsakė, jog „Viskas puiku, „Kol kas visi įgyendinti“.

Palankioje adaptacijai aplinkoje vyrauja pasitikėjimo atmosfera, kuri leidžia konstruktyviau spręsti problemas, sudaro lankstesnes sąlygas atsiskleisti ir bręsti kiekvieno vaiko ir pedagogo asmenybei, padeda užbėgti už akių daugeliui vaiko problemų (Kubilienė, 2010).

Tačiau yra tėvų, kurie nepatenkinti: **„**vaiko saugumas, dar vis matosi kad jaučiasi nesaugiai. Leidus pilnai dienai į darželį ir pasiėmus, vaikas iškrauna dideles emocijas, nenori prisileist žmonių išskyrus mamą arba nori būti viena kambarį kokią valandą ar dvi“. Šiuo atveju reikia išsiaiškinti ką tėvai padarė, kad vaikas būtų pasiruošęs būti pilną dieną darželyje.

Tėvai nori daugiau dėmesio ir pokalbių apie vaikus: „Vaikas iki šiol darželyje būna max 2,5 val, adaptacija vis dar vyksta, kartais norisi daugiau bendravimo iš pedagogų pusės, nes ne visada išgirstu kaip sekėsi mano vaikui per dieną. Kartais papasakoja, o kartais tik skuba atgal į grupę ir nieko neišgirstu ar buvo gerai ar blogai“.

Galima suprasti, kad: „Sudėtingas miego darželyje procesas“. Ne visi tėvai yra pasirengę ir turi įgūdžių, kaip įsitraukti į vaiko adaptacijos procesą, todėl pedagogų ir ikimokyklinės įstaigos vadovybės tikslas yra šviesti tėvus, suteikiant jiems reikiamą informaciją ir integruojant į ikimokyklinės įstaigos gyvenimą.

Pastebi, kad: „Atjautos, meilės, apsikabinimų, panešiojimų nebuvimas“. Ne visi pedagogai yra pajėgūs nešioti vaikus. Tėvų švietimas yra dalis bendradarbiavimo proceso, nes sąveikaujančios pusės turi padėti viena kitai. Nurodoma, kad tėvų švietimas, kaip padėti vaikui geriau adaptuotis ikimokyklinėje įstaigoje, paruošiant vaiką šeimoje ir įgalinant šeimos narių

dalyvavimą vaikų ikimokyklinės įstaigos aplinkoje, tampa reikšminga sąlyga, siekiant pagerinti vaiko adaptacijos procesą (Leliūgienė ir kt., 2010; Kovienė, 2017). Šiuo atveju tėvų švietimas suprantamas „ne tik kaip žinių teikimas, bet ir kaip konstruktyvi veikla, pagrįsta asmens aktyvumu, bendradarbiavimu, kai žinios yra konstruojamos pažįstant tam tikrus reiškinius bei aktualizuojamos veikiant“ (Leliūgienė ir kt., 2010).

IŠVADOS

1. Didžioji dauguma respondentų **ruošė vaiką darželio lankymo pradžiai** (kalbėjo su vaiku apie galimybę darželyje sutikti draugų, pratino bei suteikė galimybę bendrauti su kiemo vaikais, lankėsi darželyje, ėjo pasikalbėti su būsima vaiko mokytoja, lankėsi kitame darželyje, gyveno darželio ritmu). (100 proc.).

2. **Tėvų veiksmai lengvinantys vaiko adaptaciją daželyje:** džiugiai kalbėjo su vaiku apie darželį ir veiklą jame, visiškai pasitikėjo pedagogu ir kitais darželio darbuotojais, stengėsi ugdyti vaiko savarankiškumą, buvo pozityviai nusiteikę daželio ir pedagogų atžvilgiu, buvo su savo vaiku grupėje jo adaptacijos metu, derino dienos ritmą namuose prie darželio rutinos, skyrė pakankamai laiko vaiko adaptacijai skaitė literatūrą apie vaiko adaptaciją, kasdien informavo pedagogą apie vaiko sveikatą ir nuotaikas, tenkino visus vaiko poreikius namuose.

3. Tyrimo dalyviai ***lengva*** savo vaiko adaptaciją įvardija 20,0 proc. 60,0 proc – ***su tam tikraus sunkumais***. 20,0 proc. išsakė, jog vaiko adaptacija yra ***sunki***.

4. **Svarbiausi veiksniai lengvai vaiko adaptacijai darželyje:** *pedagogų ir tėvų bendradarbiavimas, tėvų nuostatos darželio atžvilgiu, vaiko charakterio, fiziniai ypatumai,.*

5. **Adaptacijos metu kylantys sunkumai:** nenoras eiti į darželį (dėl atsiskyrimo nuo tėvų, aplinkos pakeitimo, pasikeitusio rėžimo ir taisyklių, nemalonių potyrių darželyje, tėvų pokalbio su vaiku apie tai, kad vaikas bus paimtas laiku iš darželio, trūkumo) ar vaiko *patiriamas stresas adaptacijos metu.*

6. **Pedagogo elgesys vaiko adaptacijos metu:** stengėsi užmegzti artimą ryšį su vaiku, stengėsi pažinti vaiką, išsiaiškinti jo poreikius. Pokalbiais su vaiku, siūlė šviestis moksline literatūra adaptacijos klausimais, susidraugavo su vaiku ar skatino esant poreikiui, kalbėtis su psichologe, nukreipė į nuotolinį seminarą apie vaikų adaptaciją.

7. **Sklandžios vaikų adaptacijos darželyje ypatumai:** lemia vaiko nuteikimas šeimoje, daugiausia priklauso nuo pedagogų ir nuo šeimos, vaiko asmeninių savybių derinio. Mokėjimas pasirūpinti savimi – neatsiejama vaiko raidos vystymosi dalis, o vaiko savarankiškumo ugdymas – vienas iš adaptacijos lengvinimo būdų,.

8. **Nesėkminga adaptacija** kelia mokymosi sunkumų, kelia antipatiją pedagogams, grupės draugams, sukelti sveikatos problemų. Matėme, jog 20 proc. išsakė, jog vaiko adaptacija yra sunki. Daugiausia tėvų pastebi tam tikrų sunkumų adaptacijos metu.

9. **Tėvų lūkesčiai prieš pradedant jų vaikui lankyti darželį:** vaiko saugumo, meilės ir švelnumo teikimo, savarankiškumo skatinimo, užtikrintos globos, ugdymosi įgūdžių lavinimo.

10. **Neįgyvendinti ar dalinai įgyvendinti lūkesčiai:** norėtųsi didesnio komentaro iš auklėtojos, kaip jam sekėsi, kur pasitengti, į ką atkreipti dėmesį; trūko ir tebetrūksta informacijos apie vaiko adaptaciją bei elgesį grupėje, apie blogąsias dienas.

11. **Informacijos poreikis prieš lankant darželį:** trūko pokalbio su būsima mokytoja, norėjo susirinkimo prieš pradedant vaikui lankyti darželį ar konsultacijos adaptacijos klausimais, lankstinuko apie adaptacijos pradžią.

REKOMENDACIJOS MOKYTOJAMS

Lankstumas ugdymo procese. Adaptaciniu laikotarpiu būtinas lankstus ugdomojo procese režimas: galima priimti vaikus iš pradžių 2 val., po to ilginti buvimo laiką, atsižvelgiant į tai, kaip greitai vaikas pripranta.

Švieskite tėvus adaptacijos tema. Pasiūlykite literatūros ar šviečiamąją medžiagą tėvams adaptacijos tema, pakvieskite į konsultaciją ar individualiam pokalbiui. Vaizdinė informacija turi būti ryški, koncentruota, prasminga ir aktuali tuo metu. Adaptacijos laikotarpiu stende skelbiama informacija su rekomendacijomis, kaip išmokti šiuo laikotarpiu išsiskirti su mažyliu, su juo bendrauti (pavyzdžiui, ko jam nereikėtų sakyti).

Atidumas besiadaptuojančiam vaikui. Domėkitės individualiais vaikų ypatumais, išsiaiškinkite išskirtines vaikų savybes, pomėgius, siekiant atliepti jų individualiems poreikiams geresniam prisitaikymui darželyje. Reikia atidžiai pažvelgti į kiekvieno vaiko individualias ypatybes ir stengtis laiku suprasti, kas slypi už kai kurių vaikų tylos, ramybės, pasyvumo. Atliekant įprastas veiklas, reikia atsižvelgti į individualias vaikų savybes, jų įpročius ir pageidavimus. Būtina atsižvelgti į visus individualius vaiko įpročius, taip pat ir į žalingus, ir jokiu būdu **nebandyti jų perauklėti.**

Kurkite nuoširdžius ryšius. Stenkitės susidraugauti su naujai padėjusiais lankyti darželį vaikais. Artimas ryšys kuria sąlygas pasitikėjimui. Prižiūrinčiam mokytojui svarbiausia laimėti vaiko pasitikėjimą ir meilę. Turite stengtis, kad jis pajustų, jog yra suprastas ir priimtas toks, koks jis yra. Kad geriau suprastumėte vaiką, pačiam pedagogui reikėtų dažniau prisiminti vaikystėje patirtus atsiskyrimo nuo artimųjų išgyvenimus, baimes. Tai padėtų kantriai ištverti nuolat verkiančio ir „prie sijono“ prilipusio vaiko nuovargį ar susierzinimą.

Raskite tinkamus metodus. Ieškokite būdų ir tinkamų metodų darbui su besiadaptuojančiais vaikais. Ne visada vienodi būdai tinka skirtingiems vaikams, todėl nebijokite keisti darbo metodų. Su vaikais reikėtų elgtis individualiai, ypač su labai jautriais, uždarais, daug verkiančiais. Rytinio priėmimo metu ar prieš miegą, pasakokite istorijas, dainuokite lopšines, įjunkite ramią, atpalaiduojančią muziką. Naudokite žaismingus bendravimo su vaikais metodus.

Pozityvios emocinės atmosferos kūrimas grupėje. Mokytojas turėtų būti atlaidus vaikų verksmui, reaguoti į jų tėvų prašymus, būti dėmesingas, ramus, gebėti sukurti grupei pozityvų emocinį klimatą. Kurkite teigiamą vaiko požiūrį į artėjančius dienos režimo procesus, naudodami lopšines, pokštus, pirštukų žaidimus, poeziją, judrius žaidimus.

Gebėti kūrybiškai spręsti situacijas. Mokytojas turi būti geras aktorius: mokėti laiku pasakoti pasaką, padainuoti dainelę, išmanyti žodinę liaudies kūrybą: dainelių, lopšinių, kad prireikus atitrauktų vaiko dėmesį. Taip pat gebėti panaudoti linksmus žaidimus kaip staigmeną.

Tinkamu metu naudoti kūno terapijos elementus. Vaiko adaptacijos ikimokyklinėje ugdymo įstaigoje metu pedagogams rekomenduojama naudoti kūno terapijos elementus (paimti vaiką ant rankų, pasisodinti ant kelių, apkabinti, paglostyti).

Tinkamai naudoti muzikos terapijos elementus. Periodiškai įjunkite tylią, ramią muziką, tačiau reikia ją reikėtų naudoti tik pagal poreikį ir tinkamu metu.

Vandens ir smėlio, pasakų žaidimai. Žaidimas su smėliu ir vandeniu ramina vaikus. Organizuokite individualius įdomius, raminančius užsiėmimus su vandeniu, smėliu, pasakų žaidimus, piešiant pirštais ant didelių popieriaus lapų. Naudokite stalo teatrą, vaidindami scenas iš pasakų ir pan. Organizuokite tuos pačius žaidimus tarp kelių vaikų. Jūs vis tiek atsidursite situacijos viduryje, bet su jūsų pagalba vaikai gali linksmintis vieni su kitais.

Juokas – geriausias vaistas nuo streso. Reikalinga kurti tokias situacijas, kad vaikas kuo daugiau juoktųsi. Naudoti smagius žaislus, pakviesti neįprastus svečius – zuikius, klounus, voveraites ir kt.

Vaikų savijautos stebėjimas. Mokytojas kasdien stebi psichoemocinę vaikų būklę, veda žaidimus ir nedidelio judrumo žaidimus. Tuo pačiu metu yra stebimi ikimokyklinio amžiaus vaikai, turintys bendravimo sunkumų ir padidėjusį nerimo lygį. Ateityje su jais ir su jų tėvais planuojamas individualus, gilesnis darbas.

Individualus dėmesys. Neignoruokite vaiko žodžių. Kai jis be galo kartoja „mama ateis“, jis tuo tikrai nėra tikras, bijo, kad mama niekada neateis ir ieško suaugusiojo patvirtinimo didžiausiam savo troškimui. Todėl į kiekvieną tokį vaiko prašymą atsakykite teigiamai, padėdami jam patikėti, kad netrukus pamatys mamą. Stenkitės jo dėmesį nukreipti į žaislus, apsidairykite po kambarį, aptarkite, kas jame yra. Jei vaikas domisi žaislu, pažaiskite su juo ir pabandykite kurį laiką palikti jį ramybėje, paaiškindami, pavyzdžiui, kad reikia nusiplauti rankas ir pažadėti greitai sugrįžti. Palikite kelioms minutėms ir grįžkite pas vaiką. Jis išmoks suprasti, kad visada esate šalia. Jei vaikas ir toliau nuolat jus seka, prijunkite jį prie savo darbo. Atsisėskite šalia, paprašykite padėti išimti žaislus, pasiūlykite atnešti knygelę paskaityti su kitais vaikais ir pan. Taip užfiksuosite tam tikrą atstumą tarp savęs ir vaiko ir tuo pačiu metu bus su juo.

Dėmesys uždariesiems. Atkreipkite dėmesį ne tik į tuos vaikus, kurie aiškiai to reikalauja, bet ir į tuos, kurie iš pirmo žvilgsnio jaučiasi ramūs. Nepalikite abejingai uždaro vaiko. Abejingumas, apatija – vienas iš psichologinio diskomforto požymių, bėdų emocinėje sferoje. Jei vaikas abejingai apsidairo aplinkui, yra įsikibęs į žaislą, ir atsisako žaisti, patys pradėkite žaisti šalia jo. Geriausia, jei tai istoriją kuriantis žaidimas, kurio metu galima sugalvoti veikėjų dialogus, kartais kreipiantis į vaiką ir pamažu įtraukiant jį į žaidimą. Šį žaidimą galima žaisti su vienu noriai žaidžiančių vaikų. Galbūt toks žaidimas labiau sudomins vaiką. Nepamirškite su vaiku pažaisti emocingų žaidimų, tokių kaip „šarka-varna“, „pagauk“, „slėpynių“. Slėpynės žaidimas yra ypač svarbus mažiems vaikams, turi tam tikrą didaktinę funkciją. Tai leidžia vaikui praktikuoti mokymąsi apie tokius reiškinius kaip išnykimas ir vėl atsiradimas, todėl jam gali būti lengviau išlaukti, kol ateis mama ar tėtis.

Būkite emociškai prieinami. Adaptacijos laikotarpiu visokeriopai būtina tenkinti itin stiprų vaikų emocinio kontakto poreikį su suaugusiuoju. Meilus elgesys su vaiku, periodiškas vaiko buvimas ant suaugusiojo rankų, kelių suteikia jam saugumo jausmą, padeda greičiau adaptuotis.

Bendradarbiaukite su ugdytinių tėvais. Aktyviai bendradarbiaudami su ugdytinių tėvais, galite suprasti, ko reikia konkrečiu atveju pasiūlant reikalingą pagalbą tėvams. Nuo tėvų labiausiai priklauso jų vaikų adaptacija. Pasidomėkite vaiko charakterio ir elgesio ypatumais. Stenkitės kiekvieną dieną kalbėtis su tėvais, ugdyti juose pasitikėjimą ir išsklaidyti nerimą bei nerimą dėl savo vaiko. Vaikų darbai turi būti demonstruojami tėvams, kad jie matytų, ką vaikas veikia grupėje ir galėtumėte aptarti jo pažangą. Darbą reikia organizuoti taip, kad vaikui iš abiejų pusių būtų pateikti vienodi reikalavimai. Įtemptas adaptacijos laikotarpis yra individualus

kiekvienai šeimai. Jis gali būti skirtingos trukmės. Šiuo atžvilgiu yra kalbama apie tris pritaikymo lygius:

- lengva adaptacija - vaiko elgesys normalizuojasi per 10-15 dienų;

- vidutinio sunkumo adaptacija - per mėnesį;

- sunki adaptacija - tai trunka nuo 2 iki 6 mėnesių.

REKOMENDACIJOS TĖVAMS

Permąstykite savo požiūrį. Tėvų nerimas dėl darželio, abejonės ar nepasitenkinimas labai lengvai persiduoda vaikui, tad pradžioje pradėkite nuo savo pačių požiūrio. Venkite išankstinės neigiamos nuostatos (gal mano vaiką skriaus, blogai prižiūrės, susargdins…). Turėkite teigiamą požiūrį, nes nuo jo priklausys Jūsų vaiko nusiteikimas lankyti darželį. Formuokite vaikui gerą nuostatą apie darželį.

Apie darželį vaikui kalbėkite pozityviai. Pasikalbėkite su vaiku apie tai, ką vaikai veikia darželyje ir kodėl ten yra smagu. Galite akcentuoti tas veiklas, kurias vaikas mėgsta (pvz. žaisti lauke arba piešti) arba dalykus, kurių vaikas išmoks (skaičiuoti, skaityti).

Venkite išankstinės neigiamos nuostatos: (gal mano vaiką skriaus, blogai prižiūrės, susargdins…). Turėkite teigiamą požiūrį, nes nuo jo priklausys Jūsų vaiko nusiteikimas lankyti darželį.

Prisiderinkite prie dienotvarkės. Susižinokite darželio dienotvarkę porą – trejetą mėnesių prieš pradėdami lankyti darželį ir pamažu pertvarkykite savąją taip, kai ji būtų kuo artimesnė darželio dienotvarkei. Kai pasikeitimų tiek daug, gerai turėti bent šį tą, prie ko vaikui adaptuotis nereikia.

Būkite nuoseklūs. Apsispręskite, ar tikrai norite lankyti darželį. Jei nusprendėte, nekaitaliokite. Labai svarbu į darželį vaiką vesti kasdien. Bent po keletą valandų. Įprastas ritmas teikia vaikui saugumo jausmą.

Ruoškitės ėjimui į darželį iš anksto. Keliaukite su vaiku į parduotuvę ir nusipirkite ką nors darželiui. Ruošdamiesi į darželį tvarkykitės skambant nuotaikingai dainelei, leiskite vaikui pasirinkti žaislą ar daiktą, kurį jis nešis į darželį. Galima grupėje palikti savo atsineštus žaislus ar daiktus – tai dalelė namų kitoje aplinkoje.

Pasitelkite žaidimus išsiskyrimo nerimui mažinti. Žaiskite slėpynių ir trumpų išsiskyrimų žaidimus. Jei atsiskyrimo nerimas tęsiasi labai ilgai ir trukdo vaikui kasdieniame gyvenime (sutrinka miegas, maitinimasis, kalba, labai stipriai keičiasi elgesys) vertėtų pagalbos kreipkitės į psichologą.

Pratinkitės prie išsiskyrimų. Dar iki darželio raskite progų bent kelioms valandoms palikti vaiką seneliams, draugams ar artimiesiems. Palikite vaiką bent keletą kartų pas draugus, kurių vaikų amžius panašus.

Susiraskite draugų. Gal kaimynų vaikas lankys tą pačią darželio grupę kaip ir jūsiškis? Suorganizuokite bendrą pramogą ir leiskite vaikams susidraugauti. Tyrimai rodo, kad vaikai greičiau adaptuojasi naujame darželyje, jei turi bent vieną pažįstamą žmogų grupėje.

Susipažinkite su vaiką prižiūrinčiais asmenimis. Nebijokite kreiptis patarimo į specialistus (įstaigos socialinį pedagogą, psichologą), pabendraukite su kitais tėveliais, kurių mažyliai sėkmingai adaptavosi. Visada pasidomėkite, kaip jūsų vaikui sekasi, kaip keičiasi jo elgesys, kokių sunkumų patiria, kartu aiškinkitės priežastis.

Palengvinkite išsiskyrimą su vaiku. Į grupę atveda tas šeimos žmogus, su kuriuo mažylis lengviau išsiskiria, prie kurio mažiau yra "prisirišęs".

Neišeikite neatsisveikinę su vaiku. Vaikui suprantama forma pasakykite, kuriam laikui jį paliekate. Laikykitės jam duoto pažado, kad neprarastumėte jo pasitikėjimo. Sugalvokite atsisveikinimo ženklą, gestą ar kitokį sutartą ritualą, po kurio iš karto Jūs išeinate (žaibas, bučkis, apkabinimas ir pan.).

Skaitykite knygas, straipsnius apie darželį. Skaitykite knygeles apie darželį ar žaiskite vaidmenų žaidimus – taip vaikas geriau pasiruošia jo laukiantiems pokyčiams. Knygynuose galite rasti gražiai iliustruotų knygelių apie mažylių ruošimąsi lankyti darželį.

Po darželio – namo. Buvimas darželyje vargina, po darželio, geriausia eiti namo, ramiai ir neskubant, nesistengti apkrauti vaiko naujais įspūdžiais: žaidimo kambariais, parduotuvėmis, kompiuteriais ar televizoriais. Vaikui reikia tylos ir ramybės, pasivaikščiojimo lauke.

Kurkite šiltą ryšį. Vakare nepamirškite gerą valandą laiko skirti tik mažyliui, kad intensyvaus bendravimo dėka stiprėtų mamą, tėtį ir vaiką jungiantys saitai.

Yra keli pagrindiniai požymiai, kurie gali parodyti, ar vaikas prisitaiko prie aplinkos. Tam reikia atsakyti į tam tikrus klausimus:

- Ar vaikas jaučiasi saugiai ?
- Ar bendrauja su kitais vaikais?
- Ar nebijo suaugusiųjų, bendrauja su jais?
- Ar orientuojasi patalpose kiek leidžia jo galimybės?
- Ar ima daiktus, žaislus ar bent kiek jais domisi?

Į vaiko gyvenimą pasibeldus permainoms jam ypatingai svarbi tėvų meilė, jų padrąsinimas, emocinis palaikymas, vidinė ramybė ir tikėjimas, kad vaikui pavyks.

LITERATŪRA

1. Akçinar B. 2013. The predictors of school adaptation in early childhood. Procedia - Social and Behavioral Sciences, No. 93, 1099–1104 p. Gersamia et al., 2015;

2. Ausėnaitė D. 2014. Į vaikų darželį: dėl ašarų kalti tik tėvai [interaktyvus]. Vlmedicina.lt, [žiūrėta 2021 m. spalio 09 d.]. Prieiga per Internetą: <http://www.ve.lt/naujienos/visuomene/ psichologija/i-vaiku-darzeli-del-asaru-kalti-tik-tevai-1229493/>.

3. Bankauskienė N., Masaitytė R. 2015. Ikimokyklinių ugdymo įstaigų socialinių pedagogų profesinio tobulinimosi raiška. Tarptautinė mokslinė praktinė konferencija: Ikimokyklinio ir priešmokyklinio ugdymo pedagogų rengimo problematika, 18–24 p.

4. Borbélyová D. 2016. Adaptation to the School Enviroment in Early Elementary Education [interaktyvus]. Paidagogos.net, [žiūrėta 2021 m. spalio 10 d.]. Prieiga per Internetą: https://www.paidagogos.net/issues/2016/2/article.php?id=13>

5. Brzezińska A. I., Czub M., Ożadowicz N. 2013. Adaptation of three-year old child to preschool environment. Edukacja. An interdisciplinary approach, No. 1, 25–40 p.

6. Brožaitienė J., Gudelienė R., Staniūtė M. 2011. Tėvų vaidmuo ikimokyklinio amžiaus vaikų adaptacijos ligoninėje metu. Sveikatos mokslai, Nr. 7 (21), 75–79 p.

7. Gersamia I., Imedadze N. 2015. Difficulties in social adaptation of a child to kindergarten: research of factors. Forum Pedagogiczne, No. 2, 253–263 p.

8. Gudžinskienė V., Palaimaitė A. 2010a. Žaidimas kaip natūrali pirmaklasių adaptacijos gerinimo priemonė. Žvirblių takas, Nr. 2, 2–9 p. Gudžinskienė V., Palaimaitė A. 2010b. Žaidimas kaip pirmaklasių adaptacijos gerinimo priemonė. Pedagogika, Nr. 97, 78–84 p.

9. Chranovskienė S. 2013. Dilema tėvams: vaiko adaptacija darželyje [interaktyvus]. Bernardinai.lt, [žiūrėta 2021 m. spalio 10 d.]. Prieiga per Internetą: <http://www.bernardinai.lt/straipsnis/2013-08-21-dilema-tevams-vaiko-adaptacija-darzelyje/ 105399>.

10. Kepalaitė A. 2010. Mokyklines adaptacijos sunkumų koreliatai: kontrolės lokusas ir socialinis interesas. Ugdymo psichologija, Nr. 21, 35–41 p.

11. Klizaitė J., Rupkuvienė S., Varneckienė A., Valaitienė A. 2017. Kitakalbių šeimų ikimokyklinio amžiaus vaikų adaptacijos procesas ikimokyklinio ugdymo įstaigoje. Tarptautinių konferencijų mokslinių straipsnių rinkinys: Studijos – verslas – visuomenė: dabartis ir ateities įžvalgos II, 63–74 p.

12. Kornilavičienė I., Bagdonas A. 2016. Tėvų požiūris į vaikų adaptaciją priešmokyklinio ugdymo grupėje. Ikimokyklinio ir priešmokyklinio ugdymo pedagogų rengimo problematika: konferencijos pranešimų medžiaga, 115–124 p.

13. Kubilienė K. 2010. Mokinių adaptacija gimnazijoje: mokytojo kompetentingumo vaidmuo. Pedagogika, Nr. 98, 100–107 p.

14. Myers D. G. 2000. Psichologija. Kaunas: Poligrafija ir informatika.

15. Myers D. G. 2008. Psichologija (papildytas ir išplėstas leidimas). Kaunas: Poligrafija ir informatika.

16. Obradovič J. 2016. Physiological Responsivity and Executive Functioning: Implications for Adaptation and Resilience in Early Childhood. No. 1, Vol. 10, 65–70 p.

17. Šulcienė I. 2012. Adaptacija darželyje [interaktyvus]. Sulciene.lt, [žiūrėta 2021 m. spalio 10 d.]. Prieiga per Internetą: <http://sulciene.lt/2012/09/adaptacija-darzelyje/>.

18. Vildžiūnaitė A. 2011. Kai kurios penktokų adaptacijos mokykloje problemos. Žvirblių takas, Nr. 5, 18–19 p.

PRIEDAS Nr.1

Anketa: „Pradėjusių lankyti vaikų, adaptacija darželyje 2022 m.“

Gerbiami tėveliai, norime sužinoti kaip sekasi prisitaikyti Jūsų vaikams mūsų darželyje. Anketoje klaidingų ar teisingų atsakymų nėra, mums svarbi Jūsų asmeninė nuomonė. Jūsų dalyvavimas tyrime padės išsiaiškinti su kokiomis problemomis susiduriama vaiko adaptacijos mūsų įstaigoje metu. Iš anksto dėkojame už Jūsų sugaištą laiką ir atsakymus.

Atsakydami į anketos klausimus, pažymėkite Jums labiausiai tinkančio atsakymo variantus. Reikiamose vietose atsakymą įrašykite.

Jūs esate:

Mama

Tėtis

Jūsų amžius

a) Nuo 20-30 metų

b) Nuo 31-40 metų

c) Nuo 41-50 metų

d) Nuo 51-60 metų

e) Nuo 60 ir daugiau

Jūsų vaiko lytis?

Mergaitė

Berniukas

Koks vaiko amžius?

0-1

1-3

3-4

4-6

Kaip Jus apibūdintumėte savo vaiką?

Visiškai ramus

Mažai emocionalus

Neemocionalus

Labai emocionalus

Ar pakankamai turite informacijos apie vaikų adaptaciją?

Taip

Ne

Kaip ruošėtės vaiko adaptacijai prieš pradedant jam lankyti darželį:

Vyko parengiamieji pokalbiai su auklėtoja prieš pradedant lankyti lopšelio grupę

☑ Aiškinome vaikui, kad darželyje sutiks draugų;

Apsilankėme su vaiku darželyje ir parodėme, ką veikia vaikai;

☑ Suteikėme galimybių bendrauti su kitais (kiemo)vaikais;

Nebuvo atliekama jokių pasirengimo veiksmų (kodėl?) Įrašykite .....

Kas, Jūsų nuomone, yra svarbiausia lengvai vaiko adaptacijai (pažymėti tris svarbiausius Jums teiginius):

	Visiškai sutinku	Sutinku	Nesutinku
Tėvų nuostatos darželio atžvilgiu			
Tėvų ir pedagogų bendradarbiavimo			
Vaiko fizinio išsivystymo			
Vaiko amžiaus			
Vaiko charakterio ypatumų			
Sveikatos būklės			
Lyties			
Negatyvių įvykių šeimoje			

Kaip manote, ar visada adaptacijos metu juntamas stresas?

Taip

Ne

Ne visada

Nežinau

Kodėl Jūsų manymu vaikui dažnai nesinori eiti į darželį?

Ką darėte Jūs, kad vaiko adaptacija darželyje būtų lengvesnė :

	Visiškai sutinku	Sutinku	Nesutinku	Visiškai nesutinku
Buvau su vaiku grupėje jo adaptacijos metu				
Tenkinau visus vaiko poreikius namuose				
Derinau dienos ritmą namuose prie darželio rutinos				
Kasdien informavau pedagogą apie vaiko sveikatą ir nuotaikas				
Buvau tik pozityviai nusiteikęs/-usi darželio ir pedagogų atžvilgiu				
Džiugiai kalbėjau su vaiku apie darželį ir veiklą jame				
Skyriau pakankamai savo laiko vaiko adaptacijai (nėjau į darbą, vaiką grupėje palikdavau tik kelioms valandoms, kita).				
Visiškai pasitikėjau pedagogu ir kitais darželio darbuotojais				
Skaičiau literatūrą apie vaiko adaptaciją				
Nedariau papildomo spaudimo nei buvo iki darželio lankymo pradžios				

Stengiausi ugdyti vaiko savarankiškumą

Ar pedagogas stengėsi palengvinti Jūsų vaiko adaptaciją? Jeigu taip, tai kokiais būdais? (galimi keli variantai)

Pokalbiais su vaiku

Stengėsi pažinti vaiką ir išsiaiškinti Jo poreikius

Siūlė šviestis moksline literatūra vaiko adaptacijos klausimais

☐

Stengėsi užmegzti artimą ryšį su vaiku

☐

Nesistengė

☐

☐

Kaip sužinote, jog vaikui sunku adaptuotis? (galimi keli variantai)

☐

Vaikas pasako pats

☐

Blogas miegas naktį

☐

Pasikeitęs vaiko elgesys

☐

Pasako pedagogai

☐

☐

Kaip vertinate savo vaiko adaptaciją?

○

Lengva

○

Su tam tikrais sunkumais

○

Sunki

Lentelėje pateikti sklandžios ir sėkmingos, bei problemų keliančios adaptacijos teiginiai. Kiekvienoje eilutėje pasirinkite ir pažymėkite po Jums tinkantį atsakymo variantą.

	Mokėjimas pasirūpinti savimi – neatsiejama vaiko raidos vystymosi dalis.	Sėkmingą adaptaciją lemia vaiko nuteikimas šeimoje.	Savarankiškumo ugdymas – vienas iš adaptacijos lengvinimo būdų.	Adaptacijos sėkmingumas labiausiai priklauso nuo pedagogų.	Nesėkminga adaptacija kelia mokymosi sunkumų.	Nesėkminga adaptacija kelia antipatiją pedagogams, grupės draugams.	Nesėkminga adaptacija gali sukelti sveikatos problemų.
Visiškai sutinku	○	○	○	○	○	○	○
Iš dalies sutinku	○	○	○	○	○	○	○
Nei sutinku nei nesutinku	○	○	○	○	○	○	○
Greičiau nesutinku	○	○	○	○	○	○	○

	Mokėjimas pasirūpinti savimi – neatsiejama vaiko raidos vystymosi dalis.	Sėkmingą adaptaciją lemia vaiko nuteikimas šeimoje.	Savarankiškumo ugdymas – vienas iš adaptacijos lengvinimo būdų.	Adaptacijos sėkmingumas labiausiai priklauso nuo pedagogų.	Nesėkminga adaptacija kelia mokymosi sunkumų.	Nesėkminga adaptacija kelia antipatiją pedagogams, grupės draugams.	Nesėkminga adaptacija gali sukelti sveikatos problemų.
Visiškai nesutinku	○	○	○	○	○	○	○

Kokie buvo Jūsų esminiai lūkesčiai vaikui pradėjus lankyti darželį?

☐

Užtikrinanti globa

☐

Vaiko saugumas

☐

Meilės ir švelnumo teikimas

☐

Ugdymosi įgūdžių lavinimas

☐

Savarankiškumo skatinimas

☐

Kokie lūkesčiai liko neįgyvendinti ar įgyvendinti tik dalinai?

Įrašykite.....