



Beszoktatás - az elengedés művészete

Bölcsődés lett a kisgyermekem...! Ezek a szavak a szülőkből sokféle ellentmondó érzelmeket hoznak felszínre: az izgalom, kíváncsiság mellett őszintén valljuk be, hogy természetes, hogy félelem is társul hozzá. A várakozó izgalom és kíváncsiság mellett, lassan de biztosan erősödik a szorongás, az aggodalom, mert valójában a legtöbb szülő alapján véve szívesen tartaná még otthon maga mellett a gyermekét, „és egyébként is senki más nem tud úgy odafigyelni, gondoskodni RÓLA, mint Ő.”

Beszélni mindenképp nagyon fontos ezekről a valóban nyugtalanító érzésekről, a következőkben a kisgyermeknevelők sok éves tapasztalatán alapuló gondolatait olvashatják a beszoktatásról (adaptáció).

De előtte tegyünk egy egészen rövid történeti kitekintést: a Gyes 1967-ben történő bevezetése óta a társadalom kollektív tudatába több generáción keresztül szinte beleégett, hogy „a gyermeknek az anyja mellett a helye!” A bölcsőde évtizedeken keresztül „szükséges rosszként” volt



jelen a köztudatban. Közben azonban, ahogy változott a társadalom, megváltoztak a kisgyermekes családok igényei is. A gyermeknek továbbra is a szüleihez van a legnagyobb szüksége, ugyanakkor, ahogy cseperedik, egyre fontosabbá válik számára, hogy a kortársai között fejlődjön, szocializálódjon, mintákat kövessen. Ezekre a társadalmi igényekre egyre több alternatív intézmény jött létre, melyek közül az egyik legnépszerűbb a bölcsőde a maga gyermekközpontú értékrendszerével, magas szakmai tudással bíró kisgyermek nevelőivel. Ma már a bölcsődék „családközpontú” szemlélettel, a gyermekek egyéni igényeihez igazodva működnek. A beszoktatás is ezt a szemléletet követve a gyermek számára - meg persze a szülők számára is - igyekszik megkönnyíteni a közösségbe illeszkedést.

Akkor irány a bölcsőde! Csak hogy ezt kimondani könnyű, de a szülő számára ennek a változásnak a megélése egyáltalán nem olyan egyszerű. Hiszen az édesanya a gyermekkel eddig szimbiózisban élt és létezett, és ez a titkos és zárt világ most egyszer csak a feje tetejére áll és már semmi sem olyan egyértelmű! Miről is van szó: el kell engednie a gyermekét, bizalommal át kell őt adni egy addig ismeretlen felnőttnek. Ezt a folyamatot segíti az adaptációs időszak, amiről Önök már elég sok ismerettel rendelkeznek.

Tudják hány napig fog tartani, hogy mi fog történni egy-egy nap, hogyan fog ez az egész folyamat lezajlani. És azzal is tisztában vannak, hogy eljön az a pillanat, amikor el kell köszönni a kisgyermektől.... Ez a búcsú nem végleges, de esetenként nagyon szívszorító tud lenni... Mert mi is történik? A beszoktatás a kisgyermek számára a megannyi csoda megtapasztalásán kívül legfőképp egy veszteségélmény (az anyától való elszakadás) megélése is, amely folyamat négy szakaszból áll. Ennek a veszteségélménynek a szakaszain kivétel nélkül minden hozzánk érkező kisgyermek végig megy, az azonban változó, hogy melyik kisgyermek mennyi idő alatt megy keresztül ezen a folyamaton.

Most először a kisgyermek szemével járjuk végig ezeket a szakaszokat:

1. Csodálkozás és ijedtség: „Nem értem mi történik velem, miért hagysz itt? Sírok, szomorú vagyok, nem értek semmit.” – ilyenkor a csendes hüppögéstől elkezdve a toporzékolásig bármi megtörténhet.
2. Harag és düh: „Nagyon haragszom rád anya, most büntetlek” – ekkor fordulhat elő, hogy amikor érte jönnek, nem akar hazamenni, kvázi így büntetve a szülőt.
3. A csendes beletörődés időszaka – itt már kezdi megérteni, hogy szülei nem hagyják el véglegesen, épp ellenkezőleg ugyanolyan fontos a szülőknek.
4. Az elfogadás – „BIZTONSÁGBAN VAGYOK, HAZA FOGOK MENNİ ÉS NAGYON JÓL ÉRZEM İTT MAGAM!!!!!!”

Beszoktatás - az elengedés művészete

A gyermekét együtt abban segíthetjük, hogy minél előbb elérje az elfogadás állapotát. Ennek érdekében nagyon fontos az édesanya és a nevelők harmonikus együttműködése! És most jutottunk el ahhoz a ponthoz, hogy az anyának is el kell tudnia engedni a gyermekét. Ami valljuk be őszintén egyáltalán nem olyan egyszerű kihívás. Az anya érzései is ambivalensek ennek a folyamatnak az átélése során: egyrészt nagyon örül, hogy gyermeke szívesen jön bölcsődébe, szereti a nevelőket és a társakat, ugyanakkor a „kisördög” ott bujkál: „Már nem is szeret engem? Nem sír utánam?”

Kedves anyuka és apuka! Gyermeke érzései, szeretete, a kötődés erőssége semmit nem változott, épp ellenkezőleg pont a szülővel való stabil kötődésnek köszönhető, hogy új környezetét is viszonylag rövid idő után megszokta, megszerette és biztonságosnak találta!



Az elengedés folyamata tulajdonképpen nem is itt kezdődik, hanem jóval korábban még a beszoktatás megkezdése előtt. Tudatosan kell magunkat felkészíteni, mert ha maga az anya bizonytalan a döntésében, félelmeit kivetíti a kisgyerekekre is. Ilyenkor aztán a kisgyermeknevelő minden szakmai tudása, empátiája és együttműködési képessége hiábavaló, mert ha az anya a saját döntése helyességében nem bíz meg, akkor a kisgyermek sem fogja elfogadni az új élethelyzetet.

A kezdeti bizonytalanságok leküzdésében komoly segítség a családlátogatás. Itt egy oldott légkörben minden kérdésére választ kaphat a szülő. És ami még nagyon fontos, a kisgyermek bizalma a szülőn keresztül alakul ki: ha azt tapasztalja, hogy a nevelőket a szülők az ő intim szférájukba beengedik, a gyermek számára mindenképpen jóval könnyebb és gyorsabb lesz az elfogadás. Nagyon fontos, hogy a szülő érezze, hogy segítségre és támogatásra számíthat, de a sikeres megvalósulás érdekében nagyon sok akaraterőre, belső energiára, határozottságra, a család életében bekövetkező óriási változással kapcsolatos pozitív és negatív érzések őszinte kimondására van szükség!

Kedves Édesanya, Édesapa! Gyermekek első tapasztalásai a családon kívüli életről megkezdődik. Ez egy nagy lépés az egész család életében, bízunk benne, hogy közös együttműködésünkkel megalapozhatjuk gyermekük egészséges személyiségfejlődését már ebben a korai életszakaszban ez által segítve a későbbi óvodai-, iskolai közösségbe való beilleszkedést.

**Szeretettel:
Cseperedő Bölcsőde dolgozói**