

Kohanemine lasteaiaga

Koostanud õpetaja Doris Kaev

Lapse lasteaeda minek on tähtis sündmus kogu perele. Iga lapsevanema suurimaks sooviks on, et tema laps tunneks ennast lasteaias hästi ja turvaliselt. Lasteaeda tulekuga algab järjekordne etapp lapse iseseisvumisel. Kuna vanemad on lapse jaoks kõige olulisemal kohal siis pikemaks ajaks lahusolek uues keskkonnas on väikelapse elus suur muutus.

Kohanemine ehk adaptatsioon on protsess, mille käigus laps õpib oma ümbrust kui kasvukeskkonda ja kasvutingimusi tundma, ümbruskonna sündmusi ette nägema ja neid ka kontrollima. Psühholoogiline kohanemine nõuab seniste stereotüüpide vastavusse viimist ümbritseva keskkonna uute nõudmistega. Sotsiaalne kohanemine eeldab lapselt koostegevust uute inimestega, rühma normide ja tavade omaksvõttu, uute rollide õppimist. Enamus lastel on kerge või keskmine kohanemine, mis kestab mõnest nädalast kuni kuuni. Kui laps on lasteaiaga kohanenud siis tal on positiivne emotsionaalne seisund, hea suhtlemine rühmakaaslastega ja täiskasvanutega, rahulik uni lasteaias ja kodus ning hea isu. Rahuldava kohanemise korral võib lapsel esineda isutust, unehäireid ja väsimust. Tuttavad tegevused võivad ununeda. Sellist lühiajalist arengu pidurdumist võib pidada kohanemise perioodil tavapäraseks.

Lapsele on kohanemisel toeks kui lapsevanemad ja kompetentne lasteaiapersonal arvestab lapse arenguliste iseärasustega, temperamendiga, sooga ja vajadusel ka erivajadustega (tervislik seisund, allergia, arenguline erivajadus jne.) Kohanemisprotsessi sujuvust mõjutavad veel lapse iseloom, vanus, suhted vanematega, varasemad kokkupuuted eakaaslastega ja see kas teda on enne keegi peale vanemate hoidnud. Hea, tihe ning usalduslik koostöö lasteaiaga ja kodu vahel aitab kaasa lapse kohanemisperioodi kulgemisele.

Soovitused lapse ettevalmistamisel lasteaeda tulekuks:

- ⑩ Külastada lasteaeda.
- ⑩ Viia kodune päevarütm vastavusse lasteaiaga omaga.
- ⑩ Pakkuda lapsele eelnevalt erinevaid sotsiaalseid kontakte eakaaslastega.
- ⑩ Võimalusel lasta kellelgi tuttavalt last lühiajaliselt hoida, et laps harjuks olema ka ilma vanemateta.
- ⑩ Püüda vältida mitut uut muudatust lapse elus ühel perioodil (NT kolimine, lasteaeda tulek, lutist loobumine, omaette magamine jne.)
- ⑩ Harjutada last iseseisvalt sööma, jooma ja anda võimalust püüda iseseisvalt riietuda.

Harjutada last kasutama WC-d.

- ⑩ Täitke palun küsitlus uuele lapsevanemale. Jagatud info lapse kohta aitab rühmapersonalil mõista paremini lapse individuaalseid vajadusi ja olla toeks Teie perele kohanemisprotsessis.

<http://www.lepatriinulasteaed.ee/vormid/kysitusleht.pdf>

Soovitused kohanemisperioodil:

- ⑩ Varuda aega ja kannatust arvestades lapse vajadustega.
- ⑩ Lapsevanema enda positiivne ja kindel hoiak loob lapsele turvatunde.
- ⑩ Olla lapsega esimestel päevadel lastesõimes/aiarühmas kaasas. Mängida koos mõni tund ja tutvuda keskkonnaga.
- ⑩ Kui laps jääb juba rühma ilma vanemata, siis võiks päeva pikkus olla mõnest tunnist kuni lõunauinakuni. Järgjärgult pikendada lasteaiapäeva.
- ⑩ Last julgustab lasteaias ka tema isiklik turvalelu.

Meeldivat koostööd ja kohtumiseni Lepatriinus!