

Памятка для родителей «Адаптация»

Сложнее и дольше адаптируются в детском саду:

Дети у которых нет родных братьев и сестер, потому что не имеют опыта делить близкого взрослого с другими детьми.

Застенчивые и замкнутые дети.

Агрессивные дети.

Эмоционально неустойчивые дети.

Дети, пережившие психологическую травму.

Дети с необычной внешностью и заметными особенностями внешности, если поступают в сад после трех лет и не попадают в спец. группу.

Дети, не имеющие элементарных навыков самообслуживания.

Дети, медленно привыкающие к новому.

Такие дети нуждаются в более долгой и тщательной предварительной подготовке к детскому саду.

Сложность адаптации состоит именно в том, что в детском саду ребенка встречает слишком много нового по сравнению с прошлой жизнью.

На новые, изменившиеся условия жизни все люди реагируют сначала шоком. Потом возникает необходимость отойти и посмотреть, что же случилось. В зависимости от ситуации и характера человека в итоге принимается решение (не обязательно осознанное, обдуманное): либо убежать и прятаться, либо нападать, либо исследовать. При этом время, которое требуется человеку до начала исследования или изменения ситуации, может быть разным. Некоторые дети чувствуют себя непринужденно в новом месте с новыми людьми. Их способность принимать новое легка, быть открытыми к новым ситуациям, скорее всего, является врожденной. Другие дети, напротив, долго привыкают к новому, и их первая реакция на ситуацию всегда отторжение, уход.

Считается, что дети, которые приветствуют новизну, адаптируются легче и быстрее своих более осторожных сверстников.

Кроме особенностей самого ребенка на сроки и степень тяжести адаптации к детскому саду большое влияние оказывает ситуация в семье.

Обычно сложнее и дольше адаптируются в детском саду:

Дети, чрезмерно опекаемые родителями или бабушками.

Дети, родители которых слишком больно переживают за ребенка в связи с необходимостью отдавать его в детский сад.

Дети, чьи родители находятся в острых конфликтных отношениях.

Дети, чьи родители и другие члены семьи не поддерживают того, что ребенок начинает ходить в детский сад.

В подобных семейных обстоятельствах детям так же требуется более тщательная подготовка к саду. Для того, чтобы поддерживать таких детей, необходимы дополнительные меры.

Еще одна группа причин, когда оказываются возможными разные варианты прохождения острого периода адаптации, касается возможностей детского сада, особенностей программы, а так же особенностей личности воспитателей.

В целом можно сказать, что при хорошей подготовке и сопровождении практически любой ребенок способен адаптироваться к детскому саду.

Чтобы оказывать ребенку своевременную и достаточную помощь и при этом не вмешиваться тогда, когда ребенок справляется самостоятельно, необходимо время от времени оценивать, как проходит привыкание ребенка к саду.

Кроме объективных признаков трудного острого периода адаптации (болезни, нарушения поведения, сна, аппетита), их выраженности и продолжительности, имеет значение самочувствие ребенка.

Как оценить, насколько легко адаптируется ребенок и не нуждается ли он в дополнительной поддержке и помощи?

Спрашивайте.

Ребенок не всегда первым говорит о своем самочувствии. Выяснить, как малыш чувствует себя в садике, и узнать причины трудной адаптации можно при помощи наводящих вопросов: «Тебе нравится в садике?». В случае отрицательного ответа задайте малышу вопросы, предполагающие развернутые ответы: «А почему? Что тебе не нравится?». Интересуйтесь мелочами детсадовской жизни ребенка: «Что вы сегодня делали? Тебе нравится воспитательница?». Сопровождайте каждый вопрос наводящим «Почему?»

Слушайте.

Когда ребенок рассказывает о том, как прошел его день, вникайте в рассказ. Если малыш спрашивает о чем-то, что вас удивляет, это может означать, что возникла ситуация, которая его волнует.

Общайтесь.

Ежедневное общение с ребенком помогает предотвратить многие конфликтные ситуации. Если ребенок слегка поранился или его обидели, выразите сочувствие, но не заостряйте внимание на негативных обстоятельствах, иначе рискуете внушить ребенку излишний страх перед болью либо столкнуться в дальнейшем с манипуляцией.

Наблюдайте.

Обращайте внимание на игры и рисунки малыша, анализируйте изменения в его характере. Серьезная стрессовая ситуация в любом случае проявляется в поведении, рисунках или игре.

Рисунки малышей младше четырех лет не так информативны, скорее имеет смысл обращать внимание на игры. Можно предложить ребенку игру, которая предполагает возможность самой выбрать себе героя. В таких играх дети обычно моделируют ситуации, которые их занимают, беспокоят.

Для детей старше четырех лет рисование—это своеобразный вид речи, с помощью которого ребенок описывает часть своего душевного или социального опыта. Большое значение в рисунках детей имеют сюжет, цвет и качество. Чаще всего дети рисуют хорошее аккуратными, яркими, теплыми цветами, а плохое— небрежно, темными, холодными. Можно предложить ребенку нарисовать детский сад.

Адаптация успешно завершена, если:

У ребенка стабильное положительное настроение в течении недели, он в основном активно играет, взаимодействует со взрослыми и сверстниками, соблюдает режим дня, хорошо ест и спокойно спит.

У ребенка отсутствуют заболевания.

Ребенок прибавляет в весе.

У ребенка появились новые навыки, умения, способности, ребенок развивается.