

Консультация для родителей «Проблемы адаптации детей к детскому саду»

Практически все родители рано или поздно сталкиваются с ситуацией, когда их подросшие малыши вынуждены знакомиться с детсадом. В этот момент перед взрослыми членами семьи и встаёт множество вопросов, например, как будет проходить адаптация в детском саду, в каком возрасте отдать своё чадо в ДООУ, как ускорить привыкание к изменившимся требованиям и условиям.

Подобные сомнения и тревоги абсолютно естественны, так как на несколько лет дошкольное учреждение станет если не вторым домом для ребёнка, то существенной частью его жизни. К тому же именно от успешности адаптации часто зависит

психологическое и физическое здоровье малышей.

Вот почему вопрос, как помочь ребёнку адаптироваться к детсадовскому коллективу, должен озаботить родителей ещё до того момента, как двери ДООУ гостеприимно распахнутся перед новыми воспитанниками. Предлагаем изучить основные проблемы, могущие возникнуть перед мамами и папами, а также основные способы их решения.

Что такое адаптация? В общем плане под этим процессом понимают приспособление индивида к новой среде и условиям. Такие изменения оказывают влияние на психику любого человека, в том числе и малышей, которые вынуждены приспосабливаться к саду.

Следует подробнее разобраться в том, что представляет собой адаптация к детскому саду. В первую очередь она требует от ребёнка огромных энергетических затрат, в результате чего детский организм перенапрягается. К тому же нельзя сбрасывать со счетов изменившиеся жизненные условия, а именно:

- отсутствуют поблизости мамы с папой и прочие родственники;
- необходимо соблюдать чёткий дневной распорядок;
- нужно взаимодействовать с другими детьми;
- уменьшается количество времени, которое уделяется конкретному ребёнку (педагог общается одновременно с 15 — 20 малышами);
- малыш вынужден подчиняться требованиям чужих взрослых.

Итак, жизнь малыша изменяется коренным образом. К тому же адаптационный процесс нередко чреват нежелательными сдвигами в детском организме, которые выражаются внешне в виде нарушенных поведенческих норм и «плохих» поступков.

Стрессовое состояние, в котором находится ребёнок, пытаясь приспособиться к изменившимся условиям, выражается следующими состояниями:

- нарушенный сон – ребёнок просыпается со слезками и отказывается засыпать;
- сниженный аппетит (или его полное отсутствие) – ребёнок не желает

пробовать незнакомые блюда;

- регрессия психологических умений – ребёнок, прежде говорящий, умеющий одеваться, использовать столовые приборы, ходить в горшок, «теряет» подобные навыки;
- снижение познавательного интереса – малыши не интересуются новыми игровыми принадлежностями и ровесниками;
- агрессия или апатия – деятельные дети внезапно снижают активность, а прежде спокойные малыши выказывают агрессивность;
- понижение иммунитета – в период адаптации маленького ребёнка к детскому саду снижается устойчивость к инфекционным заболеваниям.

Таким образом, адаптационный процесс – сложное явление, во время которого поведение ребёнка может кардинально меняться. По мере привыкания к садику подобные проблемы исчезают или существенно сглаживаются.

Степени адаптации

Психологи выделяют несколько степеней адаптационного процесса, характерных для малышей преддошкольного возраста.

Лёгкая адаптация

В этом случае малыш вливается в детский коллектив за 2 — 4 недели. Подобный вариант адаптации характерен для большинства ребятшек и отличается ускоренным исчезновением негативных поведенческих реакций. Судить о том, что малыш с лёгкостью привыкает к садику, можно по следующим особенностям:

- он без слёз и истерик заходит и остаётся в групповом помещении;
- при обращении смотрит в глаза педагогам;
- способен озвучить просьбу о помощи;
- первым идёт на контакт с ровесниками;
- способен занять себя на короткий промежуток времени;
- с лёгкостью подстраивается под дневной распорядок;
- адекватно реагирует на воспитательские одобрительные или неодобрительные реплики;
- рассказывает родителям, как проходили занятия в саду.

Привыкание средней тяжести

Сколько длится адаптационный период в детском саду в данном случае? Не менее 1,5 месяцев. При этом ребёнок частенько болеет, демонстрирует выраженные негативные реакции, однако невозможно говорить об его дезадаптации и неспособности влиться в коллектив.

При наблюдении за ребёнком можно отметить, что он:

- с трудом расстаётся с матерью, плачет немного после разлуки;
- при отвлечении забывает о расставании и включается в игру;
- общается со сверстниками и воспитателем;
- придерживается озвученных правил и распорядка;
- адекватно реагирует на замечания;
- редко становится инициатором конфликтных ситуаций.

Тяжёлая адаптация

Малыши с тяжёлым типом адаптационного процесса встречаются довольно редко, однако их легко можно обнаружить в детском коллективе. Некоторые из них проявляют открытую агрессию при посещении садика, другие же уходят в себя, демонстрируя полную отстранённость от происходящего. Продолжительность привыкания может составлять от 2 месяцев до нескольких лет. В особо тяжёлых случаях говорят о полной дезадаптации и невозможности посещения дошкольного учреждения.

Основные особенности ребёнка с тяжёлой степенью адаптации:

- нежелание контактировать с ровесниками и взрослыми;
- слёзы, истерики, ступор при расставании с родителями в течение долго времени;
- отказ заходить из раздевалки в игровое помещение;
- нежелание играть, принимать пищу, ложиться в кроватку;
- агрессивность либо замкнутость; неадекватное реагирование на обращение к нему воспитателя (слёзы или испуг).

Следует понимать, что абсолютная неприспособленность к садикам – явление чрезвычайно редкое, поэтому необходимо обратиться к специалистам (психологу, неврологу, детскому врачу) и сообща выработать план действий. В некоторых случаях медики могут посоветовать повременить с посещением ДОУ.

Что влияет на адаптацию ребёнка?

Итак, период адаптации малышом в детском саду всегда протекает по-разному. Но что же влияет на его успешность? К числу важнейших факторов специалисты относят возрастные характеристики, детское здоровье, степень социализации, уровень познавательного развития и пр.

Возраст ребёнка

Нередко родительницы, стремясь пораньше выйти на рабочее место, отдают малыша в детский сад в два года, а то и раньше. Однако чаще всего подобный шаг не приносит особой пользы, поскольку ребёнок раннего возраста ещё не способен взаимодействовать с ровесниками. **Конечно, каждый ребёнок – яркая индивидуальность, однако, по мнению многих психологов, можно выделить оптимальный возрастной промежуток, который более всего подходит для привыкания к детскому саду – и это 3 года.**

Всё дело в так называемом кризисном периоде трёх лет. Как только малыш пройдёт данный этап, у него повышается уровень самостоятельности, снижается психологическая зависимость от матери, следовательно, ему гораздо проще с ней расстаться на несколько часов.

Почему не следует спешить с отправкой ребёнка в дошкольное учреждение? В возрасте 1 — 3 лет происходит формирование детско-родительских отношений и привязанности к матери. Именно поэтому продолжительная разлука с последней вызывает у малыша нервный срыв и нарушает базовое доверие к миру.

Кроме того, нельзя не отметить и большую самостоятельность трёхлеток:

они, как правило, обладают горшечным этикетом, умеют пить из чашки, отдельные ребята уже пытаются одеваться собственными силами. Подобные навыки существенно облегчают привыкание к саду.

Состояние здоровья

Дети с серьёзными хроническими заболеваниями (астма, диабет и пр.) достаточно часто испытывают сложности с привыканием в силу особенностей организма и повышенной психологической связи с родителями.

То же самое относится и к детям, которые часто и подолгу болеют. Таким малышам требуются особые условия, сниженные нагрузки и наблюдение медицинского персонала. Вот почему специалисты рекомендуют отдавать их в садик позже, тем более что из-за болезненности режим посещения ДОО нарушится.

Основные проблемы адаптации болеющих детей в ясельной группе:

- ещё большее понижение иммунитета; рост восприимчивости к инфекциям;
- повышение эмоциональной лабильности (периоды плаксивости, истощённости);
- возникновение несвойственной агрессивности, повышенной активности или, напротив, медлительности.

Перед поступлением в дошкольное учреждение дети обязаны пройти медосмотр. Не нужно этого пугаться, наоборот, у родителей появится возможность ещё раз посоветоваться с врачами по поводу того, как пережить адаптацию с минимальными потерями.

Степень психологического развития

Ещё один момент, который может воспрепятствовать успешному привыканию к ДОО — отклонение от усреднённых показателей познавательного развития. Причём привести к дезадаптации может как задержанное психическое развитие, так и одарённость. В случае задержки умственного становления применяют особые коррекционные программы, помогающие восполнить пробелы в знаниях и повысить познавательную активность малышей. При благоприятных условиях такие дети к школьному возрасту догоняют ровесников. Одарённый ребёнок, как это ни удивительно, также попадает в группу риска, поскольку его познавательные способности выше, чем у сверстников, к тому же он может испытывать сложности с социализацией и коммуникацией с одногруппниками.

Уровень социализации

Адаптация ребёнка к детскому саду предполагает рост контактов с ровесниками и с незнакомыми взрослыми. При этом существует определённая закономерность — скорее привыкают к новому обществу те малыши, чей социальный круг не ограничивался родителями и бабушками. Те же ребята, кто редко взаимодействовал с другими детьми, наоборот, сложно адаптируются к изменившимся условиям. Слабые коммуникативные навыки, неумение разрешать конфликтные ситуации вызывает рост тревоги и приводит к нежеланию посещать садик. Безусловно, данный фактор во многом зависит от педагогов. Если воспитатель хорошо ладит с ребёнком, адаптация заметно ускорится. Вот почему, если имеется такая возможность, следует записываться в группу к той воспитательнице, отзывы о которой чаще всего позитивные.

Этапы адаптации маленького ребёнка к детскому саду

Адаптация детей – процесс неоднородный, поэтому специалисты выделяют несколько периодов, характеризующихся выраженностью негативных реакций. Конечно, подобное разделение довольно условно, однако помогает понять, насколько успешным будет привыкание.

Первый этап – он же острый.

Основная его особенность – максимальная мобилизация детского организма. Ребёнок постоянно возбуждён и напряжён, неудивительно, что родители и педагоги отмечают плаксивость, нервность, капризность и даже истеричность. Помимо психологических изменений, можно обнаружить и физиологические перемены. В некоторых случаях отмечается увеличение или уменьшение частоты сердечного ритма, показателей кровяного давления. Повышается восприимчивость к инфекциям.

Второй этап называют умеренно острым, поскольку выраженность негативных реакций снижается, а ребёнок приспосабливается к изменившимся условиям. Отмечается снижение возбудимости и нервности малыша, улучшение аппетита, сна, нормализация психоэмоциональной сферы. Однако говорить о полной стабилизации состояния пока не приходится. На протяжении всего этого периода возможно возвращение негативных эмоций, появление нежелательных реакций в виде истерик, плаксивости или нежелания расставаться с родителями.

Третий этап – компенсированный – стабилизирует детское состояние. В заключительном адаптационном периоде происходит полное восстановление психофизиологических реакций, ребёнок успешно вливается в коллектив. Более того, он может приобрести новые умения – например, пользование горшком или самостоятельное одевание.

Как адаптировать ребёнка к детскому саду?

- Чтобы процесс привыкания прошел максимально успешно, быстро и безболезненно, специалисты советуют заранее прививать будущему дошколёнку важнейшие навыки. Вот почему родителям следует знать, чему желательно научить ребёнка, отправляющегося в ДОО. Самостоятельно одеваться и раздеваться. В идеале трёхлетки уже должны снимать плавки, носочки, колготки, надевать майку и кофточку, куртку. С застёжками могут возникнуть сложности, однако приучать к ним всё же следует. Для этого можно купить игрушки-шнуровки. Кроме того, развесьте в комнате картинки с последовательностью одевания (их можно скачать бесплатно в интернете).
- Пользоваться ложкой/вилкой. Облегчению привыкания способствует умение орудовать столовыми приборами. Для этого нужно отказаться от поильничков, бутылок, непроливаек, которые не способствуют скорому взрослению.
- Проситься и ходить на горшок. Следует избавляться от подгузников уже в полуторагодовалом возрасте, тем более что умение проситься и ходить в ночную вазу существенно упростит адаптацию, поскольку ребёнок будет увереннее себя ощущать среди умелых ровесников. Воспринимать разную пищу. Для многих трёхлеток характерна избирательность в пище. В идеале родителям следует

приблизить домашнее меню к меню детского сада. Тогда завтраки и обеды в ДООУ не станут напоминать войну между детьми и воспитателями.

- **Общаться со взрослыми.** Довольно часто можно услышать своеобразную речь ребёнка, которая понятно только маме. Некоторые малыши вообще общаются жестами, справедливо полагая, что родители всё поймут. Перед садиком следует проследить за снижением лепетных слов и жестов. Играть с детьми. Чтобы улучшить коммуникативные навыки ребёнка, необходимо почаще вводить его в детский коллектив. Психологи советуют регулярно ходить в гости к семьям с маленькими детьми, гулять на детских площадках, играть в песочнице.

В яслях и садиках имеются специальные адаптационные группы для будущих дошкольников. Обязательно узнайте, имеется ли такая услуга в вашем ДООУ.

Посещение подобных групп позволит познакомить малыша с воспитателями, самим зданием и новыми правилами поведения.

Советы психолога: 6 разговоров о садике

Рекомендации родителям по адаптации детей часто включают совет больше разговаривать с ребёнком о дошкольном учреждении. Только как это сделать правильно и о чём нужно говорить с малышом, чтобы облегчить будущее привыкание? Объясните максимально простым языком, что такое детский сад, зачем туда ходят детки, почему так важно его посещать. Простейший образец: «Садик – большой дом для малышей, которые вместе кушают, играют и гуляют, пока их родители работают». Расскажите ребёнку, что садик – это своего рода работа для ребятшек. То есть мама трудится учителем, врачом, менеджером, папа – военным, программистом и т.д., а малыш будет «работать» дошкольником, потому что стал совсем взрослым. Каждый раз, проходя мимо детского сада, не забывайте напоминать, что через некоторое время ребёнок также сможет сюда ходить и играть с другими детьми. В его присутствии также можно рассказывать своим собеседникам о том, как гордитесь новоиспечённым дошколёнком. Рассказывайте о дневном режиме садика, чтобы снять страхи неуверенность. Пусть ребёнок не всё запомнит в силу возраста, зато он будет знать, что после завтрака будут игры, затем прогулки и кратковременный сон. Не забудьте рассказать о том, к кому ребёнок сможет обратиться, если вдруг захочет воды или в туалет. Кроме того, ненавязчиво уточните, что не все просьбы будут выполняться мгновенно, поскольку для воспитателей важно уследить сразу за всеми детьми. Поделитесь своей историей посещения дошкольного учреждения. Наверняка у вас сохранились фотографии с утренников, где вы рассказываете стихи, играете в куклы, идёте с родителями из садика и т.д. Родительский пример позволяет малышу скорее привыкнуть к садикам.

Не нужно перехваливать детский сад, расписывая его уж совсем в радужных красках, иначе малыш разочаруется в воспитателе и одноклассниках. Одновременно нельзя пугать его дошкольным учреждением и педагогом, который «покажет, как следует хорошо себя вести!» Старайтесь выдерживать золотую середину

Занятия с детьми по подготовке к садику

Сюжетно-ролевая игра и прослушивание сказочных историй – любимые развлечения маленьких детей. Поэтому советы психолога часто включают такие пункты, как занятия и сказки для успешной адаптации в детском саду. Цель подобных игр – в непринуждённой форме ознакомить малыша с режимом и правилами детского сада. Заручитесь «поддержкой» детских игрушек – кукол, плюшевых медвежат. Пусть любимая пластиковая подружка станет воспитателем, а плюшевый мишка и робот – детсадовцами, которые только посещают дошкольное учреждение. Причём занятия должны повторять практически весь день будущего дошкольника. То есть плюшевый мишка пришёл в садик, поздоровался с тётёй-воспитательницей, поцеловал мамочку на прощание и начал играть с другими ребятами. Затем он позавтракал и начал заниматься. Если ребёнок с трудом расстается с мамой, особый упор нужно делать именно на данном моменте. Для этого лучше использовать специальные сказки для быстрой адаптации в детском саду, в которых, к примеру, котёнок перестаёт плакать после ухода матери и начинает весело играть с другими зверушками. Ещё одна возможность облегчить адаптацию к садику – использование подручных средств: презентация, мультфильмы и сборник стихотворений про детский сад. Подобные полезные инновационные материалы адаптируют малышей не хуже, а порой и лучше обычных рассказов. Рекомендации для родителей, как облегчить расставание с малышом. Обычно к трёхлетнему возрасту малыши достаточно легко отпускают от себя мам и прочих значимых взрослых, поскольку, как мы уж отмечали, на данном этапе возникает естественное желание быть самостоятельным, независимым от родителей. И всё же встречаются ситуации, когда малыш и мать превращаются практически в единый организм. Из-за этого адаптация ребенка в детском саду может существенно усложниться, также повышается вероятность полной дезадаптации. В идеале необходимо приучать малыша к родительскому отсутствию последовательно и заблаговременно. И всё же можно в короткий срок понизить психоэмоциональную зависимость детей от мамы. Рассмотрим основные советы родителям от опытных специалистов.

Необходимые действия

Старайтесь привлекать к взаимодействию с ребёнком папу и прочих близких родственников. Чем больше малыш будет контактировать с другими взрослыми (а не только с мамой), тем проще ему будет привыкнуть к воспитателю. После этого познакомьте ребёнка со своими друзьями. Поначалу они играют с малышом в присутствии с родителями, чтобы он смог спокойно ощущать себя рядом с малознакомыми взрослыми. С адаптировавшимся ребёнком легче будет отлучаться. Следующий этап – выход на улицу. Нужно объяснить малышу, что мама отлучится в магазин, пока бабушка или знакомая тётя будет рассказывать интересную сказку. При этом не нужно отпрашиваться у ребёнка, просто ставьте его в известность.

Последовательно приучайте малыша к той мысли, что ему нужно находиться одному в комнате. Вы можете готовить обед, пока ребёнок будет играть в детской. Затем данные правила можно применять во время занятия в песочнице или на прогулке. Не называйте ребёнка застенчивым, букой, рёвой,

плаксой, хвостиком и прочими малоприятными словами. Наоборот, как можно чаще рассказывайте ему и другим, какой он у вас коммуникативный, общительный и весёлый.

Ненужные действия

Нельзя сбегать от ребёнка тайком, пусть даже в этот момент он сидит с бабушкой. Обнаружив пропажу матери, он, во-первых, серьёзно испугается, а во-вторых, начнёт плакать и кричать при следующих попытках родителей отлучиться. Не рекомендовано оставлять ребёнка в квартире одного, особенно если он отличается повышенной тревожностью и беспокойством. Кроме того, маленькие ребята даже за несколько минут способны найти «приключения» даже в самом безопасном доме. Не следует поощрять ребёнка вкусностями и игрушками за то, что он позволяет вам отлучаться. Если подобное будет практиковаться, то малыш и в садике будет требовать материального поощрения буквально каждый день.

Вы можете придумать какие-либо облегчающие расставание ритуалы. Только не следует превращать их в полноценный обряд, больше напоминающий торжество или праздник. Это может быть обычный поцелуй, обоюдная улыбка или пожатие рук.

Итак, были описаны основные правила по улучшению адаптации малышкой к дошкольному учреждению. Однако никто из родителей не застрахован от ошибочных действий. Вот почему необходимо подробнее остановиться на наиболее распространённых заблуждениях:

- сравнение с другими ребятами. Адаптируемся мы все по-разному. Вот почему не следует сравнивать малыша с его ровесниками, которые гораздо быстрее привыкают к детскому коллективу и воспитателю;
- обман. Не нужно обещать ребёнку, что вы заберёте его через часик, если планируете вернуться только в вечернее время. Подобные родительские обещания приведут к тому, что малыш будет ощущать себя преданным;
- наказание садиком. Не следует наказывать ребёнка более длительным пребыванием в дошкольном учреждении, если он привык находиться в ДОО всего несколько часов. Это приведёт лишь к усилению нелюбви к садикам;
- «подкуп» сладостями и игрушками. Некоторые мамы и папы подкупают ребятшек, чтобы те хорошо себя вели в дошкольном учреждении. В результате ребёнок будет в дальнейшем шантажировать взрослых, требуя от них гостинцы ежедневно;
- отправление в садик заболевшего малыша. В адаптационный период любая простуда способна надолго выбить ребёнка из колеи, поэтому не следует при недомогании отводить дошкольника в садик, иначе существует риск усилить симптоматику недуга.

Ещё одна распространённая родительская ошибка – исчезновение мамы, которая не желает отвлекать ребёнка от игрушек или детей. Подобное поведение, как мы уже говорили, приведёт лишь к тому, что у малыша повысится тревожность и возникнут многочисленные страхи. Не исключено усиление истерик.

В качестве заключения

Детский сад и адаптация — понятия часто неразрывные, поэтому не следует воспринимать привыкание к ДООУ в качестве какого-то абсолютного зла и негатива. Наоборот, подобный процесс достаточно полезен для ребёнка, поскольку готовит его к будущим переменам в жизни — школе, институту, семейным отношениям. Обычно малыш привыкает к садику за пару-тройку месяцев. Но если детское состояние со временем не стабилизируется и возникают всё новые психологические проблемы (агрессия, тревожность, гиперактивность), следует обязательно пообщаться с психологом по поводу дезадаптации. Если же проблема никак не решается, возможно, стоит рассмотреть вопрос о более позднем посещении детского сада. Бабушка может посидеть с малышом несколько месяцев? Вероятно, это будет наилучшим выходом из сложившейся ситуации. Удачной адаптации к садику!

Консультация для родителей от доктора Комаровского

Посещение дошкольного учреждения — важнейшее условие полноценного развития ребёнка. Как облегчить данный период? Можно выслушать мнение известных специалистов — педагогов, психологов и детских врачей. Об особенностях успешной адаптации к детскому саду Комаровский говорит много и часто. Узнаем основные рекомендации популярного теледоктора: начинайте посещение детского садика в тот момент, когда мать ещё не вышла на работу. Если ребёнок вдруг простудится, родительница сможет его забрать из ДООУ и побыть с ним дома одну-две недели; лучше всего адаптировать детей к детскому саду в определённые сезоны — летнее и зимнее время. А вот межсезонье — не лучший период для начала посещения садика, поскольку повышается вероятность простудиться; не будет лишней информация и о том, как проходит адаптация именно в конкретном детском саду.

Возможно, воспитатели практикуют принудительное кормление или чрезмерно укутывают малышек на прогулки. Чтобы происходила ускоренная адаптация в детском саду, Комаровский советует придерживаться некоторых важных рекомендаций: снизьте требования к ребёнку на начальных этапах привыкания к дошкольному учреждению. Даже если он плохо себя ведёт, нужно проявлять снисходительность; обязательно подготавливайте ребёнка к расширению социальных контактов с помощью более частых и продолжительных прогулок, игр в песочнице. обязательно занимайтесь повышением иммунитета. Если защитная система организма улучшится, ребёнок станет меньше болеть, следовательно, привыкание пройдёт значительно быстрее. Теледоктор не исключает возникновения определённых проблем в процессе привыкания, однако отказываться от возможности приучить ребёнка к детскому саду в 4 года не следует. Лучше всего ответственно подойти к адаптационному периоду и всячески поддерживать малыша.

Что делать, если адаптация к детскому саду уже началась?

Итак, малыш уже начал ходить в дошкольное учреждение, но попросту ждать окончания привыкания не следует. Успешная адаптация ребёнка в детском саду, советы по которой дают психологи и медики, заключается в активной

позиции родителей. Чем можно помочь своему чаду? Не следует сразу отдавать ребёнка на целый день. Лучше всего осуществлять постепенный переход от привычного режима к изменённым условиям, то есть отдавать малыша сначала на пару часов, а уже затем увеличивать срок пребывания в садике.

Обязательно проявляйте искренний интерес к тому, чем занимался ребёнок в ДОУ. Если он что-то слепил, нарисовал, поклеил, следует его похвалить и поставить поделку на полочку.

Изучайте любую информацию, которую предоставляет воспитатель или психолог дошкольного учреждения. Обычно в группе устанавливается папка передвижка «Адаптация ребёнка в детском саду». Также следует чаще общаться с воспитателями, которые заполняют регулярно лист адаптации, специальный бланк посещения садика, также психологом заполняется карта на каждого ребёнка в ясельной группе. Не переживайте особо, если ребёнок после садика кажется уставшим или осунувшимся. Разумеется, чужие люди, новые знакомства — это серьёзный стресс для детского организма. Пусть малыш отдохнёт и выспится. Чтобы малыши поскорее адаптировались, необходимо ограничить повышенные эмоциональные нагрузки. Психологи советуют отказаться от посещения массовых развлечений; мультки и просмотр различных изображений, видео также нужно ограничить. Если у малыша имеются определённые психоэмоциональные или физиологические особенности (гиперактивное поведение, проблемы со здоровьем), об этом необходимо сообщить педагогическому и медицинскому коллективу. Слезы и истерики — это «презентация», рассчитанная на маму. Именно поэтому специалисты советуют папам провожать ребёнка в детский сад, поскольку сильный пол обычно строже реагирует на подобное манипулятивное поведение.

Обеспечьте ребёнку спокойную семейную обстановку во время адаптационного процесса. Выражайте всячески своё расположение новоиспечённому дошкольнику: целуйте, обнимайте и т.д.

Памятка для родителей: адаптация ребёнка в детском саду и основные ошибки.

Итак, были описаны основные правила по улучшению адаптации малышом к дошкольному учреждению. Однако никто из родителей не застрахован от ошибочных действий. Вот почему необходимо подробнее остановиться на наиболее распространённых заблуждениях: сравнение с другими ребятами. Адаптируемся мы все по-разному. Вот почему не следует сравнивать малыша с его ровесниками, которые гораздо быстрее привыкают к детскому коллективу и воспитателю; обман. Не нужно обещать ребёнку, что вы заберёте его через часик, если планируете вернуться только в вечернее время. Подобные родительские обещания приведут к тому, что малыш будет ощущать себя преданным; наказание садиком. Не следует наказывать ребёнка более длительным пребыванием в дошкольном учреждении, если он привык находиться в ДОУ всего несколько часов. Это приведёт лишь к усилению нелюбви к садик; «подкуп» сладостями и игрушками. Некоторые мамы и папы подкупают ребятшек, чтобы те хорошо себя вели в дошкольном учреждении. В результате ребёнок будет в дальнейшем шантажировать взрослых, требуя от них гостинцы ежедневно; отправление в

садик заболевшего малыша. В адаптационный период любая простуда способна надолго выбить ребёнка из колеи, поэтому не следует при недомогании отводить дошкольника в садик, иначе существует риск усилить симптоматику недуга. Ещё одна распространённая родительская ошибка — исчезновение мамы, которая не желает отвлекать ребёнка от игрушек или детей. Подобное поведение, как мы уже говорили, приведёт лишь к тому, что у малыша повысится тревожность и возникнут многочисленные страхи. Не исключено усиление истерик. В качестве заключения Детский сад и адаптация — понятия часто неразрывные, поэтому не следует воспринимать привыкание к ДОО в качестве какого-то абсолютного зла и негатива. Наоборот, подобный процесс достаточно полезен для ребёнка, поскольку готовит его к будущим переменам в жизни — школе, институту, семейным отношениям. Обычно малыш привыкает к садiku за пару-тройку месяцев. Но если детское состояние со временем не стабилизируется и возникают всё новые психологические проблемы (агрессия, тревожность, гиперактивность), следует обязательно пообщаться с психологом по поводу дезадаптации. Если же проблема никак не решается, возможно, стоит рассмотреть вопрос о более позднем посещении детского сада. Бабушка может посидеть с малышом несколько месяцев? Вероятно, это будет наилучшим выходом из сложившейся ситуации. Удачной адаптации к садiku!

Источник:

<https://kroha.info/razvitie/psychology/adaptatsiya-v-detskom-sadu>