

«Успешная адаптация ребенка к детскому саду»



Адаптация к детскому саду - тяжелое время для каждого ребенка. Это не только процесс привыкания к новой обстановке, к новому режиму дня, к новым отношениям, но и выработка новых умений и навыков. Ведут себя дети в этот период по – разному: одни безутешно плачут, другие отказываются общаться с детьми и воспитателями, третьи реагируют достаточно спокойно и быстро привыкают к новым условиям.

Течение и длительность адаптации зависит от многих факторов:

- особенностей высшей нервной деятельности (темперамента);
- состояния здоровья;
- разницы в обстановке, в которой ребенок находился дома, и той, в которой находится в детском саду (например: режим дня);
- поведения и эмоционального состояния взрослых (например: тревожность родителей)

Как родителям подготовить ребенка к посещению детского сада!

- Ребенок должен обладать определенными культурно-гигиеническими навыками и навыками самообслуживания по возрасту (ест ложкой, умеет пить из кружки, своевременно просится на горшок и т.д.).
- Необходимо приблизить режим дня в домашних условиях к режиму дня детского сада и регулярно его соблюдать.
- Отправляйте малыша в детский сад лишь при условии, что он здоров.
- Заранее знакомьте ребенка с детским садом (рассказывайте ребенку о детском саде, погуляйте с ребенком на участке детского сада).

Ну вот, пришло время, идти в детский сад. Как надо вести себя родителям с ребенком, в первые дни посещения детского сада?

Необходимо психологически, подготовиться маме, отдать ребенка в детский сад! Старайтесь не нервничать, не показывать свою тревогу по поводу адаптации ребенка к детскому саду. (до 2-3 лет дети на бессознательном уровне чувствуют переживание и тревогу мамы).

Не нужно оставлять ребенка сразу на целый день в детском саду! (начинаем оставлять ребенка от 1,5 до 2-х часов).

В первые дни посещения детского сада ребенку можно из дома взять любимые игрушки, предметы, напоминающие о доме (психологическая поддержка).

Одевайте ребенка в сад в соответствии с температурой воздуха в группе.

Создайте спокойный, бесконфликтный климат для него в семье (после посещения д/с избегайте шумных мест, где скопление народа).

Эмоционально поддерживайте малыша (чаще обнимайте, поглаживайте, называйте ласковыми именами – тактильный контакт).

Существует «ТЕХНИКА ПОЗИТИВНОГО РАССТАВАНИЯ» с ребенком, которая поможет родителям в период адаптации!

Чтобы не опаздывать и иметь возможность обязательно попрощаться с ребенком, соберитесь на 5-10 минут раньше (больше не надо, чтобы не превращать прощание в самостоятельное событие дня).

Скажите честно ребенку, куда и зачем вы идете (только очень просто, например: "Я иду в магазин за покупками", или "Я иду на работу печатать на компьютере"). Не бойтесь, что ребенок не поймет слов: спокойная, открытая интонация подскажет ему, что то место, куда идет мама, достаточно хорошее, и дело, которое она будет делать, - полезное и приятное

Скажите точно малышу, когда вы вернетесь. Для этого не нужно говорить время по часам. Можно сказать: "Я приду, когда ты покушаешь, погуляешь, поспишь". Ребенку понятнее конкретные описания событий, по которым он и определит время. (обязательно прийти вовремя!)

Если ребенок плачет - говорит, что ей очень жалко, что он грустит, но ничего не поделаешь, приходится расставаться;

- передает ребенка тому взрослому, с которым он остается;

- уходит

Избегайте фразы, которые ухудшают ситуацию адаптации:

«Ты же сам говорил (говорила), что хочешь в детский садик (с детками играть), почему ты теперь не хочешь оставаться?»;

-«Не пускаешь меня на работу - не будет денег тебе на новую машинку!»;

-«Ну, пожалуйста, можно мама пойдет на работу?!»;

- «Ты же большой мальчик (большая девочка)! Как тебе не стыдно плакать!»;

- «Если будешь так реветь - уйду от тебя и вообще не приду!».

Важно помнить: эти фразы не только не помогают ребенку, но даже вредят, потому что в них есть УПРЕК. Упрек ребенку в том, что он МЕШАЕТ маме делать какие-то ее дела.

Уважаемые родители! Будьте терпеливы, проявляйте понимание и проникательность. И очень скоро детский сад превратится для малыша в уютный, хорошо знакомый и привычный мир!

Малютина Е.А.

Педагог-психолог