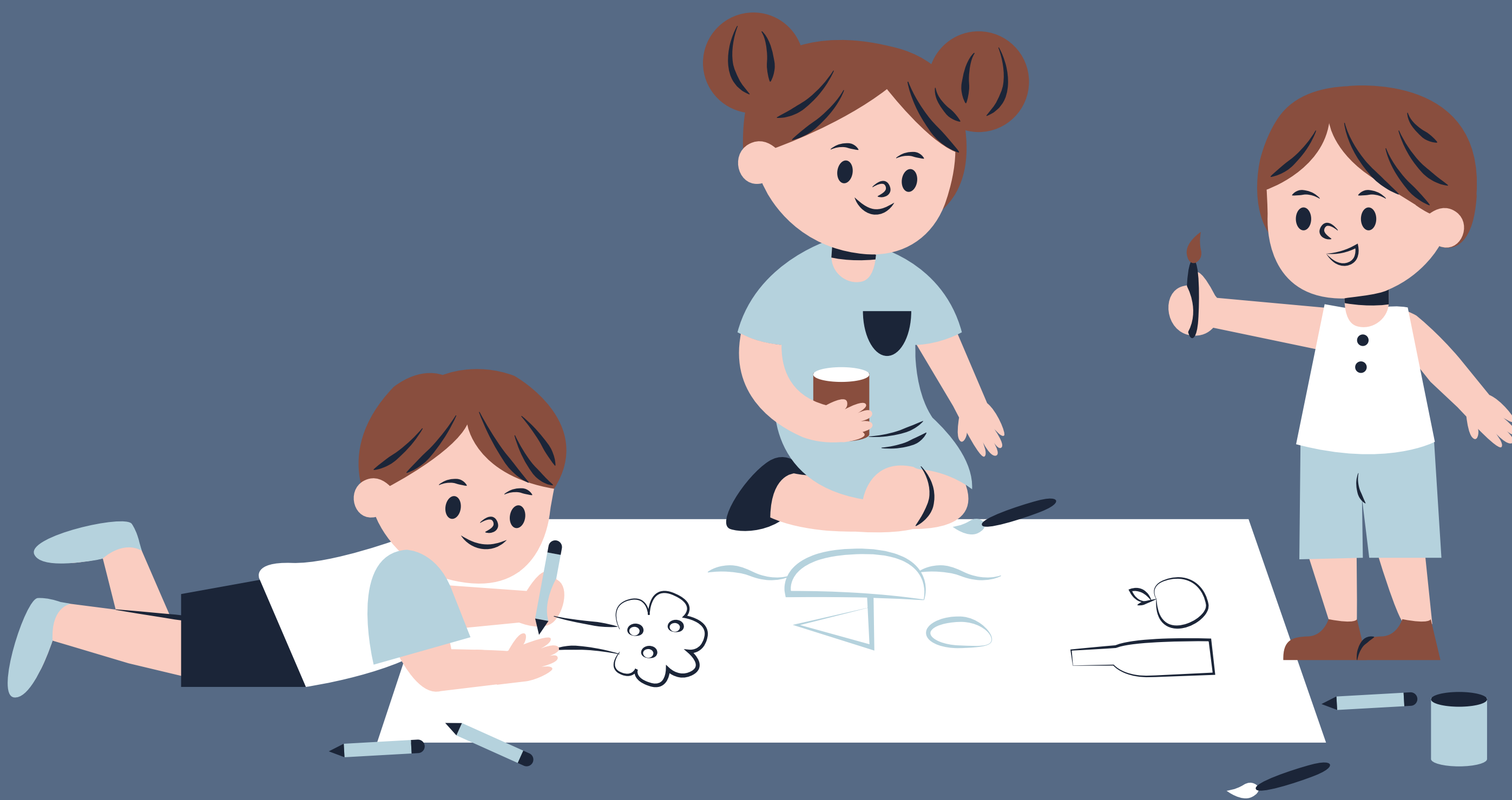


# Mano vaikas - darželinukas

Patarimai tėvams



**Darželio lankymo pradžia - svarbus įvykis tiek vaikams, tiek jų tėveliams.**

**Tikėtina, kad kyla daug klausimų, gali atsirasti nemažai įtampos, nerimo. Svarbu suprasti, kad šiuo laikotarpiu tai - natūrali būseną, kurią išgyventi padės šie patarimai.**



## **ARTĖJANT DIENAI, KAI VAIKAS PERŽENGS DARŽELIO SLENKSTĮ...**

- **Pasikalbėkite su artimaisiais, darželio auklėtojomis ar psichologu apie Jums svarbius dalykus, savo jausmus ir juos išreikškite.** Svarbu tai daryti tuomet, kai vaiko nėra šalia, nes kiekvienas vaikas jaučia savo tėvų nuotaikas, mintis, yra to veikiamas ir tai perima. Dėl to vaiko patyrimas darželyje nemažai priklauso nuo tėvelių savijautos bei požiūrio.
- **Priimkite, kad vaiko nerimavimas, baimė ar kiti jausmai yra normalūs pradedant lankyti darželį.** Juk jeigu keistūsi Jūsų gyvenimas, pavyzdžiui, šalia esantys žmonės, maistas, rutina ir panašiai, Jūs taip pat jaudintumėtės.
- **Priimkite, kad darželis yra svarbus vaiko raidai.** Darželyje vaikas mokosi socialinio elgesio, taisyklių laikymosi, lavina kognityvinius ir fizinius gebėjimus, turtina savo gyvenimišką patirtį. Tačiau suvokiant darželio naudą, svarbu nepradėti bauginti mažojo žmogučio, sakant: „Kai nueisi į darželį, išmoksi kaip reikia elgtis!“. Tokie ar panašūs žodžiai gali apsunkinti vaiko patyrimą darželyje.
- **Papasakokite vaikui, kas yra darželis, kas jo ten laukia** (pvz., žaidimai, knygos, užduotėlės, auklėtojos, vaikai), **ką jis ten darys, kaip jis jame gali jaustis** (pvz., žaidžiant su vaikais jam bus linksma, tačiau gali būti, kad jis pasiilgs tėvų ir jam bus liūdna). Galite formuoti požiūrį, kad atsiskirti - visiems liūdna, bet taip pat visiems reikia į darbą. Darželis yra vaiko darbelis, kuriame jis bus tol, kol tėveliai - savo darbeliuose.
- **Parašydami laiškėlį padėkite auklėtojai pažinti Jūsų vaiką.** Pavyzdžiui, laiškelyje papasakokite, ką vaikas mėgsta, ko nemėgsta, ką jis daro labai gerai, o kur - jo silpnosios pusės, kokie jo įpročiai (pvz., eiti miegoti su mėgstamiausiu žaisliuku), koks vaiko būdas (pvz., drovisi nepažįstamų žmonių, nepažįstamos situacijos jį gąsdina ar pykdo), kas jį džiugina, kas jam padeda nurimti, kada jis geriausiai jaučiasi ir t.t.



- **Pasiruošimą į darželį paverskite švente.** Pavyzdžiui, kartu apsipirkite pasidareę nedidelį sąrašą daiktų, kuriuos reikia įsigyti darželiui (pvz., *krepšelis daiktams susidėti, nauja pižama ar naujos šlepetės*). Tačiau vaikas turi suprasti, kad nauji daiktai perkami, nes jie būtini jo būsimai veiklai ir tai jokių būdu nėra papirkinėjimas, kad jis neverktų, eitų pietų miego ir pan. Taip pat būtinai kartu išsirinkite ir įdėkite svarbų vaikui daiktą, kuris leis jam jausti namų dalelę darželyje (pvz., *žaisliuką, knygelę, nuotraukas*). Dar išsirinkite drabužėlius rytojui ir pasidėkite juos prie lovos.

## PERŽENGIANT DARŽELIO SLENKSTĮ...

- **Ryte neskubėkite.** Nuvažiuokite į darželį anksčiau, kad galėtumėte neskubėdami nusirengti, pasisveikinti su auklėtoja, pasidėti daiktus ir pan.
- **Padėkite vaikui prisitaikyti.** Pirmas tris dienas maždaug valandą pabūkite darželyje kartu su vaiku. Per tą laiką apžiūrėkite žaisliukus, lovytę, padėkite vaikams užmegzti kontaktą, surasti juos dominančią veiklą ir t.t. Svarbu, kad būdami darželyje neužimtumėte stebėtojo pozicijos ir aktyviai padėtumėte auklėtojai. Po valandos atsisveikinkite su vaiku. Priklausomai nuo galimybių ir vaiko savijautos, pirmąją dieną vaiką galima palikti porai valandų ir kiekvieną dieną ilginti jo buvimo darželyje laiką. Kartais, jeigu vaikui sunku priprasti grupėje, gali būti svarbu pasiimti vaiką anksčiau, iki pietų miego. Taip pat gali būti rekomenduotina savaitės vidury padaryti vaikui „laisvadienį“. Viso to reikia tam, kad vaikas pasijaustų saugiau ir nesijaustų „įmestas“ į jam visiškai naują situaciją. Kaip palengvinti būtent Jūsų vaiko prisitaikymą darželyje – Jums atrasti padės bendradarbiavimas su auklėtoja.
- **Atsisveikinkite ir paašškinkite, kad grįšite.** Parodykite džiaugsmą, kad vaikas eina į darželį. Tuomet pasakykite, kad grįšite ir jį pasiimsite išvardindami dienos veiklas, kurios bus iki vaiko pasiėmimo laiko. Vaikai laiką matuoja suskaidydami jį ne valandomis, o veiklos sekomis (pvz., *pusryčiai, pietų miegas, vakarienė, žaidimai*). Tuomet būtinai atsveikinkite (pvz., *apsikabindami, pabučiuodami, pamojuodami*) ir išeikite. Svarbu, kad atsisveikinimas neužtruktų ilgai, nes vaikui gali atrodyti, kad jo tėveliai abejoja, ar jam darželyje bus gerai. Jeigu jau išėjote, jokių būdu negrįžkite įsitikinti, ar viskas gerai. Taip tik viską pradėsite iš pradžių.

- **Į vaiko verksmą reaguokite ramiai.** Jeigu mažylis pradeda graudžiai verkti, suprantama, kad tėveliams sunku jį palikti. Reikėtų reaguoti nenuvertinant vaiko jausmų, nekritikuojant, negėdinant ir nelyginant su kitais, kurie neverkia bei nerodant savo jaudulio. Svarbu parodyti pasitikėjimą, kad jis gali tai įveikti.
- **Ateikite pasiimti vaiko tada, kai pažadėjote.** Jei nenorite prarasti vaiko pasitikėjimo, labai svarbu laikytis pažadų, kad ir kaip tai būtų nelengva. Svarbu sutikti vaiką su vidine ramybe, būti pozityviems, parodyti šilumą.
- **Pakalbėkite apie vaiko dieną darželyje.** Pavyzdžiui, apie tai, ką matė, darė, ko mokėsi, kaip jame jautėsi, kas patiko bei nepatiko ir t.t. Pasidžiaukite jo pasiekimais, palaikykite ir padėkite susidoroti su sunkumais. Galima įvesti tradiciją, kurios metu visi prie vakarienės stalo smagiai pasipasakoja apie savo dieną, dalijasi patirtomis akimirkomis. Svarbu nuolatos domėtis vaiko diena darželyje, stebėti jo nuotaikas. Taip pat svarbu, kad tai, ko vaikas mokosi darželyje, stengtumėtės užtvirtinti ir toliau mokydamiesi namuose, palaikydami dienos režimą. Tačiau tai reikėtų daryti be spaudimo, supratingai palaikant vaiką.
- **Bendradarbiaukite su auklėtojomis.** Pakalbėkite, apie tai, kaip sekėsi Jūsų vaikui, pasitarkite, ką geriausiai būtų daryti atitinkamais atvejais, kiek galite prisidėkite prie grupės veiklos ir pan. Prisiminkite, kad glaudus ir pozityvus ryšis su auklėtojomis padės Jums ir Jūsų mažyliui jaustis saugiai ir lengviau susidoroti su įvairiomis situacijomis.