Rekomendacijos mokytojams ir tėvams, siekiant sklandžios vaikų adaptacijo, pasikeitus grupės aplinkai ar išeinant iš namų

1. Naudinga vadovautis informacija apie vaikų adaptaciją ikimokyklinėje ugdymo įstaigoje, domėtis apie vaikų adaptacijos periodą, jo sunkumus ir kaip lengviau jį pereiti tiek tėvams, tiek jų vaikams. Mokytojai turėtų parengti psichologinės, metodinės medžiagos ir rekomendacijas, atitinkančias vaikų amžių, siekiant sėkmingos adaptacijos.

2. Prieš pradedant lankyti ikimokyklinę įstaigą, tėvai turėtų kartu su vaiku apsilankyti grupėje, susipažinti su pedagogėmis, darželio tvarka, režimu. Mokytojai supažindina tėvus su grupės dienele, jos taisyklėmis.

3. Tėvai, atvedę vaikus į ikimokyklinę ugdymo įstaigą, privalo kuo daugiau atskleisti savo vaiko charakterio savybių, apibūdinti temperamentą, jei reikalinga – papasakoti apie buvusius svarbius vaiko gyvenimo įvykius. Tuo tikslu mokytojai gali parengti klausimyną apie vaikų individualumą, šeimos tradicijas, vaiko įpročius. Tai padėtų individualiai vaiko adaptacijai, kai reikalingas ypatingas dėmesys.

4. Vaiką prie naujos aplinkos ir ritmo reikėtų pratinti palaipsniui. Pradžioje mažylį palikti tik kelias valandas iki pietų. Vėliau kaskart vis ilgiau. Ne darbo dienomis, laisvomis dienomis laikytis kasdieninio darželio režimo.

5. Tėvai turėtų daug bendrauti su vaiku, pasakoti, ką jie veiks, kol vaikas bus darželyje. Kadangi vaiko mąstymas yra egocentriškas, jis gali manyti, kad jį tėvai palieka, nes nebenori su juo būti. Mokytojos, garantuodamos emocinę gerovę, visada primena vaikams, kad jie gali būti ramūs, nes bet kada galima susisiekti su tėveliais.

6. Svarbu išeinant atsisveikinti ir nebijoti vaiko ašarų. Adaptacijos laikotarpiu vaikas išgyvena stresą, o verkdamas natūraliai išsivalo nuo neigiamų emocijų, neleidžia joms kauptis organizme. Todėl labai svarbu kiekvieną kartą pasakyti vaikui, kada jį pasiims tėvai. Kadangi darželinukas dar nesupranta laiko, reikia nurodyti konkretų įvykį, t.y. pavalgius pietus, pamiegojus miegelį ir pan., galima sudaryti paveikslėlių algoritmą.

7. Pasiruošti, sugalvoti savo atsisveikinimo ritualą. Jis turėtų būti trumpas. Pvz.: tik bučinukas, arba susitarimas – kai rytoj nueisime, atsisveikinant aš tau paglostysiu galvą, pabučiuosiu į skruostą, išeisiu, o tada tu man pamojuosi pro langą. Mokytojai bendrabarbiauja su tėveliais ir žino susitarimus.

8. Tėvai, atėję pasiimti vaiko, turi jam skirti dėmesio . Paklausti, kaip praėjo jo diena, pagirti už tai, ką vaikas nuveikė, išmoko naujo. Taip paskatindami jį didžiuotis savo pasiekimais bei

sustiprindami nusiteikimą eiti į darželį. Mokytojai tėvam perduoda informaciją apie vaiko veiklą, elgesį, kartu pasidžiaugia ar sprendžia iškilusias problemas.

9. Atsižvelgiant į vaiko individualius poreikius, savitumus, sudaryti galimybę atsinešti ramybę suteikiantį daiktą iš namų aplinkos: žinduką, šeimos nuotrauką, žaisliuką, migduką ir pan.

10. Vaiko adaptacija priklauso ir nuo vaiko buvimo darželyje laikotarpio. Po vaiko ligos, ar nebuvimo darželyje vaikas gali išgyventi stresą ir vėl iš naujo gali vykti pratinimasis prie aplinkos. Vaiko dienos režimas, sveikos gyvensenos ugdymas leis vaikui lankyti darželį be pertraukų, sėkmingai įsilieti į darželio gyvenimą.

