

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
Центр развития ребёнка – детский сад №5 «Теремок»
города Новоалтайска Алтайского края

ОСОБЕННОСТИ АДАПТАЦИИ ДЕТЕЙ К УСЛОВИЯМ ДЕТСКОГО САДА: ПРИЧИНЫ ДЛИТЕЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ

КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Материал подготовлен
педагогом-психологом МБДОУ ЦРР №5
Мацкевич О.А.

То, как быстро и легко ребенок адаптируется к детскому саду, зависит не только от воспитателей, но и от родителей. Порой они совершают ошибки, которые провоцируют слезы и нежелание ребенка оставаться в саду. Что родители делают не так? Как родители мешают детям привыкнуть к саду?

Ошибка № 1. *Нервничают больше ребенка*

Некоторые родители ведут ребенка в сад в таком нервном состоянии, что их тревожность передается малышу. И даже спокойный ребенок, который, возможно, нормально бы прошел процесс адаптации, начинает плакать и бояться детского сада. В таком случае воспитатель обычно дает такой совет: Ведите себя спокойно и уверенно. Хотя бы внешне! Даже если внутри у вас целый ураган, не подавайте вида, ведь ребенок сразу почувствует вашу тревогу и страх. И сам начнет бояться.

Поговорите с ребенком. Беседа поможет и малышу, и маме, ведь слова связывают события и чувства, придают им смысл. Можно сказать ребенку правду, что вы не можете оставить его одного, но и на работу пойти с вами не получится, поэтому вы очень хотите, чтобы за ним присмотрели воспитатели. Можно честно признаться, что все люди волнуются, когда расстаются. Но ваше волнение проходит быстро, потому что вы точно знаете, что вернетесь. Кроме того, есть смысл воспользоваться поддержкой папы — пусть он отводит ребенка в детский сад. Обычно у детей раннего возраста сильная связь именно с мамой. Поэтому папа как третья сторона может облегчить расставание мамы и ребенка, взяв ответственность на себя.

Ошибка № 2. *Негативно высказываются о саде и воспитателях*

Конечно, бывают разные моменты в детских садах. Порой мам что-то не устраивает, и они начинают обсуждать сад и воспитателей со своими родными или подругами, не обращая внимания на рядом играющего ребенка. Не стоит этого делать, советует воспитатель. Ведите все негативные беседы о саде подальше от детских ушей, чтобы у них не складывалось плохого мнения об этом месте.

Вспомните, что вы — пример для своего ребенка. Дети не появляются на свет сразу воспитанными и вежливыми, они становятся такими, глядя на взрослых. Чтобы не «утонуть» в беспокойстве, направьте свои силы не на переживания, а на обустройство на новом месте: помогите малышу удобно сложить вещи в шкафчике, расскажите ему, как подружиться с детьми и воспитателем, наладьте связи с родительским сообществом. Одним словом, помогите ребенку занять комфортное место в детском коллективе.

Ошибка № 3. *Выясняют отношения с воспитателем при ребенке*

Не стоит выяснять проблемные вопросы на повышенных тонах с воспитателем или няней в саду при ребенке. Он может начать воспринимать воспитателя как «плохую тетю», ведь она не нравится маме. Разрешайте конфликтные ситуации с воспитателем или нянечкой тогда, когда ребенок занят игрой и не слышит вашего разговора. Стоит заранее обсудить с воспитателем особенности характера вашего ребенка, ведь проще предупредить

конфликтную ситуацию, чем потом ее разрешить. Расскажите, каким способом вы справляетесь с малышом дома, как его можно успокоить и чем заинтересовать. Будьте человечны! Воспитатели и родители — живые люди, со своими трудностями и особенностями. А людям свойственно ошибаться. *Важно помнить, что детский сад — это место, где все взрослые очень нужны друг другу, чтобы вместе заботиться о малышах.*

Ошибка № 4. *Задают негативные вопросы*

Каждая мама хочет знать, как прошел день ребенка в детском саду. И часто из-за тревожности мамы формулируют вопросы в негативной форме: Не обижали ли тебя сегодня? Не ругали ли тебя? Так делать ни в коем случае нельзя. Во-первых, чаще всего ребенок вам ответит «да», желая, чтоб его пожалели. И ваша тревожность возрастет в разы. Во-вторых, вы настроите ребенка на негатив по отношению к саду. И он уже подсознательно может начать бояться детского сада. Вот пример, как правильно задавать вопросы: Чем вы сегодня занимались в детском саду? Что тебе сегодня больше всего понравилось/запомнилось?

Иногда родители забывают, что чрезмерная тревога за самостоятельность малыша выглядит как недоверие и неуверенность в его возможностях. Это заставляет ребенка сомневаться в себе, развивает тревожное, зависимое поведение, когда малыш болеет и сторонится общения. Радуйтесь успехам и новым открытиям вместе с ребенком. И все будет хорошо

Ошибка № 5. *Долго прощаются*

Многие мамы сильно затягивают прощание. Конечно, это тяжелый момент, но нужно четко и уверенно объяснить ребенку, что это осознанная необходимость. Во время прощания можно сказать: «Маме нужно на работу, потому ты должен побыть днем в детском саду. Это твоя работа, как и у мамы. А вечером я тебя заберу!». Если ребенку сложно дается адаптация, можно придумать ритуал прощания, который поможет ребенку пережить момент расставания с мамой. Часто мамы усаживают детей на колени, гладят по голове, поют любимую песенку, считают пальчики — каждый придумывает что-то свое. Главное — успокоить ребенка и настроить его на позитив. Можно использовать такой прием: дать ребенку с собой в сад игрушку, которая будет напоминать ему о маме. Так малышу будет проще справиться с тревогой и волнением. Ребенку 2-3 лет трудно в течение дня представить, что мама где-то есть, ведь ее здесь и сейчас не видно и не слышно. Это возрастная особенность детей раннего возраста. Знакомая вещь из дома будет «работать» как «напоминалка», которая успокоит ребенка. Разумеется, важно получить согласие воспитателя на то, чтобы взять с собой игрушку в группу. Это связано с общими правилами санитарии в детских садах.

Ошибка № 6. *Молча убегают, чтобы не видеть слез ребенка*

Есть и такие мамы, которые «забрасывают» ребенка в группу детского сада, не говоря ни слова. Они думают, что так будет проще, поскольку ребенок все равно будет плакать. Но это неправильно. Перед тем как оставить ребенка, нужно рассказать ему, что вы уходите и

обязательно за ним вернетесь. Иначе это настоящий шок для ребенка, ведь он считает, что мама его бросила. Поскольку дети к началу дошкольного возраста еще не ориентируются во времени, можно помочь им, используя режимные моменты в распорядке дня. Например: «Я заберу тебя, когда ты поешь» или «Я приду за тобой, когда закончится прогулка на улице». Ребенок со временем обнаружит, что каждый день заканчивается встречей в одно и то же время. Так он поймет, что не стоит бояться разлуки, ведь мама за ним обязательно вернется. Бывает, что взрослым трудно выдержать детские слезы без раздражения. Тогда полезно вспомнить, что дети плачут как раз потому, что эмоционально привязаны к своим родителям, они попросту их любят.

Плач ребенка, его страдание в разлуке с мамой создают важные условия для развития адаптивных психических процессов, развития речи, мышления, эмпатии. Постепенно у малыша сформируется способность справляться с разлукой. Однажды ему будет достаточно просто помахать вам на прощание ладошкой и сказать «пока-пока», не заплакав. Но, если вы заметили, что ребенок слишком долго не может успокоиться в разлуке, плачет день напролет, начинает долго и хронически болеть, у него появляется странное поведение, которое трудно объяснить — возможно, стоит обратиться за помощью к специалисту.

Ошибка № 7. *Нерегулярно водят ребенка в сад*

Для адаптации ребенка очень важно водить его в сад постоянно в одно и то же время. Увы, многие мамы нарушают эту систематичность, что часто приводит к тому, что дети становятся тревожными и плачут, не желая идти в сад. Ходите в сад регулярно и соблюдайте режим. Ребенку так будет проще адаптироваться, ведь он знает, что в 8 его отведут в сад, потом будет зарядка, завтрак и т.д.

Ритмичность и постоянство посещения детского сада способно облегчить адаптацию ребенка. Малыши учатся переживать разлуку, опираясь на представления о режиме дня. Это экономит их силы и помогает справиться со стрессом перемен. Кроме того, у воспитателей тоже происходит своего рода адаптация — они стараются подружиться с детьми, знакомятся и принимают новых малышей в группу, организуют занятия. Все это требует большой собранности, как бы легко не выглядело со стороны. Родители могут помочь и детям, и воспитателям, если они просто будут соблюдать общие правила жизни детского сада.