

Как помочь ребенку во время адаптации к детскому саду?

Если вы решили отдать ребенка в детский сад, то первое, что необходимо, это ваша внутренняя уверенность в ваших действиях. Если родитель нервничает, не уверен, испытывает чувство вины, то это может сильно осложнить процесс адаптации, т.к. дети чувствуют и транслируют ваше состояние во вне! Если ваше решение основано на рациональной необходимости, то следует убедить себя в этом и общаться с людьми, поддерживающими ваше решение. Самое главное, родители должны быть спокойны, уверены в себе, в правильности того, что они делают. Именно по реакции родителя ребенок ориентируется что хорошо, что плохо, что приятно, что противно и что должно происходить, а что не должно. Если с ребенком происходит то, что должно, он проще и быстрее мирится с тем, что ему не очень нравится.

Чего не делать:

Не отрицайте чувства ребенка.

Не надо излишнего энтузиазма.

Не сравнивайте сад с работой.

Не обманывайте.

Не обсуждайте тему сада с другими членами семьи и знакомыми

Не подкупайте ребенка

Что делать:

Посочувствуйте ребенку, обнимите его.

Расскажите о «плюсах».

Объясните как есть

Говорите правду

Просто пообщайтесь с ним, эмоционально, тепло

Мама любит своего малыша и никогда не бросит, он ей очень-очень важен.

Как облегчить ребенку пребывание в садике?

Обратите внимание на утро дома перед садиком. Постарайтесь что бы утренние сборы проходили в спокойной обстановке. Не подгоняйте ребенка, упрекая его, что опаздываете, это усиливает тревогу. Лучше будьте его пораньше, пусть у вас останется лишнее время на игру, это поможет сохранить благоприятный настрой.

Постарайтесь понять, что именно ребенку больше всего тревожит в вопросе садика - другие дети, новое место, расставание с мамой, страх, что она не придет его забрать. Разобравшись постарайтесь нивелировать опасения малыша.

Помните, что ведущая деятельность у ребенка дошкольного возраста это игра. Любую проблему ребенка можно и нужно решать только через игру, а не наставления и порицания. Оденьте на руку игрушку, и он вам все расскажет.)))

Главное не бойтесь сами, тогда и с ребенком все будет в порядке.

Садик - это очень хорошо и для ребенка, и для мамы. Много зависит от воспитателей и от их отношения к ребенку. В свою очередь отношение воспитателя к ребенку зависит от отношения родителей к воспитателю. Если у вас возникают вопросы или сомнения, не молчите, обращайтесь к воспитателю.



МАДОУ «Детский сад № 58»

618417, Пермский край, г. Березники,
ул. Л. Толстого, 29, В. Бирюковой, д. 3.

МАДОУ «Детский сад № 58»

Адаптация к детскому саду.



Как пережить ...

Тел. 8(3424) 23 22 78

Пермский край, г. Березники ул. В. Бирюкова д. 3



Адаптация - это процесс приспособления организма и психики к новым условиям. Отдавая ребенка в детский сад, помните, что ребенку надо дать время на то, что бы привыкнуть и приспособиться к новой обстановке и новому общению.

К большому сожалению родителей определить заранее как у ребенка пройдет адаптация невозможно. Дети активные, оптимистичные, общительные могут также тяжело проходить этот период как и нежные и стеснительные. Для каждого ребенка этот процесс очень индивидуален и зависит от возраста, состояния здоровья, от особенностей нервной системы, типа детско-родительского взаимодействия и др.

Выделяют три фазы адаптации:

1. Острая фаза, или период дезадаптации - в это время у ребенка могут наблюдаться частые заболевания, нарушения сна, аппетита, нежелание ходить в детский сад.

2. Собственно адаптация - в этот период ребенок постепенно привыкает к новым условиям, нормализуется поведение.

3. Фаза компенсации - дети начинают вести себя спокойно, с удовольствием ходят в садик. Ускоряется темп развития психических процессов.

Как выглядит адаптация?

Родители должны понимать, что адаптация это не зло с которым нужно бороться, не проблема, это её решение, позитивный процесс подстройки человека к новым условиям. Поскольку это процесс он должен проходить некие стадии, вы регулярно должны видеть движение. Если процесс никак не меняется на протяжении 2-3 недель значит есть проблема, механизм адаптации не справляется со своей задачей.

Адаптационные процессы затрагивают все сферы жизни - аппетит, ночной сон, утомляемость, восприимчивость к новой информации, психическая лабильность, гибкость реакций, устойчивость к раздражителям. Ребенок может вполне весело проводить время в саду, с радостью бежать туда после выходных, но дома стать капризным, раздражительным, «тормозным» - это тоже форма адаптации.

Для каждого ребенка этот процесс будет очень индивидуальным. В целом можно сказать, что у человека, и у ребенка в частности, активный адаптационный период к изменениям подобного масштаба длится до 2-х месяцев и до 6 месяцев. Но можно условно, очень приблизительно выделить некоторые основные группы.

Виды адаптаций

Быстрая адаптация.

Самый редкий вид адаптации. Скорее всего это или отложенная адаптация или пассивная. Но если все же такое с вами случилось, считайте, что вам очень повезло.



Активная адаптация

Сопровождается бурной эмоциональной реакцией. Ребенок плачет при расставании с мамой, нервничает, переживает, отказывается завтра идти в садик. Хотя такая адаптация может вас напугать, но это вполне нормально. Бурная эмоциональная реакция при нормальном протекании процесса может длиться до 2-х недель.

Отложенная адаптация

Ребенок с удовольствием и радостно идет в садик. Легко прощается и бежит в группу. Такая реакция может быть от 3-х дней до 3-х недель. Далее может наступить резкая смена настроения, ребенок скандалит, отказывается идти в сад. Около 35-40% детей адаптируются именно таким образом.



Пассивная адаптация

Протекает не за счет психического ресурса, а за счет соматического. Ребенок может спокойно и даже радостно ходить в детский сад, но при этом появляются изменения в других областях. Поэтому внимательно следите за проявлением элементов пассивного соматического реагирования: аппетит, вкусовые пристрастия, повышенная утомляемость, изменения характера сна, скорость и качество усвоения новой информации, общая нервозность, капризность, привязанность к ритуалам, изменение стула (следите за запорами и в саду, обязательно интересуйтесь был ли у ребенка стул и какой).