

Роль эмоционального контакта родителей и детей в преодолении проблем адаптации детей с ЗПР в условиях детского сада

Адаптация – «приспособление». Это предварительная ориентировка человека на будущие изменения, осознанная установка на перестройку поведения в связи с изменившимися социальными условиями. А способность к приспособлению создает условия для наиболее оптимального существования организма.

По тому, как дети приспосабливаются к садику, их можно разделить на три основные группы.

1-ая группа – дети, которые реагируют на перемену обстановки нервным срывом, к этому еще прибавляются и простудные заболевания.

У детей 2-ой группы адаптация проходит без нервных расстройств, но они начинают часто болеть.

Половина детей, посещающих д/с, составляют самую благополучную 3-ю группу. Дети посещают садик без особых потерь, более или менее с желанием.

Обычно адаптационный период составляет 3-4 недели.

Может ли ребенок испытывать трудности адаптации в детском саду? Да, может. Но все же он относительно быстрее привыкает к детскому саду, если в этом ему помогают родители.

Включение ребенка в общественные отношения, возникновение и расширение общения с другими людьми, развитие способности завязывать и упрочивать человеческие отношения начинается с раннего детства.

Тренировка способности к социальной адаптации представляет собой важную сторону в развитии человеческой личности, так как обеспечивает возможность впоследствии адекватно вести себя в различных социальных ситуациях, иметь необходимый уровень социальной адаптированности.

Для детей раннего и дошкольного возраста с задержкой психического развития характерна незрелость многих компонентов функциональной системы, что ведет к более легкому, чем у взрослых, возникновению состояний напряжения в системе адаптационных механизмов, к более легкому возникновению состояния психического стресса.

Но в силах родителей помочь ребенку в формировании приспособительных возможностей, которые связаны с эмоционально-социальной познавательной сферой психики ребенка.

Родителям нужно помнить, что ребенок до садика привык к определенному установившемуся режиму дня, стилю отношений в семье и занимал собственную позицию в этих отношениях.

Чтобы легче протекал период адаптации в детском саду, родителям нужно:

- Заранее ознакомиться с режимом детского сада, постараться максимально приблизить домашний режим дня к режиму дня детского сада (время кормления, дневной сон, активные игры).

- За несколько дней до поступления в сад познакомить ребенка с детским садом: показать игровую площадку, групповую комнату, спальню, игрушки, познакомить с приветливыми воспитателями, продемонстрировать, как удобно мыть руки, сидеть за детским столиком, лепить, рисовать.

- После знакомства с детским садом рассказать ребенку, как и что именно вам (родителям) понравилось в детском саду и что вы (родители) уверены, что ваш ребенок в детском саду непременно справится с новыми заботами и будет чувствовать себя в садике как дома.

- Утром, перед посещением детского сада, будить ребенка ласково (погладить, поцеловать, сказать нежные слова).

- Учитывать темперамент своего ребенка. Холерики, особенно мальчики, плохо переносят недостаток активности и движения. Следовательно, в выходные дни и свободное время родители должны играть с таким ребенком в активные игры и лучше на свежем воздухе: в лесу, в парке, у реки.

- В своих отношениях с ребенком придерживайтесь «позитивной модели». Хвалите малыша в каждом случае, когда он этого заслуживает.

- Избегайте, по-возможности, больших скоплений людей. Пребывание в магазинах, на рынках и т.п. оказывает на ребенка чрезмерно возбуждающее действие.

- Оберегайте ребенка от переутомления, поскольку оно приводит к снижению самоконтроля и нарастанию двигательной активности. Не позволяйте малышу подолгу сидеть у телевизора.

- Старайтесь, чтобы ребенок выспался. А перед сном обязательно ему почитайте или расскажите сказку со счастливым концом.

- И помните! Ваше спокойствие – лучший пример для малыша!

Надеемся, что все эти советы помогут вам и вашему ребенку легче адаптироваться к условиям нашего детского сада.

Учитель – дефектолог Галимова Л.Н.