

# A kisgyermekgondozás és nevelés egysége

Készítette: Göncziné Sárvári Gabriella

## **Mit értünk nevelés alatt?**

Születése pillanatától kezdve segíteni, irányítani kell a gyermek fejlődését, személyiségének alakulását. Ezt a tevékenységet nevezzük nevelésnek.

## **Mit értünk gondozás alatt?**

Születésekor a gyermek kiszolgáltatott környezetének, nem tud magáról gondoskodni. Szükségleteinek kielégítését az őt gondozó felnőtt látja el /anya, g.nő /, pl. éhség csillapítása, szomjúság oltása, tisztába tevés stb. . Mindezen tevékenységek összességét nevezzük gondozásnak.

Mindebből következik, hogy a csecsemő és kisgyermek nevelésének legfontosabb területe a gondozás. Ekkor van kettesben az őt ellátó felnőttel, aki ekkor nyújthat számára megkülönböztetett figyelmet, ami a kettőjük közötti jó kapcsolat alapja. Ilyenkor tud a felnőtt leginkább személyre szólóan beszélni. Gondozás közben, testi szükségleteinek kielégítése révén tanulja meg a csecsemő jelezni, majd felismerni magukat a szükségleteket, a kielégítettség után érzett meglepődöttséget, ami egyúttal feltétele a tárgyi világ felé fordulásnak. Nézzünk egy konkrét példát, mondjuk az éhség. Eleinte az édesanya kb. 3-4 óránként szoptatja csecsemőjét. A gyermekben lassan tudatosul, hogy a hasában érzett furcsa érzés megjelenése körül az anya elmulasztja rossz érzését. A következő lépés az lesz, hogy amikor már érzi a rossz érzést, megpróbálja azt jelezni, később már azt is tudja, hogy azt elmulaszthatja az evéssel. Természetesen a konkrét fogalmakat nem tudja, hogy ez az éhség, de a szükségletet felismeri és megtanulja jelezni. Szép lassan a különböző szükségleteket különböző módon tudja majd jelezni. A szükségletek kielégítése révén szerzett komfortérzés pedig alapja annak, hogy az őt körülvevő világ felé érdeklődéssel forduljon. Úgy gondolom, hogy ez a tény is könnyen belátható. Gondoljunk csak ismét az éhségre. Ha minket is kínoz az éhség, nem igazán van kedvünk semmi új kipróbálására, semmilyen tevékenység végzésére mindaddig, míg az éhségérzetünk meg nem szűnik. A csecsemő ezzel pont ugyanígy van. Ezért nagyon fontos az ő egyéni igényeihez alkalmazkodó gondozás.

## **Néhány fontos szempont a gondozás-nevelés során:**

- Helyes attitűd: Ez egyfajta szellemi beállítódást, viszonyulást jelent és az annak megfelelő magatartás és viselkedésmódot. Vagyis azt a fajta beállítódást, hogy a gyermek a legfontosabb. Az ő fejlődésének, egészségének, jó közérzetének maximális elősegítése a cél a gondozás során.

- Jó empátias készség: A szó beleélést jelent. Az ember sajátos képessége, hogy bele tudja élni magát a vele közvetlen kapcsolatban lévő másik ember lelkiállapotába, jelen esetben a gyermekébe. Ez előfeltétele a jó kapcsolat, a megfelelő nevelési légkör és a minőségi gondozás kialakulásának. Már ahhoz, hogy a gyermek jelzésének megfelelő választ adhassunk, ilyenfajta ráhangolódásra van szükség.

- Nyugodt, biztonságos nevelési légkör megteremtése: Olyan légkört kell biztosítani, ahol a felnőtt viselkedése mentes mindenfajta / -és +/- heves érzelmi megnyilvánulásoktól egyaránt. Miért fontos ez? Ha mondjuk a felnőtt a gyermek sírására kiabálással, vagy elmarasztaló szóáradattal reagál a vigasztalás és megnyugtatás helyett, az biztos, hogy a gyermek nagyon rosszul és óriási bizonytalanságban fogja magát érezni. Ezen túlmenően persze visszahúzódozó, csendes és végső esetben passzív gyermekké is válhat.

- A mozdulatok jelentősége: a csecsemőhöz minden esetben csak biztos kézzel és stabilan tartva szabad nyúlni, mivel az egyensúlyérzéke még nem tökéletes. A csecsemő instabilitásának anatómiai okai vannak. Ugyanis az idegrendszer éretlenségének következtében az egyensúlyérzékelése még nem működik tökéletesen, ami az idő múlásával az egyre bonyolultabb mozgásformák megjelenését követően fog funkcionálisan jól működni. Ebből következően ahhoz, hogy biztonságban érezze magát és együttműködjön az őt gondozó felnőttel, van szükség a helyes tartásra. Ez azonban nem erőteljes, szoros vagy durva mozdulatokat jelent. Sőt fontos a lágy, puha, simogató érintés a gondozás során. A lágy, simogató, puha mozdulatoknak a gyermek korától függetlenül óriási szerepe van.

- Beszéljünk a gyermekhez: több elvégzett kísérlet támasztja alá azt a tényt, hogy a gyermek csak az őt körülvevő beszélő környezettől képes elsajátítani a beszéd képességét. Tehát ahhoz, hogy beszélni kezdjen, hallania kell a szavakat. Ahhoz, hogy azok értelmét és jelentését is megtanulhassa, többször kell hallania lehetőleg azonos szituációkban. A gondozás során erre remek lehetőség adódik. Már a tényleges gondozás előtt megkezdődhet ez a „tanulási” folyamat azzal, hogy pl. az etetés vagy pelenkázás előtt azt verbálisan közöljük a gyerekekkel ( „gyere, most elmegyünk a fürdőszobába és tisztába teszek „ ). Sok esetben jellemző a gyerekekhez szóló felnőttre, hogy gügyögve ún. babanyelven beszél hozzá. Erre semmi szükség nincs, sőt kerülendő. A gyerek ebből semmit sem tanul, maximum a későbbiek folyamán esetleg pöszén vagy rosszul artikulálva fog beszélni. Célszerű a gondozás alatt is folyamatosan beszélni hozzá, ennek során megtanulja testének részeit /”Most lehúzó a lábadról a harisnyát.” stb./ illetve pontosan tudja majd, hogy mi történik vele. A későbbi önállósági törekvéseinek is alapja mindez, ugyanis amikor azt kérem tőle „Húzó ki a láb

a harisnyából” tudnia kell mi az, hogy láb és harisnya. Minőségi és helyes gondozás csak akkor valósítható meg, ha azt folyamatos beszéd kíséri.

- Szemkontaktus és mosoly: A gyermekek és főleg a csecsemő alapvető igénye, hogy lássa a vele kapcsolatban lévő felnőtt szemét és arc kifejezését. Az ő számára ennek komoly információ értéke van. Pontosan be tudja azonosítani, hogy a felnőtt milyen hangulatban van, mit várhat tőle, megbízhat e benne és szereti e őt. A jó kapcsolat kialakulására és a gyermek elengedett, együttműködő viselkedésére csak abban az esetben van esély, ha mindezek szem előtt vannak tartva. Örömet lelni a gondozásban csak akkor fog a csecsemő, ha érzi a feltétel nélküli szeretetet, ami látható is a felnőtt arcán.

- Idő biztosítása: A gondozások során nem lehet kapkodni, megfelelő időnek rendelkezésre kell állnia ahhoz, hogy nyugodtan, békés légkörben, a megfelelő mozdulatokkal kerüljön sor a műveletek elvégzésére. A későbbiekben, ahogy nagyobb lesz a csecsemő, még több időre van szükség ahhoz, hogy vele együttműködve, közös együtt igyekezetként valósulhasson meg a gondozás. Neki tovább tart, hogy kihúzza a lábát a nadrágból, vagy levegye a cipőjét. Erre tudatosan figyelni kell a napi élet szervezése során.

### **A bölcsődei gondozás-nevelés célja**

Cél a gyermekek egészséges, harmonikus személyiségfejlődésének elősegítése, testi-, szellemi-, érzelmi-, szociális fejlődésük támogatásán keresztül.

Alapvető, hogy minden gyermek egyéni fejlődésének, biológiai szükségleteinek, érési folyamatának megfelelő, személyre szóló ellátást kapjon. Ehhez igazodnak a gondozás, nevelés alapelvei, az elvégzendő feladatok, módszerek, eszközök és feltételek.

A bölcsőde jelentős szociális, gyermek- és családvédelmi funkciót tölt be. Tartalmi munkájának jellegét tekintve gondozási, nevelési és személyiség fejlesztő funkciója a legmeghatározóbb, hiszen a korosztály életkorából adódó sajátossága, érzékenysége és sérülékenysége magas szintű pedagógiai és pszichológiai felkészültséget igényel.

### **A bölcsődékben érvényesülő legfőbb alapelvek**

☺ A gondozás és nevelés egységének elve.

A gondozás bensőséges interakciós helyzet gondozónó és gyermek között, melynek elsődleges célja a gyermek testi szükségleteinek kielégítése.

A gondozás és nevelés elválaszthatatlan egységet alkot. A gondozás minden helyzetében nevelés is folyik, a nevelés helyzetei, lehetőségei azonban nem korlátozódnak kizárólag a gondozási helyzetekre.

A gondozás /öltözködés, tisztába tevés, WC használat, kézmosás, étkezés / és a játék a bölcsődei élet egyenrangúan fontos helyzetei, melyekben lényeges a gyermek szabad aktivitás iránti igényének és kompetencia érzésének erősítése.

☺ Egyéni bánásmód elve

Abból a tényből kiindulva és elfogadva, hogy nincs két egyforma gyermek, a gondozónő meleg, szeretetteljes odafordulással, a megfelelő környezet kialakításával, a gyermek életkori- és egyéni sajátosságait, fejlettségét, pillanatnyi fizikai és pszichés állapotát, hangulatát figyelembe véve segíti a gyermek fejlődését. Fontos, hogy a bölcsődébe járó gyermekek mindegyike folyamatosan érezze a róla gondoskodó felnőtt elfogadását akkor is, ha lassabban fejlődik, akkor is, ha esetleg több területen jelentős eltérést mutat az átlagos fejlődéstől.

☺ Az állandóság elve

Az állandó tárgyi és személyi környezet növeli a gyermek érzelmi biztonságát.

Saját gondozónő- és felmenő rendszer elve: a gyermeket intézménybe kerülésétől az óvodába távozásig, ugyanaz a gondozónő látja el. Ennek köszönhetően kettejük interperszonális kapcsolata a bizalmon, szereteten, kölcsönös egymásra figyelésen alapszik. Ami elősegíti a nevelési célok, feladatok megvalósítását.

Csoportállandóság elve: a bölcsődei csoportok egyazon tárgyi környezetben, csoportszobában tartózkodnak az intézménybe kerüléstől távozásig. A gyermekek így maximális biztonságban érezhetik magukat, ismerve azt eligazodnak, otthonosan mozognak benne.

☺ Az aktivitás, az önállóság elősegítésének elve

A biztonságos környezet megteremtése, elég idő biztosítása a próbálkozásokhoz, ösztönzés, elismerés, szeretet, feltétel nélküli elfogadás, empátia, fokozzák az aktivitást és az önállóság iránti vágyat. A bizalom a gyermekben, hogy képes megtenni bizonyos dolgokat, azaz kompetens, nagymértékben elősegítik az önállósági törekvéseket.

☺ Pozitívumokra támaszkodás elve

A nevelés alapja a pozitív megnyilvánulások támogatása, megerősítése, elismerése. A gyermek saját magáról alkotott képét, az én tudat fejlődésén belül, elsősorban a környezetből felé irányuló megnyilvánulásokból alakítja ki. Ezért nagyon fontos, hogy azok a megnyilvánulások pozitív, én erősítő impulzusok legyenek. A dicséretnek és elismerésnek ennek értelmében kiemelt fontosságú szerepe van

- ☺ Az egységes nevelő hatások elve  
A gyermekkel foglalkozó gondozónők - a közöttük levő személyiségbeli különbözőségek tiszteletben tartásával - a gyermek elfogadásában, öntevékenységének biztosításában egyetértenek, az alapvető erkölcsi normákat egyeztetik, nézeteiket, nevelői gyakorlatukat egymáshoz közelítik, majd az egységes nevelői elvárásokat közvetítik a gyermekek felé.
  
- ☺ A rendszeresség elve  
A napirend, mintegy keretet adva a bölcsődei életnek, rendszeresen ismétlődő eseményeket, gondozási műveleteket foglal magába, ami nap-nap után ugyanabban az időben történik. Ez lehetővé teszi a gyermek eligazodását az egymást követő napi eseményekben, ezzel fokozva biztonságérzetét.
  
- ☺ A fokozatosság elve  
A gyermek új helyzetekhez való fokozatos hozzászoktatása segíti alkalmazkodását, a változások elfogadását, az új megismerését, a szokások kialakulását. Ez az elv érvényesül az anyával történő beszoktatás során is.
  
- ☺ A játék elsődlegességének elve  
A játék a gyermekkor legfontosabb tevékenysége, amely segíti a gyermeket a világ megismerésében és befogadásában, elősegíti a testi, az érzelmi, az értelmi, és a szociális fejlődést. A játék ad elsősorban lehetőséget a társkapcsolatok fejlődéséhez. Bölcsődéinkben kardinális szerephez jut az ehhez szükséges eszközök, hely és kellő idő biztosítása.
  
- ☺ A tanulás segítésének elve  
A gondozónő az élményszerzés lehetőségének biztosításával, saját példamutatásával, az egyes élethelyzeteknek a gyermek számára átláthatóvá, befogadhatóvá, kezelhetővé tételével, a tapasztalatok feldolgozásának segítségével, az egyes viselkedésformákkal való próbálkozások bátorításával segíti a tanulást.
  
- ☺ A gyermek elfogadásának és személyisége megbecsülésének elve  
A gyermek fejlődéséhez alapvető feltétel, hogy érezze a felnőtt őszinte érdeklődését, figyelmét, megbecsülését, és a gondozónő biztosítson számára a kompetenciájának elismerésén alapuló választási lehetőséget az egyes élethelyzetekben.

- ☺ A más nemzethez, etnikumhoz, kisebbséghez tartozás tiszteletben tartásának elve

A gondozónő a gyermek életkori sajátosságainak és egyéni fejlettségének megfelelően segítse az identitástudat kialakulását és fejlődését, segítse a saját és a más kultúra és hagyományok megismerését és tiszteletben tartását.

### **A bölcsődei gondozás – nevelés főbb feladatai**

- ☺ Az egészséges testi fejlődés elősegítése

A bölcsőde saját konyhával rendelkezik, így könnyen megvalósítható a korszerű táplálás elvei, ami a megfelelő mennyiségű és minőségi étrend kialakításával nagyban hozzájárul az egészséges testi fejlődéshez.

A mozgás igény kielégítése érdekében kiemelkedő szerep jut a szabad levegőn történő játéknak, aminek érdekében fokozott figyelmet kell fordítani az udvari mozgásfejlesztő játékok beszerzésére, a megfelelő tér biztosítása mellett.

- ☺ Az érzelmi fejlődés és a szocializáció fejlődése

A kisgyermek szocializációjának elsődleges színtere a család, itt érik az első érzelmi hatások, itt tanulja meg az alapvető emberi értékeket. A későbbiekben, úgynevezett másodlagos szocializációs tényezőként lépnek be, a tágabb környezeti hatások, köztük a bölcsőde is. Itt a társas kapcsolatok megjelenésével, megtanulja a gyermek az együttélés szabályait, a helyét a bölcsődén illetve a csoporton belül, ami későbbi életszakaszokban az identitástudat alapjait képezi. Fontos, hogy a családi környezetet követően, az első találkozása a tágabb környezettel, egy meleg, szeretetteljes, érzelmi biztonságot nyújtó színtér legyen.

- ☺ A megismerési folyamatok fejlődésének segítése

A gyermek az őt körülvevő világot elsősorban játékan keresztül ismeri meg, ami alapvető, bensőből motivált tevékenysége. A gondozónő feladata, hogy a gyermek életkorának, érdeklődésének megfelelő tevékenységek lehetőségét biztosítsa, a kialakított nevelési légkörnek köszönhetően. Valamint az önálló aktivitást és kreativitást támogassa. Tudatosan figyelve arra, hogy eközben bőséges, adekvát, a gyermek értelmi fejlettségéhez igazodó ismeretet adjon, a közös tevékenység során élményeket, viselkedési és helyzetmegoldási mintákat nyújtson.

- ☺ Kapcsolattartás a szülőkkel

A szülők és a bölcsőde folyamatosan, kölcsönösen tájékoztatják egymást a gyermek fejlődéséről. A tájékoztatás mindig őszinte, hiteles, személyes

hangvételő, etikai szempontból megfelelő, az érintettek személyiségi jogait tiszteletben tartó kell, hogy legyen. A kapcsolattartásnak több formája van.

- beszélgetések érkezéskor és hazamenetelkor
- szülői értekezletek és szülőcsoportos beszélgetések
- nyílt napok, ú.n. bölcsőde kóstolgotó,
- időpont egyeztetést követő egyéni beszélgetés
- szervezett programok /gyermeknap, ünnepek, stb./
- üzenő füzet
- hirdetőtábla

#### ☺ Családlátogatás

Célja: a családdal való kapcsolatfelvétel, a beszoktatást megelőzően, a gyermek otthoni környezetben való megismerése. Jelentősége: az ismert otthoni környezetben a szülők többsége nyitottabb, kötetlen beszélgetés kialakulására nagyobb esély van. Lényeges helyszíne ez a kölcsönös bizalom kialakításának. A szülő érzi, hogy a gondozónő számára is fontos a gyermeke, a vele kapcsolatos események és információk.

#### ☺ Bölcsődei adaptáció

A szülővel történő fokozatos beszoktatás módszerének alkalmazása, a családdal való együttműködést helyezi előtérbe. A szülő jelenléte biztonságot ad a kisgyermeknek, és megkönnyíti az új környezethez való alkalmazkodását. A kisgyermek és a gondozónő között fokozatosan kialakuló érzelmi kötődés segíti a gyermeket új környezete elfogadásában, megkönnyíti a beilleszkedést, csökkenti a szülőtől való elválás negatív élményét.

### **A bölcsődei adaptáció**

Ahhoz hogy megértsük miért olyan fontos a bölcsődei adaptáció, néhány szót kell ejteni **a család szerepéről és fontosságáról**. A gyermek születését követően bekerül egy szűk családi körbe, mely hosszú ideig a meghatározó életkeret lesz számára. A család a gyermek életében az elsődleges szocializáció helyszíne, azaz az emberi kultúra- és a társadalom szabályainak és viselkedési elvárásainak közvetítője. Olyan léttér, melyben a biológiai lét megvalósul, a pszichés fejlődés alapvető jegyei és arculata kibontakozik. A család elsődlegessége abban áll, hogy már az intrauterin életszakasztól kezdve erőteljesen hat a fejlődő egyénre azáltal, hogy az anyával szoros szimbiózisban él a gyermek. A közöttük kialakult erős emocionális kötődés révén alapvető érzelmi és viselkedési modellek épülnek be a személyiségbe. Meghatározott magatartási és szerepminták közvetítése történik, aminek köszönhetően a családi- és társadalmi értékrendet a gyermek magáévá teszi. A gyermek életben maradásának

feltételeit az anya biztosítja, tőle függ, ő az, aki nagy szeretettel és türelemmel gondozza gyermekét. A család nyújtotta meleg fészek, a környezet, a tárgyak és személyek állandósága adja meg a nyugalmat és biztonságot a gyermek számára, ami elengedhetetlen feltétele az egészséges és harmonikus testi és lelki fejlődésnek.

Napjainkban a nehezedő anyagi helyzet következményében egyre több szülő rákényszerül, hogy gyermekét bölcsődében helyezze el, így munkát tudjon vállalni, ezáltal egyre inkább a kétkeresős családmódel válik társadalmi jellemzővé. Ennek következtében a gyermek kiszakad megszokott és szeretett környezetéből, ami óriási pszichikai terhet jelent számára. Az anya számára ez a helyzet szintén erős lelki vívódást okozhat. A motiváció ugyan világos, dolgoznia kell, hogy anyagi biztonságuk meglegyen, ugyanakkor szomorú és fájdalmas élmény, hogy el kell válnia gyermekétől. Ezeknek az élményeknek a könnyebb feldolgozásához járul nagymértékben hozzá a beszoktatás, ahol anya és gyermeke egyaránt fokozatosan szokhat hozzá az új helyzethez.

A sikeres adaptáció egyik fontos része, még a tényleges beszoktatás megkezdését megelőző **családlátogatás**. Ez a szituáció az, amikor az érdemi és kötetlenebb kapcsolatfelvétel megtörténik a család és a gondozónő között. Létre jött ugyan már a kapcsolat a beiratkozás és az első szülői értekezlet során, de a saját környezetükben úgymond „hazai terepen” könnyebben nyílnak meg a gondozónő felé. Jelentősége abban rejlik, hogy olyan értékes információkhoz jut a gondozónő, amit más környezetben, vagy helyzetben nem kaphat meg. Mik is lehetnek ezek az ismeretek? Elsősorban itt láthatja igazán a családtagok egymáshoz való viszonyát, kapcsolatrendszerét, a gyermek helyét a családban. A szerzett élmények a későbbiekben esetleges magatartászavarok vagy helytelenül rögzült szokások okának a felderítéséhez is segítséget adhat. Ezen felül képet kap a gyermek fejlettségéről, érdeklődéséről, egyéni igényeiről, ami mind hozzájárul ahhoz, hogy érdemben fel tudjon készülni a gyermek fogadására a bölcsődében. Ezért fontos, hogy a családlátogatás olyan időpontban történjen, amikor a gyermek ébren van és lehetőleg a család minden tagja otthon tartózkodik.

A gondozónőknek a látogatás során szem előtt kell tartaniuk néhány szempontot, melyek a következők:

1. Szemléletbeli és érzelmi nyitottsággal kell közelítenie a szülő felé, ha nem is ért egyet valamilyen nevelési kérdésben, tapintatosan fogalmazzon, stílusa nem lehet kioktató, vagy parancsoló jellegű. A mi dolgunk nem az ítélkezés, ezen túlmenően ellenállást és elutasítást is válthat ki.
2. Ellenállást, vagy elutasítást tapasztalhat akkor is, ha a szülő szorongó, vagy olyan nevelési esetleg családi problémákkal küzd, amelyeket súlyosságuknál fogva nem akar, vagy szégyell másokkal megosztani.



Ebben az esetben is fontos a tapintatos viselkedés és nem szabad a szülőt sürgetni.

3. A viselkedése magabiztosságot és határozottságot tükrözzön, ami nem fölényt jelent. Tisztába kell lennie a látogatás céljával és szakmai kompetenciával kell rendelkeznie.
4. Személyre szóló, jól megfogalmazott kérdéseket kell feltennie, ami lényegre törő és a személyiséghatárokat tiszteletben tartó. A szülőt ne degradálja le azzal, hogy olyan kérdést tesz fel, amivel az általa hallani akart választ is sugallja.
5. A gondozónő értő figyelemmel és nyitott odaforduló magatartással hallgassa a szülőt. Ezáltal őszinte érdeklődést mutat iránta.
6. A megbeszélte időben pontosan jelenjen meg, a látogatás időtartama minimum 30 perc, de 60 percnél több ne legyen. Ha megválaszolatlan kérdések maradtak esetleg, mert a beszélgetést valamilyen okból le kellett zárni, az csak segíteni fogja a következő kontaktus felvételét.

A látogatás során a gondozónő újra elmondja részletesen a beszoktatás előnyeit, idejét, időtartamát, a részvétel módját és az együttműködés fontosságát. Ki kell hangsúlyozni, hogy mi módon segíthet a szülő a gondozónőnek az adaptáció sikerének érdekében, ezzel személyes fontossága is megerősítést nyer. Fel kell kínálni azt a lehetőséget is számára, hogy játékidőben látogasson a bölcsődébe ismerkedni a környezettel. Az azonban már szintén a gondozónő felelőssége, hogy ott barátságosan, kedvesen fogadja őket, kifejezve azt az örömet, hogy éltek a lehetőséggel. Ez ismét erősíti a szülőben és a gyermekben azt az érzést, hogy törődnek velük, fontos a személyük a gondozónő számára.

A szülő a beiratkozás –az első szülői értekezlet- és a családlátogatás során tájékoztatást kap a bölcsőde lényegéről, házirendjéről és a beszoktatás menetéről. Így az adaptáció megkezdésekor már ő is rendelkezni fog alapvető információkkal a bölcsődét illetően, csakúgy, mint a gondozónő a gyermeket érintő fontos kérdéseket / egyéni sajátosságok, szokások, betegségek, napi életritmus, étkezési szokások, fejlettségi szint, stb./ tekintve.

Természetesen ezeket az ismereteket **az adaptáció** ideje alatt mélyíti el mindkét fél. A szülő betekintést nyer a bölcsőde gondozó-nevelő munkájába és módszereibe /folyamatos napirend, saját gondozónő elve, felmenő rendszer, stb./, megismeri a bölcsőde tárgyi felszereltségét és a gyermekét körülvevő környezetét. A gondozónő ismeretei teljessé válnak a gyermek személyisége, fejlettsége és érdeklődése terén.

Így az **anyával történő fokozatos beszoktatás** módszere megkönnyíti, hogy az adaptáció sikerének megkönnyítése érdekében a gondozónő és a szülő együttműködése harmonikus lehessen és a nevelési- gondozási módszerek összhangba hozhatóvá váljanak.

Ismerjük a szülővel történő beszoktatás előnyeit. Tapasztalhattuk, hogy ha a szülővel együttműködve történik a beszoktatás, a sírás és tiltakozás látványosan

csökken, ellentétben a szülő nélkül történő beszoktatással. A család és a bölcsőde közötti kapcsolatot mindenképpen pozitív irányban változtatja meg a módszer széles körben való alkalmazása.

### Néhány gondolat a szervezési feltételekkel és feladatokkal kapcsolatban:

Célszerű szem előtt tartani, hogy egy-egy új csoport kialakulása során újra át kell gondolni a napirendet és úgy szervezni a gondozónők munkarendjét, hogy az anya jelenlétének idején valóban figyelemmel tudja kísérni az anya-gyermek kapcsolatot. Célszerű úgy ütemezni a beszoktatást és alakítani a gondozónők munkaidő beosztását, hogy az fogadja a gyermeket, aki a saját gondozónője lesz. Megüresedett csoport feltöltésekor javasolt, hogy a gondozónők a beszoktatás időpontjához igazodva, megváltozott munkaidőben dolgozzanak párhuzamosan mindaddig, amíg nem, válik szükségessé a bölcsőde nyitva tartásához igazodó eredeti munkarend.

Csoportváltás esetén még a beszoktatást megelőzően alkalmassá kell tenni a csoportszobát, a megfontolt átrendezés révén, a gyermekek fogadására. Fontos a gondozónők összehangolt, tervezett és szervezett munkája, ami biztosítja a csoport zavartalan életét a beszoktatás ideje alatt is és a szülő számára kedvezővé teszi a nevelői légkört. Ennek érdekében a két gondozónőnek egyeztetnie kell egymással a beszoktatás menetét és részletekbe menően megbeszélni a napirend alakulását, hogy a szülő előtt ne legyen elbizonytalanodás.

A beszoktatás klasszikus meneténél az adaptáció ideje 2 hét, ami hétfői nappal kezdődik.

A szülők számára biztosítani kell egy olyan helyiséget, ahol kényelmesen ülve töltheti el azt a várakozási időt, amikor nincs a csoportban és ezzel a bölcsőde rendjét sem zavarja.

### Néhány gondolat személyi kérdésekről:

A szülővel történő fokozatos beszoktatás mind **a szülőnek, mind a gondozónőnek sajátos helyzetet jelent**. A szülő úgy érezheti, hogy most szakember előtt anyaságából vizsgázik, szeretne mindent jól csinálni. Szeretné, ha gyermeke is jó benyomást tenne a gondozónőre.

Sok esetben előfordul, hogy **a gyermek** a megváltozott körülmények között a **szokásostól eltérően reagál bizonyos élethelyzetekben**. Ezekre a lehetőségekre fel kell hívni a szülő figyelmét úgy, hogy mindig nagy tapintatot, együttérzést és segítő szándékot érezzen a gondozónő részéről. Így az adaptáció folyamán az egyre inkább kialakuló jó kapcsolat révén a szülő feltárja gondjait, kétségeit, esetleges nevelési problémáit és harmonikus együttműködés jön létre közöttük.

Miután az anya és a gondozónő kapcsolatának érzelmi vonatkozásai döntően befolyásolhatják a gyermek adaptációját, **törekedni kell a kellemes, kölcsönös tiszteleten alapuló kapcsolat mielőbbi kialakítására.** Ennek legjobb módja, ha a kezdet kezdetétől partnerként kezeljük a szülőt és igyekszünk barátságos hangvételű beszélgetéssel az esetleges görcseit, gátlásait feloldani. Másrészt a gyermek iránti figyelem, szeretetteljes odafordulás az anyában megerősíti a gondozónő iránti bizalmat és szakmai tudásának, tekintélyének elfogadását eredményezi. A gondozónő túl hivatalos, távolságtartó magatartása viszont távol tarthatja a szülőt az együttműködéstől. Mindezek érdekében nagyon fontos, hogy a gondozónő egyaránt figyelmet fordítson a szülőre és a gyermekre is. Ezen felül a már bölcsődébe járó és esetleg síró vagy szomorú gyermek mindig meleg, együtt érző vigasztalásban részesüljön. Ha a szülő esetleg olyan szituációt lát, ahol nincs vigasztalva a síró gyermek, rögtön az fog megfordulni a fejében, hogy az ő gyermeke sem lesz vigasztalva ugyanilyen helyzetben. Továbbá a gondozónőnek jól kell palástolnia esetleges ellenérzését a szülő valamilyen általa rossznak tartott nevelési, vagy gondozási módszere esetén. Ugyanis az arcra kiülő rosszallás a szülőben is negatív érzést fog kiváltani és végső soron a bizalom és az együttműködés teljes hiányához vezethet. Ugyanez vonatkozik a gyermek esetleges negatív viselkedési formáira, amit a szülői nevelés, vagy a szokatlan környezet és megváltozott körülmények váltanak ki belőle. Ekkor sem szabad, hogy a szülő vagy a gyermek bármilyen nehezítést olvasson le a gondozónő arcáról, vagy érezzen beszédéből. Ilyenkor elsődlegesen a kiváltó okot kell tapintatosan megtalálni és annak megfelelően cselekedni. Az anyával történő fokozatos beszoktatás módszerének eredményessége egyértelműen abban rejlik, hogy a szülő és a gondozónő kölcsönösen megismerje egymást, összehangolják gondozási-nevelési módszereiket és kölcsönösen hassanak egymásra. Az adaptáció folyamán közösen eltöltött idő megeremtheti azokat a feltételeket, amelyek lehetővé teszik a későbbiekben is a hatékony együttműködést a gyermek harmonikus és egészséges fejlődése érdekében.

Fontos momentum az, hogy a **gondozónő** minden nap **mondja el a szülő számára, hogy mi fog másnap történni**, mit vár el tőle, miben tud a szülő segíteni az adaptáció sikere érdekében. A szülőnek biztonságot ad, ha nap mint nap tudja mi az ő dolga, mikor mit csináljon / étkezés, tisztázás, kimenetel során, stb. / és mikortól veszi át fokozatosan tőle a gondozónő a gondozást. Ezáltal körvonalazódik számára a feladat és fontossága teljes tudatában lesz.

### Néhány gondolat a beszoktatás menetéről:

Az első szülői értekezletet követően, a csoport gondozónői összehangolják a beszoktatandó gyermekek sorrendjét és idejét. A gondozónőnek el kell

mondania a szülőknek, hogy a csoportban csak a saját gyermekével foglalkozzon. Az első héten szorosán a szülő jelenlétében zajlik a beszoktatás, míg a második héten az állandó jelenléte nélkül.

Az alábbiakban leírom egy klasszikus beszoktatás menetét, de fontos tudni, hogy lehetőség van arra, hogy már az első napokban is hosszabb időt tartózkodjanak a bölcsődében. Így már akár az első nap is etetheti ott a gyermekét. Fontos, hogy a beszoktatási időt úgy emeljék, hogy az anya az első héten a gyermekével valamennyi gondozási műveletet elvégezhesse és a gondozónő ezeket megfigyelhesse, és fordítva. A gyermek együttműködésétől függően a gondozónő már az első napokon is kísérletet tehet egy-egy gondozási részművelet elvégzésére az anya jelenlétében (pl: orrtörlés, kínálás, stb.).

A tapasztalatok szerint a legtöbb nehézséget a bölcsődei alvás jelenti, az új környezet, az ismeretlen ágyak, a környezet zavaró tényezői (többi gyermek, esetleges sírás, stb.) miatt. Ezért az első elalvás során a szülőnek jelen kell lennie és elalvásig az ágya mellett maradnia, majd az ébredést követően szintén. Mivel az adaptáció mindenképpen megterhelést jelent a gyermekek számára, az anyát fel kell készíteni a megnövekedett alvásszükségletre és arra, hogy feltétlen biztosítani kell, hogy kipihenhesse magát. Azonban arra is figyelni kell, hogy a szülő megnyugodjon, hogy semmi komoly baj nincs a gyerekével, ez teljesen természetes reakció a beszoktatás során. Ugyanez vonatkozik arra, ha esetlegesen az étvágyában, vagy a szobatisztaság mértékében változás állna be.

1. nap: 10 órára érkeznek, egy órát tartózkodnak a bölcsődében. A gyermek ismerkedik a környezettel, a gondozónő az anyával veszi fel a kapcsolatot és a gyermek együttműködésétől függően vele.
2. nap: 9 órára jönnek és 11 óráig maradnak. A gondozónő felveszi a kapcsolatot a gyermekkel is, de a gondozási műveleteket az anya végzi (WC használat, kézmosás, ételkínálás, stb. ) a gondozónő jelenlétében. Egy-egy részműveletet a gondozónő is átvehet az anya jelenlétében, ha a gyermek együttműködő.
3. nap: 9 órára jönnek és ebéd után mennek haza. A gondozónő az anya jelenlétében egyre több gondozási műveletet vesz át. Egymás mozdulatainak megfigyelésével lehetővé válik a gondozási műveletek összehangolása, a szokások átvétele. A vizuális példa mindig meggyőzőbben hat, mint a verbális közlések vagy kérdések. Az ebédet az anya kínálja, a gondozónő figyel. Mindig az új gyermek az utolsó a sorrendben, ez azonban megváltozhat a gyermek egyéni igényeitől függően.
4. nap: 7 óra 45 percre érkeznek. A reggelit a gondozónő kínálja, ha a gyermek nem fogadja el, a szülő reggeliztet. A gondozónő sokat foglalkozik a gyermekkel, az anyuka egyre inkább kivonja magát. Az anya rövid időre kimegy a csoportszobából, de ezt a gyermekkel

megbeszéli. Az ebédet a gondozónő kínálja, ha szükséges az anya jelenlétében.

5. nap: 7 óra 30 percre jönnek, az anya reggeli után rövid időre elmegy. A gondozónő végzi az összes gondozási műveletet, s ha még az anya nem látta, az ő jelenlétében. A gondozónő kínálja az ebédet, ha nem szükséges, az anya nincs a szobában. A gondozónő megmutatja a gyermeknek az ágyát, barátkoztatja vele, de még nem alszik itt.
6. nap: Reggelire jönnek, a gondozónő kínálja a reggelit. Az anya reggeli után távozik és ebédre jön vissza, de ha nem szükséges, az ebéd alatt nem tartózkodik a szobában. A gondozónő az anya jelenlétében felkínálja az ágyat. Ha nem alszik el, hazamennek.
7. nap: Reggelire érkeznek, az anya elmegy és délben jön vissza. Lefekteti a gyermeket és ott marad, függetlenül attól, hogy elaludt-e. Ébredés után távoznak.
8. nap: Már a gondozónő próbálja lefektetni a gyermeket, az anya kint várakozik. Ébredés után hazamennek.
9. nap: A gondozónő ismét lefekteti a gyermeket, az anya 2 órára, vagy fél 3-ra jön vissza. A gyermek itt uzsonnázik, ha szükséges az anya jelenlétében.
10. nap: A gyermek egész napját a bölcsődében tölti. A szülő uzsonna után érkezik a gyermekért, ha nincs probléma.

Természetesen ez a menet a gyermek igényeihez mérten rugalmasan változhat. Ha szükséges és megoldható, a beszoktatás ideje kitolható. Fontos szerep jut, főleg az első hét folyamán a szoba másik gondozónőjének. Ha neki nincs beszoktatós gyermeke, akkor a régebbi gyermekekkel foglalkozva ő biztosítja a társa számára, hogy osztatlan figyelemmel fordulhasson az új szülő és gyermeke felé. Ezzel nagyban megkönnyíthetik egymás munkáját.

### **Az önállósági törekvések támogatása és a g.nő-gyerek kapcsolata**

Két szervesen összetartozó témáról van szó, nem szabad szétválasztani őket. Az egyik nincs meg a másik nélkül, hiszen csak meleg, harmonikus, biztonságot nyújtó gondozónő–gyermek kapcsolat mellett lehet megfelelően támogatni a gyermek önállóságra irányuló törekvéseit. Sőt, csak ilyen légkörben fog a gyermek igazán törekedni arra, hogy önálló legyen. Azon túl, hogy az éntudat fejlődésével egyre inkább előtérbe kerül az „én csinálom”, „én is tudom” érzése, a szeretett személy (szülő, g.nő ) elismerését, dicséretét is szeretné a gyermek kivívni, sőt szeretne hozzá hasonlóvá válni. A hasonlósághoz pedig hozzátartozik az is, hogy egyedül eszik, öltözik, WC-t használ, mos kezét stb. Természetesen ennél jóval összetettebb a szeretett felnőtthez való azonosulás

igénye, többek között a szocializációs folyamatok egyik alapja, de én most csak ehhez a témához kapcsolódva kívánom kiemelni.

Az igazán mély, őszinte, elfogadó nevelői légkört és a köztük lévő kapcsolatot Hermann Alice szavaival tudnám a legjobban kifejezni. Ő „derűs együtt igyekezetnek” írja le a gondozást-nevelést. Vagyis **a g.nő azonosul a gyermek elvárásaival, ráhangolódik az érzéseire, vágyaira**. Ez a fajta nevelői légkör nem a gyermek magára hagyását jelenti, hanem egy másfajta felelősségvállalást. A g.nő bízik abban, hogy a gyermek meg tud tenni önállóan bizonyos dolgokat. Ezzel **kompetencia érzéséhez juttatja a gyermeket**, ami nem más, mint hatni tudás a cselekedeteivel a környezetére. A kompetencia mértéke függ attól, hogy a felnőtt mennyire érti meg a gyermek jelzéseit, mennyire igyekszik azoknak megfelelően cselekedni, vagyis **adekvát választ** adni. Érezheti -e, hogy jelzéseivel hatni tud a környezetére? Megérti -e a felnőtt, hogy például a csecsemő azért sír, mert éhes és alig várja, hogy enni kapjon? Vagy azért sír, mert álmos és pihenni szeretne? Ha megérti a jelzést, annak megfelelően cselekszik-e? Vagy az éhes gyermeket leteszi aludni és fordítva?

Adekvát választ azonban a g. nő csak abban az esetben tud adni, ha kellőképpen ráhangolódott a gyermekre. **Ismeri a fejlettségi szintjét- és tempóját, a képességeit, érzéseit, érdeklődését**. Ehhez azonban jó kapcsolatnak kell lenni közöttük, mely a **kölcsönös bizalmon** alapszik. Ilyen kapcsolat esetében a gyermek biztonságban érzi magát és a veleszületett aktivitási vágyának örömmel fog teret engedni.

A bizalmon kívül azonban fontos **a g.nő attitűdje**, amit Montessori Mária szavaival tudok a legjobban jellemezni, aki azt mondja, hogy mindig tartsa szem előtt a nevelő, mintha a gyermek mondaná: „Segíts nekem, hogy magam is meg tudjam csinálni”. Vagyis mindig csak annyi segítséget kell nyújtani a gyermek számára, hogy ő maga tovább tudjon lépni, ezzel is erősítve a kompetencia érzetét. Ez a fajta g. női hozzáállás azt sugározza a gyermek felé, hogy bízom benned, tudom, hogy képes vagy ezt megtenni. A felé áradó bizalom és ösztönzés ilyen megnyilvánulása újabb és újabb feladatok megoldására fogja őt sarkallni és egy tartalmas kapcsolathoz fog vezetni.

A kialakult **jó kapcsolat jelei** láthatóak gondozás közben, amikor is **a gyermek elengedett, együttműködő** és a későbbiekben **egyre önállóbb**. A bizalom és a szeretet jeleként esetleg huncutkodik is a g.nővel. Általában véve sokat mosolyog, nevet, beszél a g.nőjéhez, **nyitottan, érdeklődve fordul a világ felé**. Szívesen mesél neki élményeiről, igyekszik vele kapcsolatba kerülni, igényli a közelségét, megmutatja a játékát, vagy bele is vonja abba. Miután a gyermekek fokozottan igénylik a **testi közelséget**, a szerető g.nő többször magához öleli és simogatja őket.

Ezen túlmenően nagyon fontos a **szemkontaktus** megléte közöttük. A gyerekek automatikusan keresik a felnőtt tekintetét, ami számukra sok információt ad. Egy meleg, szeretetet sugárzó tekintet azt közvetíti a gyerek

felé, hogy „szeretlek, fontos vagy a számomra”, ez pedig a biztonság érzetét kelti benne.

Óriási jelentősége van a jó kapcsolat kialakulásában a **mosolynak** is. Hiszen gondoljunk csak bele, mi is mennyivel szívesebben tartózkodunk egy olyan ember társaságában, aki a mosolyával derűt sugároz felénk, mint egy olyanéban, aki morcosságával komor hangulatot áraszt.

Szeretném külön kiemelni az **elismerés, dicséret és a biztatás fontosságát**. Ezekkel erős pozitív motivációt adunk a gyermek számára, s megerősítjük őt a már elért eredmény nagyszerűségének tudatában. Azt hiszem, hogy könnyen megértjük és elfogadjuk ennek a pozitív motivációnak jelentőségét, ha belegondolunk abba az igen egyszerű dologba, hogy mi saját magunk is mennyivel szívesebben végzünk el egy bizonyos feladatot, ha bíztatnak arra. Ezzel azt hozva a tudomásunkra, hogy tudják képesek vagyunk annak megoldására. Ugyanakkor mennyivel nehezebb ugyanazt a feladatot megoldani, ha a motiváció az elmarasztalástól való félelem. A gyermekek számára az önállóság bizonyos lépcsőfokainak megtétele igen komoly feladatot jelent. A csecsemőben megvannak ugyan az önálló felnőtté válás előfeltételei, ezek azonban csak a megfelelő nevelői hatás segítségével bontakozhatnak ki oly módon, hogy az eredmény egy testileg-lelkileg egészséges felnőtt legyen.

**Az önállósodási törekvések több szintéren zajlanak**, s annak fokát a gyermek fejlettsége és fejlődésének üteme határozza meg. Ezek a főbb területek a következők: mozgás, játék, **étkezés, öltözés, fürdőszoba használat** és a legtöbb súrlódást okozó **szobatisztaság**. A legfontosabb a felnőtt részéről a szeretetteljes odafordulás, bizalom a gyermekben és a lehetősége annak, hogy a gyerek maga dönthesse a vele kapcsolatos dolgokban. A kompetencia érzéséhez hozzátartozik **a választás lehetősége, de a határokat természetesen a felnőtt szabja meg**. Tehát a gyermek például eldönthesse, hogy mivel szeretne játszani és az ésszerűség határain belül azt is, hogy hogyan, de a választható játékkészletet a felnőtt állítja össze. Természetesen fontos a megfelelő körülmények teremtése is, azaz kellő hely és idő biztosítása.

### **Étkezés:**

Az újszülött már a születése pillanatában rendelkezik az ún. szopási reflexel. Ez alapvető feltétele az életben maradásának. Azonban nagyon hosszú és nehézségekkel teli út vezet innen az önálló, tisztán étkezésig. Ebben nagyon sok segítségre, szeretetre és türelemre van szüksége a gyermeknek.

### **Szoptatás jelentősége:**

- legoptimálisabb az összetétele a gyermek számára
- mindig „kéznél van”, ideális a hőmérséklete

- védelmet biztosít a fertőzésekkel szemben
- szorosabbá válik általa az anya –gyermek kapcsolat, ami a korai kötődés kialakulása szempontjából elengedhetetlen.

### Fontos:

- szoptatás alatt csak a gyermekére figyeljen az anya
- „face to face” helyzet legyen, egymás szemébe nézve, nyugodt körülmények között,
- megteremteni a harmonikus légkört, kényelmes szoptatási pózt találni
- a gyermek igényeihez igazodva szoptatni (bizonytalan szülőknek lehet kapaszkodó a 3-4 óránkénti evés)
- éjszaka is lehet szoptatni, mivel a csecsemőt az éhség ébreszti fel, a jóllakottságtól pedig elalszik. Az alvás-ébrenlét ritmusa érési folyamat eredménye – „leszoktatás nélkül elmarad az éjjeli evés.

Az anyatejes táplálást követően, az elválasztás időszakában ismerkedik a gyermek a kanállal és a pohárral. Eleinte a kanál látványa és az, hogy az ajkához ér készíti arra, hogy nyissa a száját. Később már maga az étkezési előkészületeket követő ölbe emelés és a kanál látványa is elég, hogy nyissa a száját. Az **ölben étkező gyermek** számára fontos, hogy biztosan, stabilan tartsa őt a felnőtt, mert csak így érzi magát biztonságban. Ugyanakkor ahhoz, hogy kellemes, bensőséges legyen az együttlétük, lágy, puha mozdulatokkal kell a gondozónőnek hozzá érnie. A szakszerű mozdulatokon kívül lényeges a szemkontaktus megléte és a kiváró, mindenfajta sürgetést kizáró gondozónői attitűd. A gyermek beleszólhasson saját táplálásába és aktívan részt is vehessen benne azáltal, hogy irányíthatja az étkezés tempóját és megfoghatja a poharat.

A következő lépcsőfok a fejlettségben, hogy a már stabilan ülni és járni tudó gyermek **kétkanalas módszerrel** eszik. Ebben az időszakban minden gyermek hajlamos, hogy hosszabb-rövidebb ideig lassabban eszik és maszatol is. Ütögeti, összekeni kanálával az asztalt, belesap a főzelékes tálba, ismerkedik a kanállal és az ételekkel. **Nem siet az evéssel és ez természetes. Átmeneti jelenségről van szó, ami nógatással, siettetéssel nem rövidíthető le, csak evési kedve rontható el.** Az előzőekben említettek / kivárás, saját tempószerinti evés, aktív részvétel stb. / ekkor is és a későbbiekben is meghatározóak, ennek köszönhetően és a kedvel végzett gyakorlás révén egyre inkább önállóan egyedül fog enni a gyermek. Természetesen mindez hosszú időt vesz igénybe és rengeteg kihívást tartogat a gyermek számára. Szeretném hangsúlyozni a bizalom jelentőségét, módot kell adni arra, hogy a gyermek egy-egy mozdulatsort a próbálkozásai révén begyakoroljon. Az a gyermek amelyik célbiztosan nyúl és megtudja fogni a poharat, az el is tudja venni az asztról és vissza is tudja tenni. A gondozónő ne végezze el helyette



ezt a feladatot, még akkor sem ha fennáll a lehetősége, hogy kiönti a folyadékot. Velünk felnőttekkel is előfordulhat, hogy leesszük vagy leöntjük a ruhánkat. Lényeges szempont azonban, ha ez meg is történik a gyermekkel, ne legyen elmarasztalva vagy megdorgálva, mert később már próbálkozni sem mer.

Néhány szó az etetőszékről:

**Nem javasolt az etetőszék** használata a bölcsődékben több okból sem. A gyermek számára annyira fontos testkontaktus nincs meg ha az étkezés etetőszékben történik. Ezen túlmenően balesetveszélyes is, elég ha csak egy pillanatra megy el a gyermek mellől a gondozónő, a székben ülő gyerek megpróbálhat kimászni és a szék labilitása miatt kieshet. Az önállóságában is gátolva van azáltal, hogy a gondozónő teszi be- és veszi ki a székből, a gyermek nem döntheti el mikor áll fel, ezáltal kiszolgáltatottá válik. Az etetőszék használatának megvan az a hátránya is, hogy esetlegesen később kerül az asztalhoz a gyermek. Ha valahol használnak is etetőszéket figyelni kell rá, hogy ha már stabilan ül, jár a gyermek és leér a lába a földre, asztalhoz legyen ültetve és kétkanalas módszerrel etetve.

### **Az öltözködés területe:**

Itt is hosszú út vezet attól, hogy a ruhadarab láttára és kérésre nyújtja kezét-lábát, addig míg egyedül fel-le ölti ruháját, cipőjét. A fejlettségi szint nagyon különböző lehet azonos korú gyerekek esetében, hiszen tudjuk, hogy az alakuló éntudat egyik megnyilvánulása az önálló cselekedet hangsúlyozása. A gondozónő egyik legfontosabb feladata, **lehetőség biztosítása arra, hogy kísérletezhessen** a cipő levételével, a nadrág-, pulóver lehúzásával, a kibegombolással stb. Ehhez azonban **kellő időt** is kell biztosítani.

Ha a gondozónő bátorítja próbálkozásait, vele örül a sikernek, elismeri a teljesítményét, azzal egyben az éntudat fejlődését is támogatja, aminek egyre önállóbb gyermek lesz az eredménye.

Szeretném újra hangsúlyozni a gondozónői attitűd fontosságát. Bízunk abban, hogy a gyermek képes a kérésünk teljesítésére, vagy bizonyos dolgokat egyedül is el tud végezni. Fontos azonban a technikai tanácsok adása. Ne csak az hangozzon el, hogy „Vedd fel a cipődet „- hanem az is, hogy ezt hogyan tudja könnyebben megtenni. A lágy, segítő, kiváró mozdulatoknak itt is fontos szerepe van. Ha a gyermek azt érzi, hogy a gondozónő kapkod, durva mozdulatokkal ér hozzá, nem lesz kedve próbálkozni. A neheztelő, elmarasztaló hangsúly szintén nem lesz jó hatással az önállósági vágyára.

Fontos, hogy a gyermeknek legyen joga ahhoz, hogy ne öltözzön. Ha éppen nincs kedve hozzá, vagy fáradt, tartsuk tiszteletben a döntését és ne legyen erőltetve egy számára kellemetlen feladat elvégzése.

Az öltözködés közben magától értetődően lehet beszélgetni a gyermek külső tulajdonságairól. Szóba kerülhet, hogy mi az ami jól áll neki, vagy milyen színű pulóver áll jobban a kék szeméhez, vagy barna hajához. Mindez, ha a gondozónő reagálásaiban kiemeli a gyerek előnyös tulajdonságait, abban segíti őt, hogy pozitív énképe legyen magáról. Ugyanakkor a kedélyes beszélgetés kellemes együttlétté teszi a gondozás e színterét is.

### **Fürdőszobai tevékenység:**

Itt kell szót ejteni a mosakodásról, a fésülködésről, a pelenka cseréről, és a WC használatról.

A mosakodás és fésülködés az a terület, ahol még sokáig igényelhet segítséget a gyermek. Hiszen egy 3 éves gyerek, aki nagyon maszatosan jön be az udvarról, még nem biztos, hogy segítség nélkül tisztára tudja mosni a kezét, arcát. Azonban a csap kinyitásával-elzárásával, a szappannal, a kézmosás technikájával már megismerkedhet, sőt van, amit el is tud végezni.

A szokáskialakítás része ebéd előtt, a mosakodást követő fésülködés. A fésű használatában a 3 év körüli gyermekek már kevés segítséget igényelnek, azonban a teljesítményükre vonatkozó elismerés, dicséret nekik is erőteljes pozitív motivációt jelent.

A pelenkacsere során az öltözködésbe szintén bevonható a gyermek, korának, fejlettségének megfelelő mértékben.

### **Szobatisztaság:**

Az önállóság területei közül a legtöbb konfliktust okozó fejlődési fokozatról van szó

A mai napig elterjedt nézet a szülők, nagyszülők körében, hogy ahhoz, hogy a gyermek eljusson a széklet- és vizeletürítésnek társadalmilag elfogadott formájához, „szoktatni” kell. Azaz bizonyos időponttól kezdve bilire kell ültetni és megkívánni tőle, hogy székletét és vizeletét oda ürítse. Ebben az esetben nincs másról szó, minthogy egy feltételes reflex kerül kialakításra. A gyereket arra szoktatják, hogy a bilire üljön és ekkor ürítsen, majd a későbbiekben a rendszeres ismétlések után, a bilin ülés feltételes ingerként hatva reflexként kiváltja az ürítést. A szülői vélemények sok esetben abban térnek el egymástól, hogy mikortól is kezdődjön el a bilire ültetés. Az utóbbi évtizedekben az ipari civilizáció fejlődésével – az automata mosógépek és a papírpelenka korában – talán valamivel toleránsabbak lettek a szülők, ez az időpont kissé kijebb tolodott, ám lényegét tekintve a dolog nem változott.

Szemben a közhiedelemmel **a szobatisztává válás a gyermek pszichés- és testi fejlődésének egy fontos és nem könnyű lépése.** A valódi szobatisztaság esetében, a gyerek saját elhatározásából mond le valamiről: azaz nem enged

azonnal a jelentkező szükségletnek, hanem felfigyel a székelési-vizelési inger jelentkezésére, s visszatartja mindaddig, míg a megfelelő helyen elvégzi a dolgát. A feszültséggel járó kényelmetlenséget azért vállalja, mert olyan akar lenni, mint a felnőtt, a szeretett személyhez akar hasonlítani, az ő viselkedési normáival azonosítja magát. **Az idegrendszer érése és a személyiség alakulása révén, belső elhatározás alapján jut el a gyermek arra a szintre a harmadik életévében, hogy uralkodjon a záróizmai felett és a WC-be ürítsen.**

A hólyag és a végbél záróizmok akaratlagos szabályozásának a centruma a legkésőbbben érő homloklebenyben van. Ebből következően a hólyag és a végbél bonyolult funkciója és annak akaratlagos kontrollja, uralma, gyakorlása csak akkor válhat tökéletessé, ha az anatómiai pályák és centrumok megértek. Ez pedig nem következik be a második életév előtt, sőt annak is inkább a második felében. Ez akkor is így van, ha szoktatással, bilire ültetéssel, a feltételes reflexek kialakításával azt hihetjük, hogy a gyermek szobatiszta. A valódi szobatisztaság tehát csak megfelelő érési folyamatok eredményeként, belső elhatározás alapján alakul ki, ami erős „én”-t feltételez. Tehát az **én fejlődés elősegítésével, a szeretet kapcsolatok meglétével a feltételek** biztosításával és a türelmes, támogató attitűddel érhetjük el a valódi szobatisztaságot, amikor is a gyermek már érzi az ingert, akar és képes a záróizmain uralkodni, amíg a megfelelő helyen elvégzi a dolgát.

A felnőtt, **szülő-gondozónó szerepe** csupán annyi, hogy megismerteti a gyermeket a bilivel, WC-vel és nem az, hogy ráültesse. Sem rendszeresen, sem ötletszerűen. Közvetve azonban többet is tesz. Minthogy kezdettől fogva beszél a gyermekhez, tájékoztatja mindenről, ami vele történik, tisztába tévéskor elmondja, hogy pisis, vagy kakis, előbb-utóbb a gyermek maga is jelezni fogja, hogy „pisi, vagy kaki” verbálisan, vagy a pelenkára mutogatva, vagy toporogva adja értésünkre, hogy produkált a pelenkába. Ekkor a gondozónó szóban reagáljon a jelzésre: -Kakiltál? Akkor kicserélem a pelenkádat. Sokszor elhangzik az is, hogy a gondozónó azért megy ki a szobából, mert pisilnie kell, ezért WC-re megy. Tehát közvetve azt is tudni fogja, hogy a felnőttek így oldják meg ezt a problémát.

A gyerek csak akkor üljön bilire, ha ő maga elkéri, vagy elveszi és akkor álljon fel róla, amikor akar. Sokan hallottunk olyan esetről, hogy a bilin ültetés következtében krónikus székrekedés alakult ki egy-egy gyermeknél. Szélsőséges esetben ez akár még korán kialakuló aranyér problémához is vezethet. Ezért a gyermeknek mindig szabad legyen eldöntenie, hogy mennyi ideig ül a bilin, WC-n. Kezdetben előfordulhat, hogy üres biliről áll fel a gyermek. Ilyenkor csak annyi hangozzon el, hogy „most nem sikerült” vagy bíztassuk „majd legközelebb”, ez ismét az oly sokszor hangsúlyozott bizalmat sugározza felé. De a szemrehányás, vagy az összehasonlítgatás „tegnap már bilibe pisiltél”, „bezzeg a Julcsika...” kezdetű mondatok nagyon rossz

hatással lesznek a gyermekekre. A sikerért azonban jár az elismerés, lássa a gondozónő örömét, ami nem hangos éljenzést és ünneplést jelent.

Ha mindezeket az egyszerű dolgokat betartjuk, bízunk a gyerek kompetenciájában, biztosítjuk az egészséges fejlődés feltételeit, különösebb szoktatás és konfliktusok nélkül a gyermek önmaga is szobatisztává válik.

### **A folyamatos napirend**

A gyermek fiziológiás szükségleteinek ritmusához alkalmazkodó, jól kialakított napirend megkönnyíti a gyermek időbeli tájékozódását, ezáltal biztonságérzetet ad számára.

#### A napirend kialakításának általános elvei:

1. A csoport napirendjének úgy kell a közösség szükségleteihez, fejlettségéhez igazodnia, hogy az egyén igényeit is figyelembe veszi.
2. A bölcsőde nyitva tartásához igazodik.
3. Az otthoni és a bölcsődei napirend összhangban legyen.
4. A napirendet mindig a gyermekek fejlődéséhez kell igazítani. Külön napirendet kell készíteni a csecsemő, a típegő és a nagycsoportnak.
5. A csoport napirendje évközben többször módosul, a gyerekek fejlődése révén a szükségleteikhez kell igazítani. Az évszakokkal is változik.
6. Napi szervezést igényel: gondozónő létszám, gyerekek létszáma, az adott nap időjárása.
7. A bölcsőde tárgyi adottságai, felszereltsége is befolyásolja (pl. WC, pelenkázó száma).

#### Az összeállításának gyakorlati szempontjai:

1. Elegendő idő biztosítása: a gondozási műveletekre, a szabad játéktevékenységre, az étkezésekre.
2. Külön kell kialakítani minden egység, ezen belül a szobák napirendjét. A g.nők munkarendjének ehhez kell igazodnia.
3. A csoport napirendjének kialakítása során, az egyes gyermekek fejlettségét, életkorát és igényeit kell figyelembe venni.

#### A gondozónők munkarendjének kialakításakor figyelembe kell venni:

1. A csoportban lévő gyerekek életkorát
2. a legtöbb gondozási feladat délelőtt van
3. az ölelkezési idő minél több legyen, de ne az alvásidőre essen
4. ha helyettesíteni kell a kiesett kollágánót

## AJÁNLOTT IRODALOM

1. Bölcsődei adaptáció. Módszertani levél. In: Előadások –közlemények - dokumentumok. Módszertani levelek, irányelvek. BOMI, Bp. 1984.
2. Folyamatos napirend a bölcsődében. 3. számú módszertani levél. BOMI, Bp., 1982.
3. Otthon és bölcsődében. Kisgyermekek táplálása 1-3 éves korban. Írta: dr. Barna Mária-Papp Rita-dr. Mramurácz Éva
4. Az étkezés és az ún. szobatisztaság, írta:Falk Judit-Vincze Mária, Bp. 1995.
5. Már százszor megmondtam. Írta: F. Várkonyi Zsuzsa. 1999.
6. Kell a gyerekeknek a korlát. Írta: Rogge Jan-Uwe. 1997.
7. Kicsikről nagyoknak. Írta: Vekerdy Tamás. 1996
8. A bölcsődei gondozás nevelés minimumfeltételei és a szakmai munka részletes szempontjai. Módszertani levél, 1999.