

Адаптация в детском саду. Как помочь ребёнку в период адаптации?

Поступление ребёнка в детский сад всегда сопряжено с большими психологическими трудностями, связанными с переходом ребёнка из знакомой и обычной семейной обстановки в среду дошкольного учреждения. Оформляя ребёнка в детский сад, родители часто переживают: как встретят ребёнка? Будет ли ему хорошо в детском саду!? Как его будут поить, кормить, укладывать спать? Волнение это вполне объяснимо: родители впервые оставляют ребёнка с незнакомыми людьми. До этого всё происходило на их глазах. Было внимание, любовь всех близких. А будут ли любить ребёнка в детском саду!? Это волнение усугубляется, если ребёнок не хочет расставаться с привычками и близкими, отказывается идти порой в группу. Мамы проникаются ещё большим сочувствием к ребёнку, порой в ущерб интересам воспитателей, или стараясь не реагировать на слёзы ребёнка, молча ведут их в детский сад. Все ли дети ведут себя одинаково при поступлении в детский сад?

Здесь всё оказывается новым, непривычным, а иногда даже пугающим: необычный интерьер, встреча с незнакомыми детьми и взрослыми, непривычно большое число сверстников, новые формы общения, коллективные игры и занятия, сон в общей комнате. Дети по-разному переносят трудности, связанные с адаптацией к дошкольному учреждению. В первое время после поступления в детский сад у нервного, впечатлительного ребёнка может нарушаться сон и аппетит, он неохотно играет со сверстниками, часто старается спрятаться, уйти в тихий уголок и т. п. Родителям необходимо знать, что состояние эмоционального дискомфорта, переживаемое ребёнком, может привести к снижению сопротивляемости организма. Вот почему некоторые дети в период адаптации могут болеть. Мы говорим «могут», потому что все перечисленные выше нарушения в поведении ребёнка в период адаптации, а, следовательно, и его заболевания не обязательны. Родители должны совместно с детским учреждением, приложить все усилия к тому, чтобы помочь малышу приспособиться к новым условиям с минимальными потерями в физическом и психическом здоровье.

Одни дети приходят в группу уверенно, внимательно рассматривают окружающее, выбирают, чем им заняться, и 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. Чем же объясняется такое разное поведение детей!?

Причины могут быть разными: отсутствие в семье режима, совпадающего с режимом детского учреждения; наличие отрицательных привычек; неумение занять себя игрушкой; несформированность необходимых культурно-гигиенических навыков и многое другое... Однако, главной и основной причиной такого поведения является отсутствие у ребёнка опыта общения с взрослыми и со сверстниками.

Особенно при вхождении в группу страдают те дети, опыт общения которых был сужен до минимума (мама-ребёнок, бабушка-ребёнок), ограничен рамками семьи (отец, мать, бабушка, дедушка). 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 ребёнку, тем длительнее формируются у него отношения с воспитателями. Привязанность только к близким людям, умение общаться только с ними, неумение войти в контакт с незнакомыми людьми, определяют характер поведения.

Когда у ребёнка опыт общения со сверстниками ограничен, большое количество детей в группе вызывает у него страх, стремление уединиться, скрыться ото всех. Такой ребёнок, если у него есть положительный опыт общения с посторонними людьми, льнёт к воспитателю, заглядывает ему в глаза, хочет убедиться в постоянной поддержке. Дети, у которых уже имеется положительный опыт общения со сверстниками и взрослыми, составляют самую благоприятную группу по характеру поведения и привыкают они к детскому саду сравнительно быстро. Чем шире у ребёнка практика общения, тем легче он входит в детский коллектив, и наоборот, чем меньше опыт ребёнка, тем ему труднее.

Общение ребёнка связано с игрой, учёбой, трудом, оно воспринимается, как само собой разумеющийся процесс. Поэтому взрослые учат ребёнка играть, учиться, трудиться и довольно редко умению общаться. Научить ребёнка вступать в общение с взрослыми и детьми — важная задача при подготовке его к поступлению в детское учреждение. Особое значение в период адаптации и привыкания ребёнка к условиям общественного воспитания имеют и такие факторы как привычка к режиму, уровень культурно-гигиенических навыков, навыков самообслуживания и так далее.

Очень трудно даётся детям перенос сформированных навыков в новую обстановку. В связи с этим при поступлении в детское учреждение наблюдается временная их утрата. Поэтому необходимо не только упражнять детей в применении сформированных навыков, но и контролировать выполнение бытовых правил в разных ситуациях, пояснять их значение. Дети, у которых в соответствии с возрастом сформированы и навыки общения, и культурно-гигиенические навыки, быстро и безболезненно привыкают к условиям ДОО, успешно развиваются умственно и нравственно, растут крепкими и здоровыми.

О том, что период адаптации ребёнка к детскому саду закончился успешно, родители узнают по его поведению: у него хорошее настроение, он редко капризничает и спокойно ложиться спать. Его можно оставить одного, за ним не нужно постоянно присматривать, у него появляются новые друзья, с которыми он охотно играет. Когда ребёнок привыкает к детскому саду, у него начинается интересная жизнь. Здесь он получит много нового и полезного. Педагоги утверждают, что дети, выросшие в детском саду, легче устанавливают разнообразные контакты в обществе, чем те, которые воспитывались в дома. Они лучше могут согласовывать свои действия с действиями других детей и взрослых,

контролировать свои эмоции, а позднее им легче бывает приспособиться к требованиям школы. Конфликты, переживаемые воспитанниками детского сада, нередко даже идут им на пользу, они учатся отстаивать свои интересы и закаляются психологически.

консультацию подготовила
педагог-психолог МБДОУ ЦРР - д/с №28 Цвяхина С.В.

Методическое обеспечение:

1. «Справочник дошкольного психолога»/ Г.А. Широкова. – Изд. 6-е. – Ростов н/д: Феникс, 2008. – 382.
2. «Организация образовательного процесса в условиях внедрения ФГОС ДО: семинары-практикумы»/ Е.Г. Бацина – Волгоград: Учитель, 2015. – 191 с
3. «Работа педагога-психолога в ДОУ: методическое пособие»/ Н.В. Микляева, Ю.В. Микляева. _ М.: Айрис-пресс, 2005. – 384 с. – (Дошкольное воспитание и развитие)