Адаптация ребенка к условиям детского сада

Родители, отдавая ребенка в дошкольное учреждение, беспокоятся за его судьбу. И это обосновано. Многие дети в период адаптации становятся плаксивыми, замкнутыми, агрессивными, тревожными. Это связано с тем, что не удовлетворяется одна из базовых потребностей – потребность в безопасности и защищенности. Ребенок впервые остается без близких людей в незнакомой обстановке. В семье он в центре внимания, а в детском саду один из многих, такой же как и другие. Это требует психологической перестройки, изменения поведения, выработки новых умений. Так как малыш раним, его организм функционально не созрел, ему трудно приспосабливаться. Ему нужна помощь взрослых: родителей и воспитателей.

Давайте разберемся – что же такое адаптация?

Адаптация - это приспособление организма к новой обстановке, а для ребенка детский садик несомненно является новым, еще неизвестным пространством, с новым окружением и новыми отношениями. Адаптация включает широкий спектр индивидуальных реакций, характер которых зависит от психофизиологических и личностных особенностей ребенка, от сложившихся семейных отношений, от условий пребывания в дошкольном учреждении. Т.е., каждый ребенок привыкает по-своему.

Надо помнить, что до 2-3 лет ребенок не испытывает потребности общения со сверстниками, она пока не сформировалась. В этом возрасте взрослый выступает для ребенка как партнер по игре, образец для подражания и удовлетворяет потребность ребенка в доброжелательном внимании и сотрудничестве. Сверстники этого дать не могут, поскольку сами нуждаются в том же.

Поэтому нормальный ребенок не может быстро адаптироваться к яслям, поскольку сильно привязан к матери и ее исчезновение вызывает бурный протест ребенка, особенно если он впечатлительный и эмоционально чувствительный.

Период привыкания к детскому саду проходит очень эмоционально для ребенка, поэтому взрослым, кто окружает ребенка дома, нужно запастись терпением. Возможно, Вам покажется, что поведение ребенка внезапно меняется - он становится более капризным. По вечерам Вас могут ждать неожиданные истерики по поводу и без повода, скандалы, сопровождающиеся криком, плачем, швырянием предметов и валянием на полу. Некоторые родители могут прийти в настоящий ужас при виде такой резкой перемены и обвинить в ней садик.

pageborders.org

Причин же может быть несколько. Во-первых, действительно, адаптация к садику - большой стресс для ребенка, его нервы напряжены и им требуется разрядка. Кроме того, в окружении посторонних ребенок часто старается сдерживать негативные эмоции, так что выплескиваются они только вечером на головы родителей.

Как помочь ребенку на этом этапе?

- **Не обсуждать** при малыше волнующие вас проблемы, связанные с детским садом.
- Не нервничать и не показывать свою тревогу. *Тревога и беспокойство родителей передается детям.*
- Необходимо отправлять ребенка в детский сад лишь при условии, что он здоров.
- Следует создать спокойный, бесконфликтный климат для него в семье.
- Щадить ослабленную нервную систему ребенка. Не увеличивать, а уменьшать нагрузку на нервную систему, - на время прекратить походы в цирк, в гости. Намного сократить просмотр телевизионных передач.
- Когда вы уходите - расставайтесь с ребенком легко и быстро. Конечно же, вы беспокоитесь о том, как будет вашему ребенку в детском саду, но долгие прощания с обеспокоенным выражением лица, у ребенка вызовут тревогу, что с ним здесь может что-то случится, и он долго не будет вас отпускать.
- Если ребенок с трудом расстается с матерью, то желательно первые несколько недель пусть отводит в детский сад его отец.
- Не совершайте ошибки и не делайте перерывов в посещении садика - неделька дома не только не поможет малышу адаптироваться к садику, но и продемонстрирует ему, что есть и другой вариант, которого можно всеми силами добиваться.
- Необходимо поддерживать и в выходные такой же режим дня, как и в детском саду!
- Расскажите воспитателю об индивидуальных особенностях вашего ребенка, что ему нравиться, что нет, каковы его умения и навыки, в какой помощи он нуждается, определите, какие методы поощрения и наказания приемлемы для вашего ребенка.
- Не забывайте постоянно говорить ему, что Вы его любите.
- Во время процесса адаптации ребенка к детскому саду будьте внимательны и терпимы с малышом.

pageborders.org

Если вы заметили, что у вашего ребенка проблемы с адаптацией, то попробуйте поговорить с воспитателем. Беседы с воспитательницей помогут вам узнать о вашем ребенке немало такого, чего вы не замечаете, и что вам будет полезно. Часто дети ведут себя в детском саду иначе, чем дома, и здесь они помогут вам раскрыть и решить некоторые небольшие проблемы.

По выходным хорошо играть в самодельную напольную игру **"Дорога от дома к детскому саду"** - карта с дорожками и домиками-ориентирами: "Наш дом" "Мамина работа", "Папина работа", "Магазин", "Детский сад". По дороге из дома в сад и обратно требуется запоминать ориентиры и, придя домой, наносить (ставить) их на карту. Ребенок ходит своей фигуркой, родители - своими. Играя в "Дорогу в детский сад" по выходным, малыш не отвыкает от сада, и понедельник не будет казаться ему ужасным днем.

Если ребенок плачет. В первое время приводить ребенка в детский сад должен кто-то из родителей, даже если в последствии это будет делать бабушка или другие родственники. Если при расставании он заплачет, это обычное явление, почти нормальное. Смело уходите. **Если вы останетесь, ребенок начнет жалеть себя** (а вы - его). Когда вы уйдете, новая обстановка отвлечет его. Забирать ребенка непременно приходите за ним сами, на первых порах это действительно необходимо.

Полная адаптация ребенка к детскому саду возможна не раньше, чем через 2-3 месяца. И в течение всего этого периода надо заботиться о том, чтобы ребенок не слишком остро ощущал разрыв между своей прежней и теперешней жизнью. Проявляйте как можно больше интереса к его занятиям в детском саду, внимательно выслушивайте его рассказы, сохраняйте рисунки и аппликации, которые он приносит; любознательность и стремление к действию возникают и развиваются (как и умение говорить или ходить) при доброжелательном и терпеливом участии взрослых, благодаря их постоянным поощрениям.

Детский сад - важный этап в жизни ребенка, когда он учится общению, поведению в коллективе, взаимодействию со сверстниками.

Пропускать этот этап крайне нежелательно: ведь тогда всеми необходимыми социальными навыками ребенку придется овладевать в школе.

Педагог-психолог: Максимова О.В.

pageborders.org