

VILNIAUS PEDAGOGINĖ PSICHOLOGINĖ TARNYBA

Pirmokų adaptacija

Rekomendacijos tėvams



TURINYS

3

IŽANGA

Vaikas pradeda lankyti mokyklą.

4

MOKYKLOS LANKYMO PRADŽIA

Kuo ypatingas šis laikotarpis? Kokie gebėjimai svarbūs?

6

PASIRUOŠIMAS POKYČIAMS

Kaip tėvai gali padėti vaikui pasiruošti pokyčiams?

9

IŠŠŪKIŲ METAS

Kaip elgtis susidūrus su nesekmėmis, iššūkiais?



Vaikas pradededa lankyti mokyklą

Vaikui pradėjus lankyti mokyklą, kiekvieno tėvystės istorijoje prasideda naujas etapas. Šį laikotarpį galima vadinti tam tikra tėvystės krize, nes vaikas pereina iš vieno psichosocialinio raidos etapo į kitą. Taigi šiuo etapu ne tik vaikui, bet ir jo tėvams kyla naujų svarbių uždavinių, randasi naujų vaidmenų. Šis laikotarpis – iššūkis tėvams, nes jų vaikas pirmą kartą susiduria su labai aiškiais formaliais reikalavimais ir pareigomis, kurių vykdymo sėkmė turi įtakos ir jo tolesniam gyvenimui. Vaikui tapus mokiniu, jo asmenybę aplinkiniai dažniausiai vertina atsižvelgdami į tai, kaip jis atlieka mokinio pareigas. Neretai ir tėvai savo, kaip tėvų, vertę ir sėkmę sutapatina su vaiko sėkme mokykloje. Šiuo laikotarpiu jie priversti persvarstyti auklėjimo principus, pasiektus rezultatus.

Roma Vida Pivorienė, Jolanta Šabliauskienė

MOKYKLOS LANKYMO PRADŽIA

Kuo ypatingas šis laikotarpis?

Dažnas šiuolaikinis vaikas, lankydamas darželį, būrelius, estetinio lavinimo mokyklėles, jau ikimokykliniame amžiuje įgyja socialinės patirties, kuri naudinga pradėjus lankyti mokyklą. Minėtose ar panašiose grupėse vaikas kaupia bendravimo patirtį, mokosi būti tarp kitų, derinti savo ir kitų vaikų interesus ir poreikius, suvokti, kad ne visi norai gali būti patenkinti tuoj pat, prisitaikyti prie ugdymo reikalavimų, laikytis taisyklių. Jau šiame amžiuje ryškėja savybės, padedančios ar trukdančios būti vaikų grupėse, dalyvauti struktūruotoje veikloje.

Kad vaikas galėtų mokykloje jaustis ramiai, saugiai, pasitikėtų savimi, jis turi gebėti:

Orientuotis erdvėje:

mokyklos patalpose, žinoti kelią į mokyklą ir namo ir kt., žinoti, kur sąsiuvinio lapo kampas, kraštas, vidurys, kairė ir dešinė, viršus ir apačia, ir pan.

Orientuotis laike:

suvokti metų sandarą, savaitės struktūrą, dienotvarkę, suprasti laiko tėkmę (valandos, minutės, rytas ir vakaras, savaitgalis, atostogos ir kt.).

Pasirūpinti savimi:

apsirengti ir persirengti, laiku nueiti į tualetą, tinkamai tvarkyti savo asmeninius daiktus, sutvarkyti darbo vietą, mokėti paprašyti pagalbos, kai nepavyksta susitvarkyti pačiam.

Būdamas tarp kitų vaikų, pirmokas gauna mažiau suaugusiųjų pagalbos ir yra mažiau kontroliuojamas nei darželyje ar namie. Todėl svarbu, kad jis:

Suvoktų ir gerbtų savo ir kitų vaikų asmenines ribas.

Tokio amžiaus vaikai dažniau linkę elgtis spontaniškai, jiems sunku valdyti savo impulsus, todėl neretai erzina vienas kitą, užkabinėja, mušasi, gali pasisavinti svetimą daiktą.

Suprastų taisyklių svarbą ir stengtųsi jų laikytis.

Vaikas turi mokėti sulaukti savo eilės, nes ne į kiekvieną veiklą bus įtrauktas tada, kai to nori, o mokytojo skirtas užduotis turės atlikti nurodytu metu.

Turėtų gebėti išbūti ilgą laiką apsuptas kitų bendraamžių.

Vaikams reikia išmokti toleruoti tam tikrus neišvengiamus nepatogumus dėl netyčinio kitų vaikų elgesio (prisilietimo, stumtelėjimo ir pan.).

Mokėtų dalytis suaugusiųjų dėmesiu.

Vaikas turi susitaikyti, kad negali gauti viso mokytojo dėmesio ir nuolat būti dėmesio centre. Žinios ir pasiekimai ne visuomet bus norimu laiku pastebėti, įvertinti.

Gebėtų toleruoti nesėkmę.

Mokyklinė veikla ypatinga tuo, kad anksčiau ar vėliau vaikas turi atlikti tai, ko dar nemoka ar kas sunkiau sekasi. Vaikui gali būti sunku parašyti ar perskaityti raidę, kurios dar nemoka, skaičiuoti, samprotauti, pasakoti ir kt. Kai kuriems vaikams sunku imtis veiklos, jei yra bent menka nesėkmės galimybė. Gali būti, kad kažkas nepavyksta iš pirmo karto, todėl vaikas turi nestokoti kantrybės ir atkaklumo bandyti vis iš naujo, pradėti spręsti savo sunkumus be tėvų paramos.

PASIRUOŠIMAS POKYČIAMS

Kaip padėti vaikui?

- **Pranešti vaikui apie planuojamą pokytį ir aptarti tai su juo.** Žinodami, kad pokytis neišvengiamas, turime pranešti apie tai vaikui ir neklausti ar jis to norėtų.
- **Paskatinti vaiką kalbėti** apie laukiančią situaciją. Kartais tėvai labiau būgštauja dėl numatomų pasikeitimų nei vaikas. Jei vaikas išsako daug nerimo ir baimės dėl nežinomos situacijos, tėvai turėtų leisti jam išsikalbėti, būti drąsūs priimdami jo nerimą, t. y. nesistengti kuo greičiau jį nuraminti, suteikti nepamatuotai optimistinių vilčių.
- Besiruošiant priimti naujoves, galima **modeliuoti aplinkybes** (tarkim, jei vaikas išsako baimę, galima bandyti kuo daugiau aptarti ar net suvaidinti situaciją). Sudaryti galimų veiksmų planą. Modeliavimas ne tik išsklaido įtampą, bet ir leidžia vaikui rasti naujų elgesio būdų.

Suteikite vaikui kuo daugiau tikros informacijos, venkite pagražinimų ar gąsdinimo, sudarykite galimybę apsibrasti.

- **Fantazavimas apie būsimus pokyčius**, galimus sunkumus, net juos sustiprinant, leidžia vaikui saugiai išgyventi įtampą, numatyti naujas aplinkybes ir sumažinti nerimą ir baimę. Fantazuodamas vaikas tarsi susitinka su nežinomybe taip ją pažindamas.

Tam, kad vaikas sėkmingiau prisitaikytų mokykloje, tėvams svarbu:

1 Ugdymo veiklos prioritizavimas

Parodyti pagarbą naujai vaiko veiklai, kurios negalima atidėti ar nutraukti. Taikytis prie atsiradusio vaiko veiklos privalomojo pobūdžio.

2 Mokytojos autoriteto stiprinimas

Padėti vaikui užmegzti tinkamą ryšį su mokytoja, priimti ją kaip autoritetą, paskui kurį jis gali sekti įveikdamas kasdienes užduotis.

3 Pagarba pedagogams

Pagarbiai bendrauti su vaiko mokytoja ir palankiai atsiliepti apie mokyklą ir mokymąsi.



4

Ugdymo įstaigos tvarka

Susipažinti su mokyklos, klasės bendruomenės kultūra, normomis, taisyklėmis, tradicijomis ir padėti vaikui jas suprasti ir jų laikytis.

5

Tėvų aktyvumas

Aktyviai dalyvauti mokyklos bendruomenės gyvenime, padedant užtikrinti savo ir kitų vaikų gerovę mokykloje.

6

Bendradarbiavimas

Kurti partneriškus santykius su mokykla, joje dėstančiais pedagogais. Bendradarbiauti sprendžiant kylančias problemas. Būti atviriems keičiantis informacija su kitais bendruomenės nariais.

7

Tolerancija

Mokytis toleruoti kitų ir savo trūkumus, ribotumus, neišvengiamybę būti šalia skirtingų įsitikinimų, pažiūrų ir išsilavinimo žmonių.



IŠŠŪKIŲ METAS...

Mokymosi sėkmę užtikrina visų įvairių gebėjimų visuma. Kartais pažintiniai gebėjimai yra gerai išlavėję, vaikas jau iki mokyklos gerai skaito, rašo, bet socialinės brandos stoka trukdo jam sėkmingai prisitaikyti mokykloje. Kartais atvirkščiai: vaikas labai socialus, savarankiškas kasdieniame gyvenime, drąsiai bendrauja, todėl tėvai sutrinka, kai mokykloje jam sunkiai sekasi. Ypatingą reikšmę mokymuisi turi pažintiniai vaiko gebėjimai (atmintis, dėmesys, suvokimas, mąstymas, akies – rankos ryšių išlavėjimas), kalbos išsivystymas. Neretai ikimokykliniame amžiuje pažintinių gebėjimų raidos ypatumai neišryškėja arba suaugę pasireiškiančių požymių nelaiko svarbiais (pvz.: vaikas neskiria kairės– dešinės, neišmoksta skaičių sekos, savaitės dienų, mėnesių pavadinimų, nemoka užsirišti batų raištelių ir kt.).

Kai iškyla sunkumų...

Nenusiminkite patys ir nenusivilkite vaiku, jeigu jam nepavyksta iš karto tinkamai prisitaikyti, paskatinkite jį nenuleisti rankų. Nesėkmė gali tapti gera galimybe mokytis ir įgyti naujų gebėjimų.

JEI IŠKYLA NENUMATYTŲ POKYČIŲ, TĖVAI TURĖTŲ:

- ✓ **Stengtis išlaikyti pusiausvyrą ir ramybę**, nepaisant savo sutrikimo ir nusivylimo. Nepamirškime, kad labiausiai vaiką veikia tėvų laikysena susidūrus su nenumatytomis aplinkybėmis, o ne tai, kas jam sakoma. Jei tėvai išliks ramūs ir dalykiški, tikėtina, kad vaikas lengviau susidoros su pokyčiais.
- ✓ **Pasikalbėti su vaiku apie jausmus**, kuriuos paskatino nauja padėtis, priimti juos. Nekaltinti, jei vaikas pyksta ar jaučiasi įsižeidęs, ir pan.
- ✓ **Padėti vaikui priimti** neišvengiamybę, realistiškai vertinti padėtį. Aptarti ir išaiškinti, kuo ji gali būti naudinga.
- ✓ Tobulinti vaiko gebėjimus **susidoroti su įtampa**, naudojant anksčiau aptartus būdus (modeliavimą, fantazavimą ir kt.).

Labai svarbu, kad pirmoko tėvai suprastų ir pripažintų keletą dalykų:

- Mokykloje vėliau ar anksčiau vaikas susidurs su kokiomis nors nesėkmėmis.
- Tėvų užduotis – ne apsaugoti vaiką nuo nesėkmių, bet mokyti jas įveikti.
- Nesėkmės įveikimas padeda vaikui ugdyti valią, suprasti ir prisiimti atsakomybę už mokymąsi ir elgesį.
- Neužbėgti už akių visoms galimoms vaiko klaidoms, leisti jam klysti ir pasimokyti iš klaidų.



Lengviau atsidūstame pasibaigus vaiko adaptacijai mokykloje, tikimės, kad jo ir mūsų gyvenimas eis ramesne, įprastesne vaga. Tačiau mokykloje vaikui reikia nuolatos prisitaikyti, nes mokydamasis daugelį dalykų jis patiria pirmą kartą. O tai veikia ne tik vaiką, bet ir tėvus, reikalauja jų dėmesio ir pastangų.

**STIPRYBĖS JUMS TĖVYSTĖS KELIJE IR DRĄSOS BŪTI NETOBULAIŠ, BET
PAKANKAMAIŠ TĖVAIŠ SAVO VAIKAMS.**



VILNIAUS PEDAGOGINĖ
PSICHOLOGINĖ TARNYBA

KONTAKTAI

Vivulskio g. 2a, Vilnius
(8-5) 265 0912
rastine@ppt.vilnius.lm.lt
www.vilniausppt.lt