

Советы родителям, дети которых впервые идут в детский сад

Не все родители знают, как морально подготовить ребенка к детскому саду и чего категорически нельзя делать в адаптационный период. Прежде чем дать конкретные рекомендации, расскажите им, с чем предстоит столкнуться ребенку в новых для него условиях и от чего зависит уровень его адаптации к детскому саду.

Когда ребенок приходит первый раз в детский сад, ему предстоит справиться с условиями, которые можно разделить на три группы: связанные с взаимодействием с взрослыми, новой обстановкой (средой в группе) и взаимодействием с ровесниками.

Условия, связанные с взаимодействием с новыми взрослыми

Ребенку в первую очередь необходимо будет познакомиться с воспитателем. Процесс знакомства осложняется тем, что нужно выполнять требования этого взрослого. К тому же воспитатель может потребовать от малыша выполнять те действия, которые для него будут неожиданными или непривычными. Жесткая регламентация условий выполнения задач пугает детей, которые только приходят в дошкольную организацию.

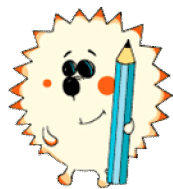
Изменяется ситуация общения со взрослыми – теперь ребенок становится не единственным объектом внимания, а членом детской группы. Теперь воспитатель ограничивает ребенку время на выполнение действий, в том числе бытовых.

Условия, связанные с новой организацией среды

Ребенок с приходом в детский сад попадает в незнакомое ранее помещение, в котором ему теперь нужно находиться практически весь день. У него появляется необходимость действовать самостоятельно в организованной и свободной деятельности.

Условия, связанные со взаимодействием с ровесниками

В детском саду ребенок также встречается с коллективом ровесников. У других детей он может наблюдать незнакомые формы поведения в типичных ситуациях, что может его напугать или удивить. К тому же вместе с другими детьми теперь необходимо осуществлять все процессы жизнедеятельности.



Совет

Необходимо приучать ребенка к изменяющимся условиям: водить на детские площадки, где есть незнакомые ребенку дети, ходить в гости, оставлять его иногда с бабушкой.

От чего зависит сложность адаптации

Адаптация зависит от функционального состояния организма ребенка. К нему относят: работоспособность, состояние иммунной системы, особенности обменных процессов, тип нервной системы и темперамента, тренированность нервно-психических механизмов.

Тренированность нервно-психических механизмов достигается постепенным дозированием нагрузок на психику, которые связаны с новыми впечатлениями. Если

родители изолируют ребенка от меняющихся условий повседневной жизни, то могут возникнуть трудности в адаптации к детскому саду.

Некоторые родители стремятся поддерживать неизменность окружающей обстановки, устраняют все препятствия, которые возникают в жизни и деятельности ребенка. Таких детей называют «изнеженными». Малейшее изменение температуры воздуха вызывает у них простудные заболевания. Появление нового человека дезориентирует их деятельность: они убегают, прячутся, плачут или ведут себя вызывающе.

В новой обстановке «изнеженные» дети забывают правила вежливости, не проявляют интереса к окружающему, стремятся находиться рядом с близким взрослым или проявляют навязчивость в общении. Не умея адаптироваться к минимальным изменениям, такие дети испытывают серьезные трудности при значительных переменах в их жизнедеятельности.

У многих современных детей, которые приходят в детский сад, не сформированы навыки самообслуживания и общения в соответствии с возрастом. Их коммуникативный опыт ограничивается родителями. Общая нестабильность социальной ситуации приводит к дестабилизации детско-родительских отношений и, как следствие, к невротизации ребенка в ранние периоды развития.

Тяжело протекает адаптация в случае, если она неправильно организована: не изучен исходный уровень адаптационных возможностей ребенка или выбраны неправильные приоритеты в их диагностике. Ребенку трудно адаптироваться и если взрослые ускоряют процесс адаптации.

Как заметить проявления дезадаптации



Важно

Не у всех детей дезадаптация проявляется в детском саду. Ребенок может быть спокойным в группе и устраивать истерики дома.

То, как проявится дезадаптация на первом этапе зависит от типа нервной системы ребенка. Поведение возбудимых, расторможенных детей может характеризоваться острыми реакциями протеста и выраженными проявлениями аффективной и другой психопатологической симптоматики. Активный протест может вести к преодолению стрессовой ситуации. При неверной оценке поведенческих реакций ребенка и последующих ошибочных воспитательных воздействиях взрослого такое поведение может привести к формированию патологических черт характера.

У заторможенных, боязливых детей активный протест проявляется с отсрочкой – в домашней обстановке. В детском саду дети внешне выглядят послушными и спокойными, что создает ложное впечатление хорошей адаптации.

Выражение лица у боязливых детей грустное, отрешенное, движения заторможены. Дети безучастны к происходящему, пассивны, необщительны, отказываются от игр. Попытки взрослого установить контакт с детьми и вовлечь их в совместную деятельность вызывают тревогу, растерянность, которые переходят в беззвучный плач или бесцельное блуждание по групповой комнате.

У таких детей возникают навязчивые действия, а также поведенческие и эмоциональные признаки регрессии: утрата навыков опрятности, самообслуживания, появление симбиотической привязанности к матери. Они предпочитают тактильный контакт в общении со взрослым всем остальным формам общения.

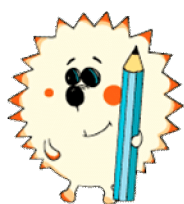
Второй этап дезадаптации получил название псевдоадаптации. Дети по-своему приспосабливаются к психотравмирующей ситуации. В привычной и стабильной обстановке их поведение более адекватное. Общая подавленность иногда, например,

на интересных занятиях, сменяется заинтересованностью. Свободная игра протекает в одиночестве, имеет нестойкий, кратковременный характер.

На данном этапе фиксируются и стабилизируются невротические проявления. Они выражаются в нарастании тревожности, сенситивности, ранимости, пассивной подчиняемости, повышенной зависимости от взрослого. Возникает и усиливается невротическая тревога, проявляясь в ритуальном поведении приверженности к строгому соблюдению порядка действий, например, при укладывании спать, на прогулке. Глубина депрессии или негативизма уменьшается, но расширяется круг невротических проявлений. Приспособление имеет «болезненный характер». Реакции псевдоадаптации распространяются на другие, не связанные с детским садом ситуации.

Третий этап предполагает подлинную адаптацию. О завершении процесса адаптации свидетельствуют положительный эмоциональный фон ребенка, продуктивность его действий в новых условиях, гибкость реакций на изменение привычной ситуации. Также об успешной адаптации говорит проявление инициативы в контактах со взрослым или сверстником. Поведение ребенка организовано, отсутствует дискомфорт при выполнении режима дня, бытовых процессов. Малыш может себя самостоятельно занять деятельностью по интересам.

Как родители могут помочь ребенку в период адаптации



Совет

Важно научить ребенка высказывать свою просьбу взрослому, например, сходить на горшок или попить воды

Для успешной адаптации ребенка необходимо организовать удовлетворение его основных потребностей в новой среде и новыми средствами. Во-первых, удовлетворить потребность в пище. Во-вторых – потребность в отдыхе. В-третьих – потребность в доверительных контактах и сотрудничестве со взрослым.

Журнал «Справочник педагога-психолога. Детский сад», № 7, Июль 2018 г.