



# VAIKŲ DARŽELIO PRADŽIA: KAIP PARUOŠTI IR PASIRUOŠTI?

Darželio lankymo pradžia kelia daug įvairių emocijų ir išgyvenimų tiek vaikams, tiek jų mamoms bei tėčiams. Iš anksto besiruošiant šiam naujam etapui, jis gali praeiti saugiau ir ramiau visai šeimai.

## 1

### KAS PADEDA TĖVAMS JAUSTIS RAMIAU?

- Normalu, kad nerimaujate, tačiau nerimą svarbu pastebėti ir rasti būdų, kaip jį sumažinti. Matydami nerimaujančius tėvus, vaikai dažniausiai irgi pradeda nerimauti, o tai apsunkina išsiskyrimus.
- Pasijusti ramiau padeda nežinomybės mažinimas renkant aktualią informaciją apie darželį, jo gyvenimą, vertybes. Kalbėkitės su darželio administracija ir mokytojais, apžiūrėkite darželio interneto puslapį.
- Gali atrodyti, kad vaiką paliekate darželyje su svetimais suaugusiais ir būriu nepažįstamų vaikų. Bet jie tokie bus tik iš pradžių. Gana greitai svetimi suaugę taps draugiškais mokytojais, o nepažįstami vaikai – svarbiais žaidimų draugais.

## 2

### PRIEŠ IŠEINANT Į DARŽELĮ:

- **Perteikite vaikui, kad darželis – tai saugi, smagi ir įdomi vieta.** Jei turite teigiamų atsiminimų apie savo lankytą darželį, papasakokite vaikui, kas jums ten patiko.
- **Pradėkite vaiką pratinti prie darželio aplinkos.** Pasivaikščiokite šalia darželio, apžiūrėkite žaidimų aikšteles, susipažinkite su mokytojais. Pasakokite, kad čia jis galės daug žaisti su kitais vaikais, kartu pieš, dainuos, šoks, sportuos ir pan.
- **Įveskite namuose dienotvarkę, panašią į darželio.** Svarbu, kad vaikas įprastų valgyti ir miegoti panašiu laiku. Tada darželyje jis jausis komfortiškiau, nes jo organizmui nebereikės prisitaikyti prie naujo režimo.
- **Negąsdinkite darželiu.** Nesakykite vaikui, kad paliksite jį ir niekada nepasiimsite, kad į darželį jis eis, nes namie neklausė. Gąsdinimai labai veikia vaikus ir jie gali pradėti bijoti eiti į darželį.

## 3

### KAIP VAIKUI LENGVIAU ADAPTUOTIS?

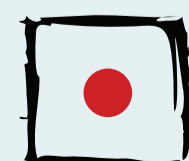
- **Leiskite vaikui ir sau apsiprasti.** Pirmomis dienomis leiskite vaikui apsiprasti su grupe ir mokytojais, jums būnant šalia, neskubėkite išeiti. Paprastai mokytojos individualiai atsižvelgdamos į kiekvieną vaiką, pataria, kada jau galite jį palikti ilgesniam laikui.
- **Atsisveikinti svarbu.** Slapti vaiko palikimai, vaikams sukelia daug nerimo ir didelį nesaugumą kiekvieną kartą artėjant išsiskyrimui. Todėl, kad ir kokie būtų sunkūs atsisveikinimai, visada trumpai, ryžtingai, bet draugiškai atsisveikinkite. Dažniausiai vaikai nusiramina vos tik tėvai išeina pro duris.
- **Namus primenantis žaislas.** Su juo vaikui bus lengviau užmigti ir naujoje aplinkoje jautis saugiau.
- **Bendradarbiaukite su grupės mokytojais.** Papasakokite jiems apie savo vaiką: ką mėgsta, kaip galima jį greičiau nuraminti, kokių turi įpročių. Jei šeimoje vyksta įvykiai, kurie gali paveikti vaiko savijautą, pasakykite apie tai. Tada mokytojai galės labiau suprasti vaiką ir padės jam greičiau nusiraminti.

## 4

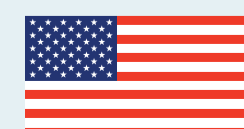
### KOKIO DĖMESIO VAIKUI REIKIA NAMUOSE?

- Pradėjęs lankyti darželį, vaikas jus matys rečiau, todėl kuo dažniau parodykite, koks jis svarbus ir mylimas. Kai tik galite, apkabinkite, laikykite ant rankų, girkite už tinkamą elgesį, švelniai drausminkite. Tai vaiką nuramins ir jis supras, kad jūsų santykiuose niekas nepasikeitė.
- Svarbu, kad vaikas rytais jaustųsi pailsėjęs ir žvalus, tačiau gali atsitikti taip, kad pradėjęs lankyti darželį, jis vakarais vilkinsėjimą miegoti. Stenkitės išlikti kantrūs ir priminkite sau, kad miegas yra dar vienas išsiskyrimas, todėl vaikas nori pratęsti buvimo su jumis laiką.

Kitos ciklo „GRĮŽTU Į DARBĄ: KAIP IŠLAIKYTI BALANSĄ TARP ŠEIMOS IR PROFESINIŲ ĮSIPAREIGOJIMŲ?“ atmintinės ir paskaitos: [pvc.lt](http://pvc.lt) ir [mamadu.lt](http://mamadu.lt)



Paramos vaikams centras  
Children Support Centre



ExchangeAlumni  
CONNECT EMPOWER INSPIRE

Kai kyla klausimų dėl vaikų ir paauglių auklėjimo ar įvairių sunkumų, pasitarkite „TĖVŲ LINIJOJE“ – 8 800 900 12.  
Daugiau informacijos: [tevelinija.lt](http://tevelinija.lt)