

## Консультация для родителей «Адаптация детей раннего возраста к условиям дошкольного учреждения»

Адаптация – это приспособление к новым условиям, причем она необходима не только при поступлении в детский сад, но и после болезни, летних каникул и т.д. Адаптация – это трудный период в жизни ребенка связанный с сильными стрессовыми переживаниями.

Приведя ребенка в детский сад, нужно помнить о том, что в детском саду ребенка ждут новые социальные отношения. Т.е. отношения с новыми людьми: взрослыми (воспитателями, младшим воспитателем и специалистами) и сверстниками. И разбираться во всех тонкостях этих отношений, налаживать контакты ребенку придется уже без помощи папы и мамы. Такое с ним случилось в-первые в жизни, ребенок начинает самостоятельно представлять себя во “внешнем мире”, отличном от привычного домашнего мира. У детей в возрасте до 3-х лет обычно еще плохо развита речь, ему трудно выразить словами свои чувства и желания, нет навыков общения со сверстниками. Это влечет за собой эмоциональное неудовлетворение. Обращайте внимание на эмоциональное состояние ребенка, ему необходима ваша помощь.

Вы боитесь за него, и это естественно, однако ваше настроение мгновенно передается ребенку. Поэтому если вы будете излучать уверенность в том, что ребенку в группе будет хорошо, эта уверенность передастся ребенку. Расскажите ребенку о том, как хорошо детям в детском саду, зачем они туда приходят, чем занимаются.

В период адаптации у некоторых детей происходит потеря уже имеющихся навыков. Например, дома просился на горшок, а в детском саду отказывается, или например, более примитивной становится речь. Не стыдите и не ругайте своего малыша, пройдет 1 – 2 недели и все навыки восстановятся.

Хочу предупредить вас, что адаптация к детскому саду может протекать очень болезненно. Причин много: резкая смена условий, ломка привычных форм жизни, отсутствие близких, присутствие незнакомых взрослых, большое число детей, новый распорядок дня и т.п. Все это может вызвать бурные реакции. Помните, что оставляя ребенка в детском саду он психологически считает себя брошенным и сильно переживает по этому поводу. Объясните ему зачем необходимо ходить в детский сад, что его там ждут дети, игрушки. Обязательно расскажите малышу о том, что вы скоро придете за ним, или расскажите о том, кто за ним придет и когда. Чаще напоминайте о том, что вы его любите.

Познакомьтесь с воспитателем группы заранее, расскажите об индивидуальных особенностях вашего ребенка, что ему нравится, что нет, каковы его умения и навыки, в какой помощи он нуждается. Дайте ребенку в садик его любимую игрушку, постарайтесь «уговорить ее» переночевать в садике и наутро снова с ней встретиться. Если ребенок на это не согласится, пусть игрушка ходит с ним ежедневно и знакомится там с другими. Расспрашивайте, что с игрушкой происходило в детском саду, кто с ней дружил, кто обижал. Таким образом, вы сможете узнать, как ваш малыш себя чувствовал в детском саду.

Вхождение ребенка в детский сад должно быть постепенным: сначала нужно привести его в группу, познакомить с воспитателем, сверстниками. Затем несколько дней пребывания в детском саду должны ограничиваться временем до дневного сна, а в дальнейшем, в зависимости от состояния ребенка, это время может постепенно увеличиваться.

Дети раннего возраста, сильно устают в детском саду. И наиболее распространенной причиной усталости является присутствие большого числа людей вокруг и необходимость сдерживать свои эмоции, что приводит к внутреннему напряжению. Поэтому, забрав ребенка постарайтесь не слишком спешить домой. Сделав небольшой круг по окрестным дворам вы позволите своему малышу перейти на вечерний режим и перестроиться на домашнюю обстановку. Будет лучше, если вы не станете сопровождать эту прогулку беседой с кем – либо из своих знакомых, а пообщаетесь со своим малышом.

Помните, что ребенок соскучился по вам, поэтому придя домой не бросайтесь сразу же к выполнению хозяйственных дел. Пусть малыш посидит рядом с вами, расслабится от ваших прикосновений. Поиграйте с ним, поговорите. Дайте малышу самому выбрать, во что вы будете играть. А при необходимости сами предложите какую-нибудь спокойную игру.

Кроме того, и особенно в этот период, нельзя пугать детей (ни дядей, ни волком, ни Бабой Ягой). По мере развития ребенка можно указывать ему на реальные опасности, но никогда не запугивать мнимыми, придуманными коллизиями. Нельзя стыдить ребенка за испытываемый им страх. Насмешки над боязливостью ребенка – жестокость. Из чувства стыда он будет скрывать страх, который только усилится. Следует ограничить просмотр ребенком телепередач: долгое сидение перед телевизором притупляет собственную активность ребенка, мешает формированию его индивидуальных интересов. Не следует оставлять ребенка одного в незнакомой ему обстановке, в ситуации, когда возможно появление чего-либо неожиданного для него. Для полноценного развития ребенка важно общение не только с близкими взрослыми, но и со сверстниками, поэтому нужно учить его знакомиться с детьми во дворе, в кружках и секциях, в детском саду. Поскольку за всеми детскими страхами стоит неосознанный или осознаваемый страх смерти, то и профилактика страхов – воспитание ребенка, уверенного в себе, самостоятельного, знающего то, что положено знать по возрасту опасностях и угрозах, но относящегося этому оптимистично. Важно помнить ребенку, лишенному помощи взрослых не познать мир без лишних страхов.

Очень важно, чтобы между вами и сотрудниками детского сада была согласованность. Постарайтесь приблизить режим дня ребенка к детсадовскому, упражняйте его в самостоятельности.