



Адаптация

К ДЕТСКОМУ САДУ

Вы решили отдать своего ребенка в детский сад или ясли.

Но вот вопрос: как он сам воспримет то, что мама, которая раньше постоянно была рядом, теперь будет появляться только вечером, а вместо нее целый день придется быть с воспитателем и еще десятком других ребятшек, каждый из которых претендует на ее внимание?

Как вообще происходит эта самая адаптация и что это, собственно говоря, такое?

Адаптация – это приспособление организма к новой обстановке. Каждый ребенок привыкает по-своему.

Однако можно отметить некоторые закономерности.

- * До 2-3 лет ребенок не испытывает потребности общения со сверстниками (*в этом возрасте взрослый выступает как партнер по игре и образец для подражания*).
- * Ребенок сильно привязан к матери, и ее исчезновение вызывает бурный протест ребенка.
- * Дети 2-3 лет испытывают страхи перед незнакомыми людьми и новыми ситуациями общения (*стресс истощает защитные силы организма, и ребенок чаще болеет*).
- * Мальчики 3-5 лет больше привязаны к матери, чем девочки более болезненно реагируют на разлуку с ней.



- * Для эмоционально неразвитых детей адаптация наоборот происходит легко – у них нет сформированной привязанности к матери.
- * Чем раньше ребенок будет отдан в дошкольное учреждение (до 1 года), тем более он будет коллективистски настроен в дальнейшем.
- * Чем более развита эмоциональная связь с матерью, тем труднее будет проходить адаптация.
- * Если адаптация не произошла в течение первого года и более, то может развиться невроз и нужно обратиться к специалисту.

По наблюдениям психологов, средний срок адаптации в норме составляет:

- *В яслях – 7-10 дней;*
- *В детском саду в 3 года – 2-3 недели;*
- *В старшем дошкольном возрасте – 1 месяц.*
-



Нелегко привыкают к детскому саду единственные в семье дети, особенно чрезмерно опекаемые, привыкшие к исключительному вниманию, неуверенные в себе.

Хуже остальных чувствуют себя в дошкольном учреждении дети-флегматики. Они не успевают за темпом жизни детского сада (не могут быстро одеться, поесть). Такой ребенок еще больше затормаживается, становится еще более вялым, безучастным.

Если вы заметили, что у вашего ребенка проблемы с адаптацией, попробуйте поговорить с воспитателем. Вашему ребенку нужно постоянное внимание и поддержка, т.к. другие дети склонны дразнить и обижать более слабых, незащищенных.

Осложняющим фактором адаптации будут и конфликты в семье, необщительность родителей. Дети произвольно усваивают негативные черты поведения родителей, ведут себя неуверенно, много волнуются, что осложняет их отношения со сверстниками.

Что тут можно порекомендовать?

Если ребенок страдает нервным нарушением, то отдавать его в детский сад не раньше 3 лет – девочку и 3,5 лет – мальчика.



Если ребенок – единственный в семье, часто болеет, испытывает страхи, то вхождение его в детский сад должно быть постепенным: сначала только познакомиться, затем по прогулки, до дневного сна. Время пребывания постепенно увеличивать, в зависимости от поведения ребенка.

Дома больше играть в подвижные эмоциональные игры поскольку в детском саду ребенок чувствует себя скованно напряженно, и ему нужна разрядка.

