

Bölcsődei, óvodai beszoktatásról



2017. szeptember 02. - Deliága Éva pszichológus

Beszoktatás, befogadás, beilleszkedés. Szeptember lévén sok aggódó, kissé büntudatos szülő lesi izgulva gyermeke első lépéseit az intézmény felé.

Menni vagy maradni?

Könnyű összezavarodni a témában, hiszen a bolti eladótól, a szomszéd nénin keresztül, az anyósig mindenkinek megvan a véleménye a témáról, és a sokféle szempont összeegyeztetése sem könnyű feladat. Legyen meg a gyermek érzelmi biztonsága. Ne tegyék ki túl sok változásnak egyszerre. Ne érezze úgy, hogy kutasítják az otthon meleg fészkeből. Anya se kattanjon bele teljesen a több éve tartó pelus, böfi, vau-vau, szunya körforgásba. Jó lenne egy kis anyagi plusszal hozzájárulni a családi kasszához. A gyerek unja a banánt, egyre nehezebb otthon lekötöni. Anya is szeretne kicsit végre önmegvalósítani. Sokféle szempont létezhet, mely erre vagy arra elbillenti a mérleget.

Nem kötelező 3 éves kor előtt intézménybe járatni a gyermeket. Nem hiszem, hogy hátrányba kerül az a kisgyerek, aki az óvodával kezdi meg valamikor 3 éves kora körül a közösségbe való beilleszkedést. Vannak olyan családok, akik számára az ideális megoldást a minél tovább tartó otthonlét jelenti, amelyben mind a gyermek, mind a szülő komfortosan érzi magát. A játszótéri látogatások, a tágabb rokonság, baráti családok jelenléte, a rendszeresen - baba-mama foglalkozás jelleggel - látogatott zenés vagy torna foglalkozások jól előkészíthetik a terepet, hogy mikor a gyermek óvodába kerül, zökkenőmentesen történjen a beilleszkedése. Az azonban tény, hogy érzelmi szempontból mindig az első intézménybe kerülés, az első hosszabb szeparáció a szülőktől az, amely a legnehezebb kihívást jelenti.

Első lépés a szülőnek, amennyiben az intézmény (bölcsi, ovi) igénybe vétele mellett döntenek, a gyakorlatias teendőknél, - mint pl. az intézmény kiválasztása, beiratkozás - kívül a lelki síkon történő önismereti szemle. Készen áll arra, hogy elengedje gyermekét? Bizik benne, hogy a gyermeke ügyesen, jól helyt fog állni? Megérett a kapcsolatuk arra, hogy a leválás, különlet is beleférjen a nap pár órájára? Ha a szülő a természetes aggodalmán, féltésen túl is küzd az elengedéssel, akkor először is ezt kell helyre tennie magában, hogy magabiztosan tudja gyermekét támogatni ebben az élethelyzetben.

Mikor érdemes kezdeni?

Most nem ejtenék szót azokról a helyzetekről, mikor valamilyen kényszerítő körülmény lehetetlenné teszi a legideálisabb kor megvárását. Amennyiben a szülő dönthet gyermeke közösségbe kerüléséről, gyakori a 1,5-2 éves kor tájékán elkezdődő bölcsődei beszoktatás, illetve a 3 éves kor körüli óvoda kezdés (függetlenül attól, hogy korábbi tapasztalatokat szereztek-e más intézményben).

Minden gyermek fejlődése és érettségi szintje eltérő, így elképzelhető, hogy egy gyermek beilleszkedése simán megy 2 évesen, míg más 4 évesen sem szokott be megnyugtatóan. A kezdés időpontja tehát a szülő egyéb szempontjai mellett, jó ha igazodik a gyermek érzelmi szükségleteihez.

Pszichológiai szempontok a beilleszkedéshez

Fontos,

- hogy a szülő szimpatikusnak, szakmailag hozzáértőnek, barátságosnak találja a kiválasztott intézményt
- hogy a szülő jó érzéssel bízva rá gyermekét az ott dolgozó gondozókra, pedagógusokra
- hogy legyen érdeklődés az intézmény részéről a gyermek személyisége, szokásai, eddigi megszokott élete iránt
- hogy legyen napi szintű kommunikáció a szülő és a gondozók, pedagógusok között
- hogy a szülő tudja, hogy a gyerekek elsősorban személyhez kötődnek, így a befogadásnál kulcsfontosságú a gondozó, vagy óvodapedagógus személye, gyermekkel kialakított kötődése
- hogy már az esti korábbra hozott lefektetéssel is készüljenek a másnap reggeli kelésre, elég időt hagyva a gyermek szervezetének, hogy kipihenje magát
- hogy kialakítsák a reggeli rutint, melynek része a szeretetteli, de határozott és rövid búcsúzás
- hogy felismerje a szülő, hogy a beilleszkedés időigényes folyamat és ne várjon túl sokat gyermekétől

Amire számítani lehet:

Alapvetően a legtöbb kisgyerek otthon, a szüleiivel érzi a legjobban magát. A gyerekek sokszor ragaszkodnak a megszokott dolgokhoz. Így természetes, ha nem könnyű az elválás, beleférhet a tiltakozás, a sírás is, mely legtöbb gyermek közösségi életének a része kezdetben. A gyermek kellő érettsége és a megfelelő környezet idővel meghozza a sikert. A beszkokás folyamatát jelzi, ha idővel a tiltakozás és sírás mennyisége, intenzitása csökken. Sajnos nehezítő tényező, hogy sok kisgyerekre jellemző, hogy betegeskednek a közösségbe kerülésük első évében, így a több napos vagy hetes otthonlét után, szinte előről kell kezdeni a beilleszkedést.

Különböző intézmények más és más befogadást tartanak jónak és tesznek lehetővé. Az egyik legelterjedtebb a két hetes időtartamú, ahol a szülő először még jelen van, majd napról napra egyre több időt tölt egyedül a gyermek a csoportban. Ez a rendszer megalapozza a gyermek érzelmi biztonságát, és az először idegennek ható környezetet a szülő jelenlétében fedezheti fel. Néhány kisgyermek a befogadás első napjaiban reagál intenzívebben, majd fokozatosan beilleszkedik. Más gyermekek az első hetekben minden gond nélkül, szívesen járnak a közösségbe, azonban egy nyugalmas időszak után intenzíven tiltakozni kezdenek. Mindkét típus beilleszkedik idővel, csak az eltérő habitusuk miatt, másképp reagálnak helyzetekre.

Ugyanígy vannak olyan gyerekek, akik nagyon alkalmazkodóak a közösségben, és otthon vezetik le indulataikat, míg másokkal otthon semmi nehézség nem merül fel, de az oviban oda sem hederítenek a szabályokra. Ezek a jelenségek nem jelentik feltétlenül azt, hogy a szülő rosszul csinált valamit.

Összességében jól mutatja egy gyermek beilleszkedésének mértékét, hogy mennyire szívesen marad ott az intézményben, kötődni kezd-e ott valakihez, jól eszik, alszik, játszik-e, milyen a kedve, mit mesél a napjáról, hogyan látják mindezeket a jellemzőket a vele foglalkozó felnőttek. A közösségi lét segítheti gyermeke szocializációját, beszédfejlődését, és autonómiájának kialakulását. Egy jól beilleszkedett gyermek szereti a vele foglalkozó felnőttet, csoporttársai nevét ismeri, örömmel megy reggel, könnyen elválk a szülőtől, napját aktívan, jó kedélyűen tölti.

Hogyan könnyítheti meg gyermeke beilleszkedését:

Jó ha sok beszélgetéssel előre felkészíti gyermekét arra, hogy mi hogy fog történni. A napirendet, - ha szükséges, - át kell alakítani, hogy a gyermek lehetőleg magától, kipihenten ébredjen reggelente. Érdeemes kerülni a hosszas búcsúzkodást reggelente. Osszon meg minden olyan információt a gyermekére vigyázó felnőttekkel, amit jó, ha tudnak a gyermekről. Legyen a gyermekével következetes, legyen egy rendszere annak, hogy ki és mikor viszi és hozza őt. Alvós plüssállat, vagy más bevitt játék fokozhatja a gyermek komfortérzetét. Segítheti a fokozatos beszoktatást, ha nem a hét összes hétköznapján, illetve ha nem egész napra marad a bölcsiben, oviban a gyermek. Ne érezzen büntudatot, lelkiismeret furdalást, amiatt, mert nem Ön van a gyermekével egész nap.