«Адаптация ребенка к детскому саду»

Выполнила: Тарасова Н.Ю

Наступает новая жизнь, когда маленький ребёнок впервые выходит в мир. И начинается большая жизнь, обычно, с детского сада.

Как вообще происходит эта самая адаптация и что это, собственно говоря, такое?

Адаптация - это приспособление организма к новой обстановке, а для ребенка детский садик несомненно является новым, еще неизвестным пространством, с новым окружением и новыми отношениями. Адаптация включает широкий спектр индивидуальных реакций, характер которых зависит от психофизиологических и личностных особенностей ребенка, от сложившихся семейных отношений, от условий пребывания в дошкольном учреждении.

Еще до поступления в детский сад родители посещают учреждение и знакомятся с заведующей, психологом, с воспитателями той группы, которую будет посещать малыш. Им следует установить с ними контакт, узнать об условиях пребывания детей в дошкольном учреждении. Со своей стороны ознакомить специалистов с привычками и особенностями развития своего малыша, рассказать о характерных чертах поведения ребенка, его склонностях и интересах, — это поможет впоследствии считаться с ними. Необходимое условие успешной адаптации — согласованность действий родителей и воспитателей. В целях предупреждения отрицательных эмоций не следует резко изменять привычный уклад жизни детей. Особенно тяжело переносят дети разлуку с родителями, если их приводят к 8 часам утра и оставляют до вечера.

В первые несколько дней ни в коем случае не следует оставлять ребенка более чем на 2-3 часа. Наблюдая за его реакцией, можно постепенно увеличивать время пребывания в детском садике. Рекомендации психологов следующие: около недели - забирать ребенка из садика до дневного сна, далее (при нормальном состоянии малыша) около недели - сразу после полдника, а уже потом можно оставлять на дневную прогулку. Как правило, в первые дни дети устают как психологически, так и физически, поэтому при возможности хорошо устраивать "разгрузочные от садика" дни - один-два дня в неделю оставаться с ним дома.

Родителям желательно побыть в группе вместе с ребенком: присутствие в

группе близкого человека, хотя бы и временное, дает ребенку возможность спокойно сориентироваться в новых условиях. Поддержка, теплота, уверенность в том, что мама рядом (играет с детьми или просто рассматривает с ними игрушки), помогает освоиться в новой обстановке. Важную роль в привыкании к новым условиям играет возможность принести с собой свои игрушки, знакомые и привычные предметы — все это создает для ребенка фон уверенности, обеспечивает психологический комфорт, помогает ему отвлечься от расставания с близкими. Постарайтесь уговорить оставить игрушку переночевать в садике и наутро снова с ней встретиться. Пусть игрушка ходит вместе с ним ежедневно. Расспрашивайте, что с игрушкой происходило в детском саду, кто с ней дружил, кто обижал, не было ли ей грустно. Таким образом, вы узнаете многое о том, как вашему малышу удается привыкать к садику.

Каждый ребенок привыкает по-своему. Однако, можно отметить некоторые закономерности, про которые хотелось бы рассказать родителям:

- до 2-3 лет ребенок не испытывает потребности общения со сверстниками, она пока не сформировалась. В этом возрасте взрослый выступает для ребенка как партнер по игре, образец для подражания и удовлетворяет потребность ребенка в доброжелательном внимании и сотрудничестве. Сверстники этого дать не могут, поскольку сами нуждаются в том же. Поэтому нормальный ребенок не может быстро адаптироваться к яслям, поскольку сильно привязан к матери и ее исчезновение вызывает бурный протест ребенка, особенно если он впечатлительный и эмоционально чувствительный.
- дети 2-3 лет испытывают страхи перед незнакомыми людьми и новыми ситуациями общения, что как раз и проявляется в полной мере в яслях. Эти страхи одна из причин затрудненной адаптации ребенка к яслям. Нередко боязнь новых людей и ситуаций в яслях приводит к тому, что ребенок становится более возбудимым, ранимым, обидчивым, плаксивым, он чаще болеет, т. к. стресс истощает защитные силы организма.
- мальчики 3-5 лет более уязвимы в плане адаптации, чем девочки, поскольку в этот период они больше привязаны к матери и более болезненно реагируют на разлуку с ней.

Для эмоционально неразвитых детей адаптация наоборот происходит легко - у них нет сформированной привязанности к матери. Психологи указывают на следующий парадокс: чем раньше ребенок будет отдан в дошкольное учреждение (например, до 1 года), тем более он будет коллективистски настроен в дальнейшем. Первичный эмоциональный контакт такой ребенок установит не с матерью, а со сверстниками, что не лучшим образом скажется на развитии его эмоциональной сферы - в дальнейшем такой ребенок может не испытать глубокого чувства любви, привязанности, сострадания. Итак, чем более развита эмоциональная связь с матерью, тем труднее будет проходить адаптация. К сожалению, проблемы адаптации могут преодолеть не все дети, что может привести к развитию невроза у ребенка.

Часто болеющие дети значительно тяжелее переносят период привыкания. Характер адаптационного периода зависит также от предшествующего опыта ребёнка, т. е. от наличия или отсутствия тренировки его нервной системы в приспособлении к меняющимся условиям жизни. Дети, которые живут в многодетных семьях, в семьях с многочисленными родственниками, значительно быстрее привыкают к незнакомым условиям, чем дети, жизнь которых протекала в однообразной обстановке, была ограничена небольшим кругом взрослых.

Если адаптация к яслям или детскому саду не произошла в течение 1 года и более, то это сигнал родителям, что с ребенком не все в порядке и нужно обратиться к специалисту. По наблюдениям психологов средний срок адаптации в норме составляет:

- в яслях 7-10 дней,
- в детском саду в 3 года 2-3 недели,
- в старшем дошкольном возрасте 1 месяц.

Важно знать: незнакомая обстановка угнетает обычную активность детей. Иногда даже самые интересные игрушки не привлекают детей, это "чужие" игрушки. Ребенок тяготеет к своим любимым игрушкам.

Некоторые из детей прибегают к пассивности, другие подчеркивают свою беспомощность и постоянно ищут поддержки у взрослых, третьи реагируют в первые дни плачем и криками на расставание с родителями и успокаиваются с трудом. Практика показывает, что более быстрая и более легкая адаптация детей в саду зависит в очень большой степени от того, как его приняли в детском саду и в какой мере ему уделили индивидуальное внимание. Причиной трудного привыкания к садам может служить рассогласование между слишком затянувшейся эмоциональной формой общения ребенка со взрослым и становлением новой ведущей деятельностью с предметами, требующей другой формы общения — сотрудничества со взрослым.

Таким образом, состояние здоровья ребенка, его умение общаться со взрослыми и сверстниками, сформированность предметной и игровой деятельности — основные критерии, по которым можно судить о степени его готовности к поступлению в детский сад и благополучного пребывания в нём. Подготовка ребенка, его постепенное вовлечение в новую среду, правильно организованные систематические воздействия предотвращают, сводят до минимума эмоциональные срывы, кризисы и обеспечивают непрерывный подъем в развитии возможностей и способностей личности. Расставаясь, не забудьте заверить ребенка, что непременно вернетесь за ним. Не забывайте постоянно говорить ему, что Вы его любите, что он попрежнему дорог вам!