

Консультация для родителей

« Долгие проводы — лишние слезы»

Адаптация к детскому саду:

Детский сад — это первое социальное учреждение, с которым встречается ребенок. Социальное в том смысле, что ребенок впервые встречается с требованиями общества. Эти требования могут совпадать с требованиями в семье, а могут и отличаться. Очень важное умение, которое осваивает ребенок, адаптируясь к детскому саду, — это умение различать ситуации и анализировать, что можно и что нельзя с теми или другими людьми, в тех или иных случаях.

Теперь не только мама и папа, но и очень много разных людей (и взрослых, и сверстников) и разных обстоятельств (режим, расписание занятий, правила поведения и даже меню) влияют на малыша. Ему нужно научиться отстаивать свое мнение — но уважать правила, защищать себя — но не обижать других, быть личностью — но ценить коллектив, иметь свои постоянные вкусы — но допускать и что-то новое.

Это не просто. Новые обстоятельства потребуют времени для адаптации ребенка к новым условиям. По мнению психологов, у ребенка трех-четырех лет период адаптации длится 2-3 месяца. Если такой период длится дольше, родителям стоит проконсультироваться с психологом и помочь ребенку. Возможно, переживания по поводу садика совпали с какими-то не менее важными переживаниями, и ребенок не может самостоятельно с ними справиться, тогда «отказ» от садика означает его потребность в помощи и поддержке родителей.

Почему он так себя ведёт? Или что провоцирует стресс?

1. В огромной степени стресс провоцирует отрыв от матери. Конечно же, малыш неразрывно связан с вами и мама — это главное, что у него было, вернее, есть и будет. И вдруг его любимая и самая прекрасная на свете мама бросила его на произвол судьбы среди ужасной новой обстановки и незнакомых ему ранее детей, которым нет до него дела.

2. Чтобы в этой новой обстановке продержаться, ему необходимо здесь вести себя не так, как дома. Но он не знает этой новой формы поведения и от того страдает, боясь сделать что-то не так. А страх поддерживает стресс, и образуется порочный круг, который все-таки в отличие от всех других кругов имеет точное начало — отрыв от матери.

3. Обычно, мальчики 3-5 лет более уязвимы в плане адаптации к детскому саду, чем девочки, поскольку в этот период они больше привязаны к матери и более болезненно реагируют на разлуку с ней.

4. Кризис трёх лет, который может наложиться на период адаптации ребёнка, иногда осложняет её прохождение.

Рекомендации для родителей. 1. В период адаптации эмоционально поддерживайте малыша. Теперь Вы проводите с ним меньше времени. Компенсируйте это качеством общения. Чаще обнимайте ребенка, говорите ему примерно так: «Я знаю, что ты скучаешь, что тебе бывает страшно. Когда происходит что-то новое, всегда сначала страшно, а потом привыкаешь и становится интересно. Ты молодец, ты смелый, я горжусь тобой. У тебя все получится». 2. На привыкание ребенка к детскому саду может потребоваться от двух недель до полугода, в зависимости от его индивидуальных особенностей. Рассчитывайте свои силы, возможности и планы. Лучше, если на этот период у семьи будет возможность подстроиться к особенностям адаптации своего малыша. 3. Очень важно чувствовать грань, отделяющую уважение родителями желания ребенка и потакание детскому капризу; хорошей профилактикой утренних детских капризов является уверенность родителей в своей позиции, утро без излишней суеты, оптимизм и чувство юмора. 4. В период адаптации дети быстро утомляются, в результате у ребенка может пропасть аппетит, нарушиться сон, поэтому необходима преемственность в вопросах воспитания семьи и детского сада. Родители и педагоги должны организовать деятельность ребенка в детском саду и дома таким образом, чтобы снять его эмоциональное напряжение, организовывать режимные процессы, согласовывать методику их проведения, выбирать соответствующие характеру его поведения приемы и методы педагогического воздействия. 5. Если через месяц Ваш ребенок еще не привык к детскому саду, проверьте список рекомендаций и попытайтесь выполнить те из них, о которых Вы забыли. 6. И помните, что педагоги и психологи детского сада всегда готовы прийти к Вам на помощь! Чем лучше будут Ваши отношения с воспитателями, с другими родителями и их детьми, тем проще будет привыкнуть к детскому саду Вашему ребенку.

Способность ребенка адаптироваться к детскому саду во многом зависит от психологического настроения мамы. Если у мамы есть уверенность в том, что садик — это хорошо, пусть и нелегко к нему привыкнуть; хорошо потому, что это какой-то этап взросления, человеческого роста малыша — то это одно. А если мама изначально сомневается, даже боится («А если будет все время болеть?», «А если будут обижать воспитатели или другие дети?», «А если не доглядят, не досмотрят?»), — это другое. У ребенка такой тревожной мамы гораздо меньше шансов успешно адаптироваться к детскому саду.