

Консультация для родителей педагога-психолога ДОУ №22

Беловой Н.В.

«Адаптация детей к условиям детского сада».

Проблемы адаптации ребёнка к детскому саду тесно связаны с проблемами адаптации родителей и всей семьи к дошкольному образовательному учреждению.

Ребёнок идёт в детский сад – это не просто событие – это стресс. Надо понимать, что этот стресс, так или иначе, отражается на всех членах семьи. У родителей могут вдруг ожить давно забытые детские обиды.

Чаще всего семья в этот период переживает и первый критический период (он наступает между 3-м и 7-м годами существования семьи и продолжается в благоприятном случае около года), который выражается в росте разногласий во взглядах, учащении проявлений отрицательных эмоций, росте напряженности в отношениях и возникновении чувства неудовлетворённости. На таком вот неблагоприятном семейном фоне протекает процесс адаптации ребёнка к детскому саду. Кроме того, поступление ребёнка в детский сад является и своеобразным тестом на определение семьи как функциональной (здоровой) и дисфункциональной (не здоровой). Если ребёнок не справляется с проблемами адаптации, то мы должны понимать, что семья этого ребёнка в данный период жизни становится дисфункциональной и нуждается в психолого-педагогической помощи и поддержке.

Адаптация ребёнка к детскому саду – это и процесс, и результат согласования ребёнка с окружающим его миром дошкольного образовательного учреждения приспособления к новой обстановке, к структуре отношений, как с педагогами, так и со сверстниками, установления соответствия поведения принятым в группе детского сада нормам и правилам.

Адаптация включает широкий спектр индивидуальных реакций ребёнка в зависимости от его психофизиологических, и личностных особенностей, конкретного характера семейных отношений и воспитания, условий пребывания в детском саду.

Адаптация как процесс в норме занимает у детей разного возраста разное количество времени: в яслях длится в среднем 7 – 10 дней, в среднем дошкольном возрасте 2 – 3 недели, в старшем дошкольном возрасте – месяц. Состояние аффекта в первое время посещения детского сада выявляется у каждого второго мальчика и каждой третьей девочки. Поскольку потребность в общении со сверстниками появляется у детей после 4 лет, то для предупреждения негативного отношения к детскому саду рекомендуется в случае нервно-соматической ослабленности отдавать в детский сад мальчиков не ранее 3,5 – 5 лет, а девочек не ранее 3 – 4 лет.

Что отличает детей, которые трудно адаптируются в детском саду? У эмоционально чувствительных и впечатлительных детей, у детей зависимых от матери, и у детей с проблемами еды, дневного сна, туалета ... преобладает в начале посещения детского сада неблагоприятное состояние. Большие проблемы с адаптацией у нервно-соматических ослабленных и часто болеющих детей, у детей, которые привыкли к исключительному вниманию в семье, у единственных и поздних детей, у детей с проблемами общения и у излишне медлительных (заторможенных) детей, излишне подвижных (гиперактивных) детей. Испытывают трудности адаптации дети, имеющие нервно-психические нарушения и эмоционально неустойчивые дети.

Необходимо обратить внимание на детей, которые адаптируются к детскому саду, используя весь резерв своего психологического здоровья. Это хорошо знакомая ситуация, когда ребёнок исключительно хорошо ведёт себя в детском саду, демонстрируя образец хорошего поведения, и производит впечатление хорошо адаптированного ребёнка. Однако, выйдя за дверь группы, за ворота детского сада, ребёнок трансформируется из «хорошего» в «плохого», не желающего слушаться, подчиняться, руководствоваться разумными доводами и т.п. «Ребёнка как подменили» – замечают родители, а педагоги удивляются кардинальными изменениями в поведении ребёнка. Дети с таким контрастным поведением дома и в детском саду находятся в группе риска по появлению у них невротических реакций, зачастую переходящих в невротическое состояние и в невроз как заболевание.

Не испытывают затруднений в адаптации эмоционально устойчивые, общительные дети и дети, практически не болеющие простудными заболеваниями, а также дети с недостаточно развитой эмоциональной и интеллектуальной сферой.

Что отличает родителей, дети которых испытывают трудности адаптации?

Некоторые особенности родителей, которые мешают детям адаптироваться к детскому саду. Прежде всего, это конфликтность. Известно, что ребёнок дошкольного возраста непроизвольно усваивает негативные черты поведения родителей, что осложняет его отношения со сверстниками и педагогами. В поведении таких родителей можно отметить нетерпимость к чужому мнению, агрессивность, подозрительность и настороженность. Следующей особенностью родителей детей с проблемами адаптации является их необщительность. Неуверенность и нерешительность отмечает детей таких родителей.

Можно отметить и такую особенность у родителей трудно адаптируемых детей, как дефекты воспитания. Это родители, которых необходимо довоспитывать, родители, которых отличает психолого-педагогическая некомпетентность и неграмотность.

Обращают на себя внимание пожилые родители с тревожно-мнительной фиксацией на проблемах адаптации своего единственного

чада.

Психолого-профилактические и коррекционные мероприятия. Педагогам познакомиться заранее с родителями своих будущих воспитанников (выяснить индивидуальные особенности, привычки), постараться произвести на них благоприятное впечатление. В беседах с родителями на тему «Когда я был маленьким» уточнить, какие воспоминания, как позитивные, так и негативные, остались у родителей от посещения ими детского сада в детстве.

По возможности сохранить в период адаптации привычные для ребёнка приёмы ухода, даже если они противоречат общим нормам и правилам (покачать на руках, дать пустышку). С целью уменьшения внутреннего напряжения у детей в период адаптации организовать проведение подвижных, эмоционально насыщенных игр.

Рекомендации для родителей

"Как подготовить ребёнка к детскому саду"

- Расскажите ребёнку, что такое детский сад, зачем туда ходят дети, почему Вы хотите, чтобы малыш пошёл в сад.
- Проходя мимо детского сада, с радостью напоминайте ребёнку, как ему повезло - скоро он сможет ходить в детский сад. Рассказывайте родным и знакомым в присутствии малыша о своей радости, гордитесь своим ребёнком, ведь он уже большой и скоро будет ходить в детский сад.
- Подробно расскажите ребёнку о режиме детского сада: что, как и в какой последовательности, он будет делать. Чем подробнее будет ваш рассказ, и чем чаще вы будете его повторять, тем спокойнее и увереннее будет чувствовать себя ваш ребёнок, когда пойдёт в сад.
- Поговорите с ребёнком о возможных трудностях, к кому он сможет обратиться за помощью, как это сделать. Например: "Если ты захочешь пить, подойти к воспитателю и скажи: "Я хочу пить", и Анна Николаевна нальёт тебе воды. Если захочешь в туалет, скажи об этом". Не создавайте у ребёнка иллюзий, что всё будет исполнено по первому требованию и так, как он хочет. Объясните ему, что в группе будет много детей и иногда ему придётся подождать своей очереди. Вы должны сказать малышу: "Воспитатель не сможет сразу одеть всех детей, тебе придётся немного подождать". Попробуйте поиграть с ребёнком во все эти ситуации дома.
- Приготовьте вместе с ребёнком "радостную коробочку", складывая туда недорогие вещи. Это могут быть небольшие игрушки, которые остаются привлекательными для вашего ребёнка и, уж точно, обрадуют других детей. Это могут быть красивые бумажные салфетки или лоскутки приятной на ощупь ткани, книжки с картинками и т.д.

- Научите малыша знакомиться с другими детьми, обращаться к нам по имени, просить, а не отнимать игрушки, предлагать свои игрушки, свои услуги другим детям.
- Разработайте вместе с ребёнком несложную систему прощальных знаков внимания, и ему будет проще отпустить вас.
- Помните, что на привыкание ребёнка к детскому саду может потребоваться до полугода. Рассчитывайте свои силы, возможности и планы. Лучше, если на этот период у семьи будет возможность подстроиться к особенностям адаптации своего малыша.
- Убедитесь в собственной уверенности, что в вашей семье детский сад необходим именно сейчас. Ребёнок отлично чувствует, когда сомневаются в целесообразности садовского воспитания. Любые ваши колебания ребёнок использует для того, чтобы воспротивиться расставанию с родителями. Легче и быстрее привыкают дети, у родителей которых нет альтернативы детскому саду.
- Ребёнок привыкнет тем быстрее, чем с большим количеством детей и взрослых сможет построить отношения. Помогите ребёнку в этом. Познакомьтесь с другими родителями и их детьми. Называйте других детей в присутствии вашего ребёнка по именам. Поощряйте обращение вашего ребёнка за помощью и поддержкой к другим людям в вашем присутствии. Чем лучше будут ваши отношения с воспитателями, с другими родителями и их детьми, тем проще будет привыкнуть вашему ребёнку.
- Совершенных людей нет, будьте снисходительны и терпимы к другим. Тем не менее, прояснять ситуацию, тревожащую вас, необходимо. Делайте это в мягкой форме или через воспитателей.
- В присутствии ребёнка избегайте критических замечаний в адрес детского сада и его сотрудников. Никогда не пугайте ребёнка детским садом.
- В период адаптации эмоционально поддерживайте малыша. Теперь вы проводите с ним меньше времени. Компенсируйте это качеством общения. Чаще обнимайте ребёнка.
- Если через месяц ваш ребёнок не привык ещё к детскому саду, проверьте список рекомендаций и попытайтесь выполнить те рекомендации, о которых вы забыли.



Прогноз вероятной степени адаптации ребёнка к условиям детского сада.

ЛЁГКАЯ АДАПТАЦИЯ

Ребёнок спокойно входит в группу, внимательно осматривается, прежде чем остановить своё внимание на чём-либо. Он смотрит в глаза незнакомому взрослому, когда тот к нему обращается. Ребёнок вступает в

контакт по своей инициативе, может попросить о помощи. Умеет занять себя сам, использует в игре предметы-заменители, например, понарошку кормит куклу, настроение бодрое или спокойное, пантомимика выразительная, эмоции легко распознаются. Ребёнок придерживается установленных правил поведения, адекватно реагирует на замечание и одобрение, корректируя после них своё поведение. Он умеет играть рядом с другими детьми, доброжелателен к ним.

АДАПТАЦИЯ СРЕДНЕЙ ТЯЖЕСТИ .

Ребёнок вступает в контакт, наблюдая за привлекательными действиями воспитателя, либо через включение телесных ощущений. Напряжённость первых минут постепенно спадает, ребёнок может вступать в контакт по своей инициативе, может развернуть игровые действия. На замечания и поощрения реагирует адекватно, может нарушать установленные правила и нормы поведения (социальное экспериментирование).

ТЯЖЁЛАЯ АДАПТАЦИЯ.

Контакт с ребёнком удаётся установить только через родителей. Малыш переходит от одной игрушки к другой, ни на чем, не задерживаясь, не может развернуть игровых действий, выглядит встревоженным, замкнутым. Замечание или похвала воспитателя оставляют ребёнка либо безучастным, либо он пугается и ищет поддержку у родителей.

ОЧЕНЬ ТЯЖЁЛАЯ АДАПТАЦИЯ.

С ребёнком не удаётся установить контакта. Родители находятся в слиянии с ребёнком, сомневаются в том, что он сможет освоиться в детском саду. Часто родители авторитарны, вступают в конкуренцию с воспитателями, демонстрируют свою сверх компетентность во всех вопросах.