«Типичные ошибки родителей в период адаптации к детскому саду!»

Адаптация – это приспособление организма к новой обстановке, а для ребенка детский сад является новым, неизведанным пространством.

Всем известно: период адаптации к детскому саду – трудная пора для детей раннего возраста.

Типичные ошибки родителей в период адаптации.

- Недооценивание важности периода адаптации, резкое погружение ребенка в среду детского сада, стремление оставить ребенка сразу на целый день.
- Нарушение принципа систематичности, последовательности (сегодня пойдем в садик, завтра не пойдем, потому что проспали, лень, просто маме не хочется, «он сегодня так плачет, что боюсь оставлять»).
- Внезапное исчезновение при прощании, когда мама старается отвлечь ребенка и уйти незаметно, считая, что тем самым она избегает стресса расставания. Формируется недоверие к маме, к миру, страх, что мама может исчезнуть в любой момент даже дома. Лучше всего придумать ритуал прощания, который будет повторяться каждый день.
- Несоответствие питания. Некоторые родители длительное время кормят детей «баночным» детским питанием. Ребенок, получающий дома только протертую пищу приходит в садик с несформированным навыком жевания. Ребенок, привыкший есть макароны и пельмени, вероятно, будет отодвигать садичное овощное рагу.

- Несоблюдение единства требований дома и в ДОУ («пусть ест руками, лишь бы ел», кормление дома «на ходу», перед телевизором, «а он всегда дома голым бегает») Часто встречающаяся ситуация: ребенок,

засыпающий дома только в процессе укачивания – становится настоящей проблемой для воспитателей в тихий час.

- Несоответствие режима дня. Приучать ребенка к раннему подъему необходимо еще до поступления в сад. В идеале, ребенок должен сам просыпаться в нужное время – это поможет избежать капризов, вызванных недосыпанием и переутомлением. Обязателен дневной сон.

- Научить ребенка обслуживать себя. Научите ребенка просить о помощи и спокойно ждать своей очереди.

- Невнимание к социализации. Ребенка необходимо заранее готовить к общению с другими детьми и взрослыми, наблюдать за особенностями его поведения (стесняется, уединяется, конфликтует, дерется или же легко находит общий язык, контактирует со сверстниками, тянется к общению, раскован). Ребенка нужно приучить, что мама и папа могут уйти по делам, но через какое-то время обязательно вернутся. До садика у ребенка должен быть опыт разлуки с мамой.

- Неправильный настрой ребенка на посещение детского сада. Некоторые родители рисуют малышу идиллические картины его жизни в детском саду. Другие угрожают ребенку детским садом как наказанием за непослушание. Лучше всего занять позицию осознанной необходимости. Формированию неправильного настроя способствует высказывание взрослыми негатива, недовольства садиком и его сотрудниками в присутствии ребенка. Стоит избегать разговоров о слезах малыша с другими членами семьи в его присутствии. Но обязательно показывать значимость его нового статуса.

- Стремление развлечь ребенка походами в цирк, зоопарк… Этим еще сильнее нагружается нервная система ребенка. Лучше больше проводить времени в привычной домашней обстановке, играя и разговаривая с малышом.

- Наложение кризисов, когда начало посещения детского сада, совпадает с изменением состава семьи или переездом. Например, папа оставил семью и маме необходимо выйти на работу. Или родился еще один ребенок. Отдавать в садик старшего ребенка желательно до появления малыша, чтобы он не воспринял это как изгнание, потому что новый ребенок занял его место.

- Чрезмерная тревожность, озабоченность. Если мать с опаской ждет, что ребенок заболеет, он непременно заболеет, чтобы оправдать ее надежды. Если мать долго прощается с ребенком с обеспокоенным выражением лица, а, приходя за ним, тревожно осматривает на предмет ушибов, покраснений, симптомов недомогания – ее тревога, несомненно, перейдет и ребенку.

Прежде всего, в такой ситуации свое внутреннее состояние должна изменить мама.

- Незаинтересованность в адаптации ухаживающего взрослого. Например, ребенка в садик водит няня, которая сидела с ним с полугодовалого возраста. Чем дольше и болезненнее будет адаптация ребенка, тем нужнее будет няня, а няня в этом материально заинтересована. Еще пример: бабушка, которая внутренне противится решению родителей отдать ребенка в садик, и сама желает заботиться о внуке.

- Случается, что мама, не видящая себя вне ситуации ухода за ребенком, испытывает особое удовольствие, когда малыш плачет и не хочет идти в детский сад, тем самым, транслируя ему на подсознательном уровне свою заинтересованность в таком поведении. Замечено, что дети работающих матерей адаптируются легче.

- Отсутствие необходимости в посещении ДОУ. Родители сомневаются в целесообразности "садиковского воспитания" и любые колебания родителей ребенок использует для того, чтобы воспротивиться расставанию с ними, его поведение может стать манипулятивным.

- Неготовность родителей к негативной реакции ребенка на дошкольное учреждение. Как бы это странно не звучало, но плач при адаптации – это норма. И чем громче плач, тем скорее он закончится. Ребенку нужно время и возможность «отгоревать», пережить потерю каких-то удовольствий домашней жизни. И тогда он сможет полюбить садик и испытать радость от игры со сверстниками.

Как помочь своему ребенку в период адаптации к детскому саду.

- Приблизить домашние условия к детскому саду: организовать похожий режим.
- Приучать к самообслуживанию: чтобы ребенок мог сам есть, одеваться.
- Поощрять попытки самостоятельных действий.
- По возможности расширять круг общения ребенка.
- Помочь ему преодолеть страх перед незнакомыми людьми: обращать внимание ребенка на действия и поведение посторонних людей, вызывать положительное отношение к ним.

- Помочь ребенку разобраться в игрушках: использовать показ действий с ними, сюжетный показ, совместные действия, вовлекать ребенка в совместную игру.

- Развивать подражательность в действиях ребенка: «Полетаем, как воробушки», «Попрыгаем, как зайчики».
- Не допускать высказываний сожаления о том, что приходится отдавать ребенка в детский сад.
- Учить обращаться к другому человеку, делиться игрушкой, жалеть плачущего и т.д.
- Интересоваться «достижениями» своего ребенка в детском саду, быть в контакте с воспитателями.

Ближайшим окружением ребенка является семья. Ни с чем несравнимо ее влияние на развитие ребенка. Ведь именно семья призвана удовлетворить потребность ребенка в признании, уважении, оказать эмоциональную поддержку, психологическую защиту.

Материал подготовила
педагог-психолог
Чеснокова Елена Николаевна