



Фейки и реальность: «адаптация в детском саду»

№ 1: Дети в детском саду все время болеют, потому что за ними плохо следят?

Основной причиной, по которой начинают болеть малыши, является снижение иммунитета из-за резкой смены обстановки: другой режим, непривычная пища, много шума и впечатлений, переживание из-за разлуки с матерью.

¼ часть детей реагирует на посещение детского сада «скрытым сопротивлением» - т.е. начинают болеть. Это своеобразный протест.

Перед зачислением в детский сад, дети проходят обязательный обход врачей-специалистов с бесконечными сидениями в коридорах, где легко можно «подцепить» инфекцию.

Ребенок попадает в среду с совершенно другой микрофлорой, отличной от домашней, к которой иммунитет еще не выработался.

Поэтому помимо психологической и «бытовой» подготовки вам обязательно нужно позаботиться об укреплении здоровья малыша. Старайтесь планировать посещение детского сада на конец августа – начало сентября.

№2: Адаптация к детскому саду проходит трудно и мучительно. Я боюсь, что у моего ребенка будет то же самое?

Первое посещение детского сада для ребенка - стресс, но стресс вполне преодолимый. Отрыв от дома, от близких, встреча с новыми взрослыми, незнакомыми себе подобными могут стать для ребенка серьезной психической травмой. Малыш может воспринять это как отчуждение, лишение родительской любви, внимания и защиты. **Очень важно, чтобы этот период был плавным, мягким, бестравматичным.** Длительность и течение адаптации зависит от многих факторов:

- От особенностей высшей нервной деятельности (темперамента);
- Возраста ребенка;
- От состояния здоровья;
- От разницы в обстановке, в которой ребенок находился дома и той, в которой находится в детском саду;
- От условий в дошкольном учреждении;
- От поведения и эмоционального состояния взрослых (тревожность, негативизм к детскому саду...).

И мы должны помочь нашим детям.

Если мама будет слишком сильно бояться и тревожиться, то приход в детский сад превратится в серьезный и длительный стресс, как для малыша, так и для мамы. Помните, что ребенок с удивительной чуткостью воспринимает ваше отношение к тем или иным событиям,

чувствам и разделяет ваши эмоции, в полном смысле слова смотрит на жизнь вашими глазами. Причем это происходит, даже если вы всеми силами стараетесь скрыть от малыша свои страхи.

Вы волнуетесь из-за того, что малышу может не понравиться в детском саду, из-за того, что там что-нибудь не заладится. Прежде вы никогда не расставались, и поэтому боитесь разлуки. И вот на фоне этих переживаний вы веселым голосом рассказываете, как замечательно ходить в детский сад. Чему должен верить ребенок – вашим словам или вашим чувствам? Ваши собственные страхи порождают тревожное отношение малыша к детскому саду, еще прежде, чем он начал его посещать.

Вывод: менять свое отношение к детскому саду. Поверьте, что ребенку может быть в детском саду хорошо и посещение принесет действительно пользу и удовольствие. И ту энергию, которую вы тратите на переживания, потратьте на предварительную подготовку малыша и налаживание контактов с воспитателями. Обеспечьте малышу чувство уверенности и безопасности. Ребенку постоянно приходится приспосабливаться к новым условиям и посещение детского сада – один из первых и важных опытов. А детский сад со временем перестает относиться к разряду «новых условий». Пусть не сразу, но он превращается в привычный хорошо знакомый и уютный мир. Для того, чтобы это действительно стало так и для вашего ребенка будьте терпеливы, внимательны и активны.

В ваших и только в наших силах сделать жизнь ребенка счастливой, интересной и насыщенной!

№3 "Не садичные дети"

(дети с тяжелой дезадаптацией, которые ходят в сад полгода-год и никак не могут привыкнуть).

Детский сад - дело вовсе не обязательное. Чаще всего проблема кроется именно в том, что родители сами считают своего ребенка «не садичным». Ну правда, давайте на минутку представим, что школьное образование в нашей стране станет не обязательным. Я уверена, что сразу найдутся "не школьные" дети! Скорее встречаются «не садичные» родители. Такое встречается часто:

"Вроде как путевку дали, не пропадать же..."

"Ему со сверстниками надо общаться..."

"Ребенку необходимо общество..."

Чаще всего в таких ситуациях выясняется, что причина в маминой "неготовности" оторвать от себя ребенка. То есть мама привела для себя, безусловно, важные доводы пользы детского сада. Но внутри у нее все "сжимается в комок" от нежелания отпускать от себя своего малыша. Она не готова! Более того четкого и уверенного осознания того, что ее ребенку нужен сад тоже нет! Особенно если и на работу не нужно торопиться.

Вот и обслуживает ребенок мамины потребности, не отходит от нее. Сплошная пытка и для мамы, и для малыша, который через определенное время этих мучений становится "не садичным".

Но! Маму можно понять! Ей на самом деле тяжело.

Милые мамы! Вам на помощь может прийти психолог, тематические форумы в интернете и специальная литература на данную тематику.

№4: "Ребенок целый день будет плакать без меня".

Ребенок может хныкать, периодически разрыдаться, да. Но так чтобы все время навзрыд, маловероятно... Почему? Воспитатели живые же люди. Ваш ребенок в группе - не единственный. Даже при условии, что все дети спокойны - уровень шума в группе очень высокий. Поэтому воспитатели сделают все, чтобы успокоить Вашего



малыша: посадят его на колени, будут держать за руку все то время, что требует малыш, смотреть с ним в окошко и ждать маму.

Хотя плакать ребенок, вероятнее всего, будет. Есть, конечно, единицы, которые не режут, но в большинстве ...Особенный сложное время ждет родителей по утрам. Для малыша момент расставания самый трагичный.

Некоторые детки начинают плакать уже с вечера. Сама фраза "Завтра в садик" вызывает бурю негодования. Уговаривать ребенка хорошо себя вести и прекратить плакать при этом совершенно бесполезно. Лучше посочувствовать - ему, правда, тяжело.

В любом случае, милые родители, нужно понять! Если уж отвели ребенка в сад - сделайте усилие и начните доверять воспитателям. Они справятся. Обязательно найдут способ успокоить Вашего малыша. Как правило, 90% ребятшек успокаиваются через 10-15 минут после ухода мамы.

Безусловно, в группе он может тихонечко плакать и грустить на стульчике.

Может снова громко разревется при выполнении некоторых режимных моментов, например, если все дети дружно начнут собираться на прогулку. Но в конце концов слезки прекратятся, и малыш поймет, что куда бы ребятки с воспитателем не ушли, они все равно возвращаются в группу!

Нужно дать ребенку право на эти эмоции. Пусть лучше плачет, чем держит в себе.

Слезы по утрам могут наблюдаться еще довольно долгое время. При этом если ребенок быстро успокаивается после ухода мамы, болеет не больше положенного, у него хороший аппетит, он идет на контакт, то такие слезы - не показатель дезадаптации. Возможно, эти слезы - исключительно "концерт для мамы", возможно, малышу просто сложно переключиться с режима дома на режим сада, возможно, ребенку сложен сам факт того, что мама уйдет. Он имеет право на такую реакцию. Главное - не делать из нее проблемы ни маме, ни воспитателю. И ни в коем случае не стыдить и не ругать за это ребенка!

№5: "В садике ему будет плохо, ведь детей много, а воспитатель один".

Поначалу может казаться, что это та еще реальность. На самом деле, первые дни, а может быть, и недели ему действительно будет плохо. Но нужно понимать, что это - лишь острая реакция на стресс.

Первые дни ребенку нереально страшно!

Даже взрослый человек, оказавшись в совершенно незнакомом месте, первые несколько минут может чувствовать неловкость. Что о ребенке говорить!

Но рано или поздно сквозь свои слезки малыш увидит, что его никто не кусает, не обижает, а, напротив, пытаются завлечь игрушкой и накормить. Вот тогда -то и можно хлопать в ладоши от радости! Готово! Теперь с каждым днем все больше он будет видеть то, что в группе вполне себе интересно. Игрушки совсем другие (хотя справедливости ради отмечу, что некоторых детей, наоборот, эта новизна привлекает изначально и оттягивает момент появления слез). Воспитатель с ребятами лепит, рисует, читает им книжки, а еще и в "гости" к ним игрушки разные на занятия приходят. Песни поют, на улице бегают...Понятно думаю, что скучать нет особо времени.

Правда, сначала привыкнуть надо... тогда яркая радуга нам обеспечена.

№6: "К моменту посещения детского сада ребенок должен многое уметь: кушать и пить самостоятельно, озвучивать просьбу, просится на горшок и т.д."

А вот это утверждение совершенно **не миф**. Потому что чем самостоятельней ребенок, тем комфортнее ему в незнакомой обстановке.

Воспитатель для малыша в первые дни - чужая тетя, которую ни он не знает, ни она еще пока не успела с ним познакомиться. Она может просто не заметить того, что малыш стоит в углу и тербит штанишки, так как захотел в туалет. А вот если мама дома заранее научила

ребенка обращаться за помощью, то ему будет гораздо проще. Ведь он знает, что нужно сделать, чтобы его услышали.

Отсюда рекомендация всем родителям: «Учите ребенка озвучивать свои желания!»

Когда мама бежит к малышу с тарелкой, стоит лишь ему проговорить невнятное "ням-ням", то просить правильно, так чтобы его слышали, ребенок не научится. И не нужно питать иллюзий на тему "Он у меня шустрый, сам догадается". Может и не догадаться. Адаптация к саду - стресс, и невозможно предугадать как ребенок на него отреагирует.

Разумеется, умение озвучивать свои просьбы появляется не сразу. У кого как, но примерно с двух лет. Важно учить этому ребенка очень задолго до детского сада, просто так это умение не формируется. А также прислушиваться к рекомендациям воспитателей и специалистов детского сада, ведь плохого они никогда не посоветуют!