

«Чувства и реакции ребенка при адаптации»

Адаптация к дошкольному учреждению – сложный период как для детей, так и для взрослых, воспитателей и родителей. Когда мама впервые собирается отдать ребенка в детский сад, почти каждая представляет идеальную картину: ребенок машет маме ручкой и убегает играть с новыми игрушками и детьми. Иногда так и случается, но только до тех пор, пока ребенок не понимает, что остался без мамы. Тогда картина становится более реальной: ребенок цепляется за маму и умоляет ее не уходить, если уже умеет говорить, или же просто отчаянно плачет.

Такое поведение ребенка считается совершенно нормальным: природа не предусмотрела механизма адаптации ребенка в ситуации «*остаться без мамы*», тем более в том юном возрасте, в котором в нашей стране дети, обычно, массово идут в ясли или сад. Детям трудно привыкать к новому учреждению, незнакомым сверстникам, требованиям со стороны взрослых, режимным моментам.

Все дети в период адаптации испытывают тревожность, связанную с общением со сверстниками, а также те или иные страхи.

Все ли дети ведут себя одинаково при поступлении в детский сад?

Одни дети приходят в группу уверенно, внимательно рассматривают окружающее, выбирают, чем им заняться, начинают играть. Другие делают это с меньшей уверенностью, больше наблюдают за воспитателем и выполняют предложенные им действия. Третьи проявляют по отношению к воспитателю негативизм, отклоняют все предложения, боятся не только расстаться, но и отойти от мамы, много и громко плачут. Знакомство с новыми людьми, установление с ними контакта весьма затруднительно для таких детей. Чем более узок был круг общения до поступления в детское учреждение, тем труднее ребенку, тем длительнее формируются у него отношения с воспитателем. Привязанность только к близким людям, умение общаться только с ними, неумение войти в контакт с незнакомыми людьми определяют характер поведения. Когда у ребенка опыт общения со сверстниками ограничен, большое количество детей в группе вызывает у него страх, стремление уединиться, скрыться ото всех.



Известно, что изменение социальной среды сказывается и на психическом, и на физическом здоровье детей. Особого внимания с этой точки зрения требует ранний возраст, в котором многие малыши впервые переходят из достаточно замкнутого семейного мира в мир широких социальных контактов.

Если трехлетний малыш, готовящийся к детскому саду, уже владеет речью, навыками самообслуживания, испытывает потребность в детском обществе, то ребенок раннего возраста менее приспособлен к отрыву от родных, более слаб и раним. Установлено, что именно в этом возрасте адаптация к детскому учреждению проходит дольше и труднее.

Условия успешной адаптации.

Для того, чтобы процесс привыкания к детскому саду не затягивался, необходимо следующее:

- Должна быть проведена огромная работа со стороны родителей по подготовке своего ребенка к посещению детского сада.
- В этот период особое внимание важно уделять продолжительности и качеству дневного сна, эмоциональному состоянию, контактам со сверстниками и взрослыми, соблюдению правил поведения, игровой активности - это зоны наибольшей уязвимости у детей.
- Покажите малышу здание, окна группы, где он будет находиться, участок для прогулок. Познакомьтесь с воспитателями. Неплохо, если ребёнок выучит их имена ещё до первого посещения. Обратите внимание сына или дочери на тот факт, что всех детей вечером родители забирают домой, на ночь никто не остается.

- **Чем больше ребёнок будет знать о правилах поведения в детском учреждении, тем легче для него пройдет период адаптации.**

Перед посещением детского сада поиграйте с детьми в игру под названием «Детский сад для зверят». Можно использовать мягкие игрушки, куклы, конструктор. Ребёнок вместе с мамой и папой создаёт различные игровые ситуации: «Приход в детский сад», «Прощание с мамой», «Завтрак», «Прогулка», «Тихий час» и другие. Таким образом, ребёнок в домашней атмосфере знакомится с тем, что его ожидает в детском саду.

- Способность ребёнка к успешной адаптации во многом зависит от психологической установки родителей.
Чем спокойнее мама и папа относятся к посещению ребёнком дошкольного учреждения, тем увереннее чувствует себя малыш в незнакомом коллективе.
- Не забывайте о формировании необходимых навыков самообслуживания. Старайтесь давать малышу больше самостоятельности даже в том, чего он пока ещё не умеет делать.
- Уделяйте внимание развитию коммуникативных навыков ребёнка.
Дети, у которых в соответствии с возрастом сформированы и навыки общения, и культурно-гигиенические навыки, быстро и безболезненно привыкают к условиям дошкольного воспитания, успешно развиваются умственно и нравственно, растут крепкими и здоровым