

Vaiko adaptacija

Psichologė Eglė Parachomikienė

2024-05-21






6–12 m.

Meistriškumas –
menkavertiškumas

- Vaikas intensyviai mokosi siekdamas būti kompetentingas ir produktyvus arba jaučiasi nevisavertis, negebantis ką nors gerai padaryti.
- Meistriškumo ir darbštumo jausmo atsiradimas labai priklauso nuo to, kaip vaikui sekasi mokykloje, nuo jo pažangumo ir nuo to, kiek jį palaiko artimieji.
- Jeigu vaikui labai nesiseka, jis nuolat kritikuojamas, gali susiformuoti nevisavertiškumo jausmas.



Adaptacija – tai procesas, kurio metu vaikas bando prisitaikyti prie naujų aplinkos sąlygų.

- Priimkite laukiantį pokytį;
 - Dalinkitės emocijomis, jausmais;
 - Žinokite, kokioje aplinkoje mokysis;
 - Stiprinkite savarankiškumą, atsakomybę, bendravimo įgūdžius.
-
- Į pokyčius visi reaguojame skirtingai.
 - Vaiko požiūris ir savijauta priklauso nuo artimos aplinkos.
 - Svarbu žvelgti realistiškai pozityviu žvilgsniu.
 - Būtina užtikrinti, kad tėvai visada šalia ir pasiruošę padėti.



Geros adaptacijos požymiai

- Vaikas pasakoja, kaip jam patinka grupėje;
- Vaikas lengvai įveikia mokymo programą;
- Tampa savarankiškas atliekant užduotis;
- Jaučia pasitenkinimą tarpusavio santykiais su kitais vaikais ir mokytojais;
- Jaučiasi emociškai stabilus.



Prastos adaptacijos požymiai

- Fizinės sveikatos sutrikimai: nuolat arba dažniau nei anksčiau skauda pilvą, galvą, pykina, blogiau miega, suprastėja apetitas, išryškėja kokia nors alerginė reakcija ir kt.
- Pasikeitusi emocinė būsena: išryškėja neigiamos emocijos, nepastovi nuotaika, nepasitikėjimas savimi, prislėgtumas, neramumas, irzlumas, jaudinimasis dėl smulkmenų, užsisklendimas savyje, įtampa ir kt.;
- Nuolatiniai vaiko skundai: jam nepatinka eiti į mokykla, skundžiasi patyčiomis, nepavyksta sutarti su bendraamžiais, mokytoja, nepavyksta susirasti draugų ir kt.);
- Suprastėjęs, pasikeitęs elgesys, socialinis aktyvumas: nenori skirtis su tėvais ir likti be jų mokyklos grupėje; nenori eiti į grupę; atsisako priimti naujas veiklas; prasčiau bendrauja su bendraamžiais ar suaugusiais.

Tėvų prašome:

1. Rūpintis vaiko fizine ir emocine būseną;
2. Aprūpinti vaiką mokyklinėmis priemonėmis, kurias nurodys mokytojas, tinkama apranga;
3. Bendradarbiauti ir komunikuoti su pedagogais;
4. Laikytis dienos ritmo:
 - Laiku pažadinti vaiką, pasirūpinti pusryčiais, jeigu reikia – pietumis;
 - Į mokyklą atvykti laiku, nevėluoti;
 - Padėti susiruošti ir susidėti reikiamas priemonės kitai dienai;
 - Laiku nuvesti vaiką miegoti (20-21val.), užtikrinti, kad į mokyklą vaikas ateitų pailsėjęs.
5. Jeigu vaikas susirgo arba neatvyks į mokyklą – kuo anksčiau informuoti pedagogą;
6. Išlaikyti ugdymo ir susitarimų tęstinumą namuose;



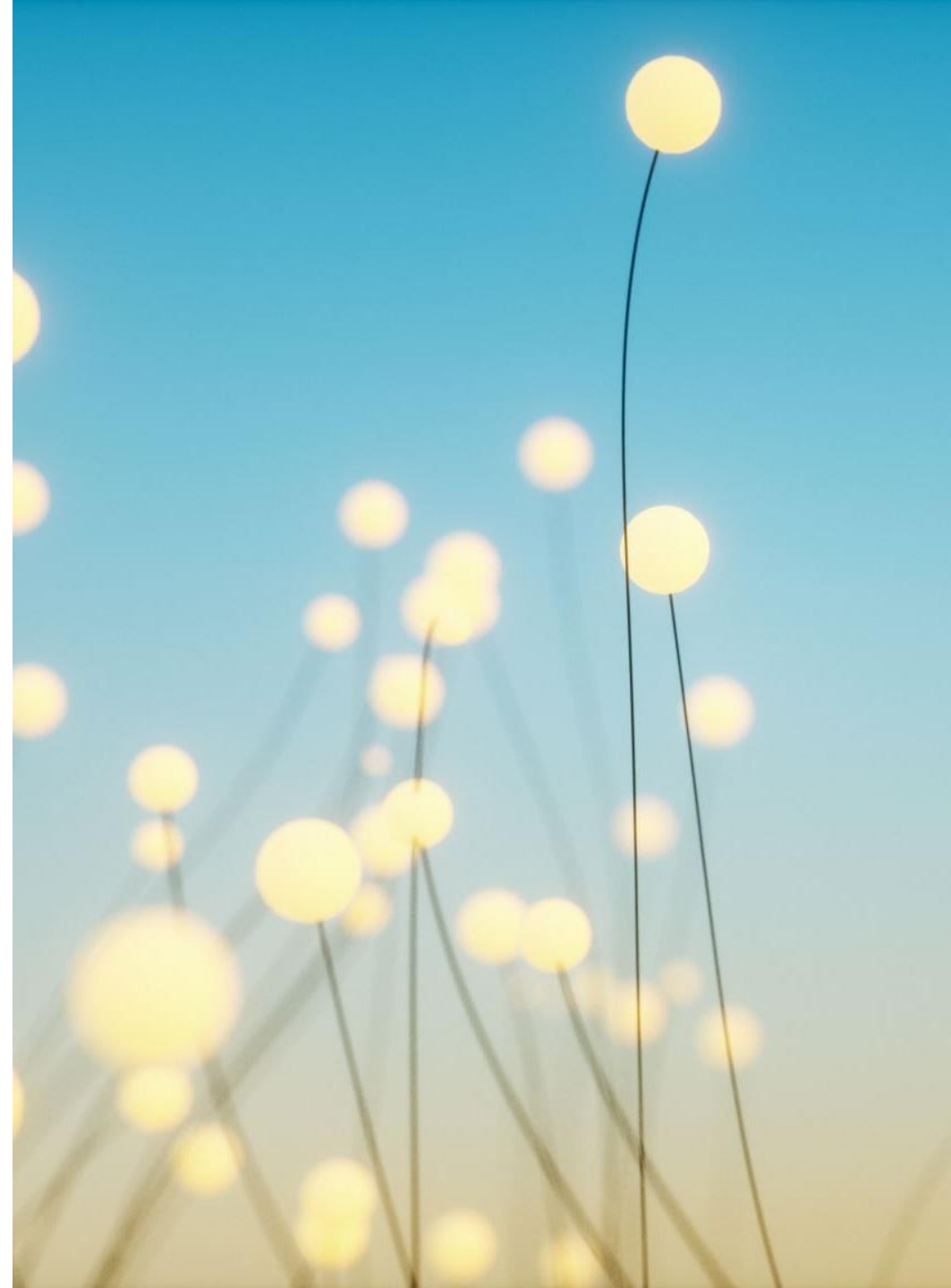


7. Riboti prie ekranų praleidžiamą laiką bei turinį.

Rekomendacijos

- Ugdykite vaiko emocinį intelektą, kalbėkite apie vaiko jausmus, padėkite jam juos įvardinti;
- Kalbėkite, pasakokite apie mokyklą. Perduokite pozityvią nuostatą apie mokyklą;
- Padėkite vaikui rasti alternatyvų elgesį sudėtingoms situacijoms;
- Mokykite taikiai spręsti konfliktus, laikytis taisyklių, užduotis atlikti iki galo, bendrauti ir bendradarbiauti, gerbti kitus;
- Paskatinkite už pastangas, o ne už rezultatą;
- Bendraudami su vaiku skirkite visą savo dėmesį vaikui. Nuoširdžiai domėkitės, išgirskite vaiką;
- Pasidomėkite, kokios grupės taisyklės / susitarimai, išlaikykite jų tęstinumą;
- Mokykite pavyzdžiu.

*pastebėję vaiko mokymosi, elgesio, emocijų, ar socialinius sunkumus – kreipkitės pagalbos, bendradarbiaukite su pedagogais, specialistais.



Į ką kreiptis, kai gimnazijoje kyla sunkumų?

Į švietimo ir
mokslo
ministeriją?

Į direktorę?

Į FB tėvelių
grupe?

Į mokytoją?