

Адаптация ребенка.

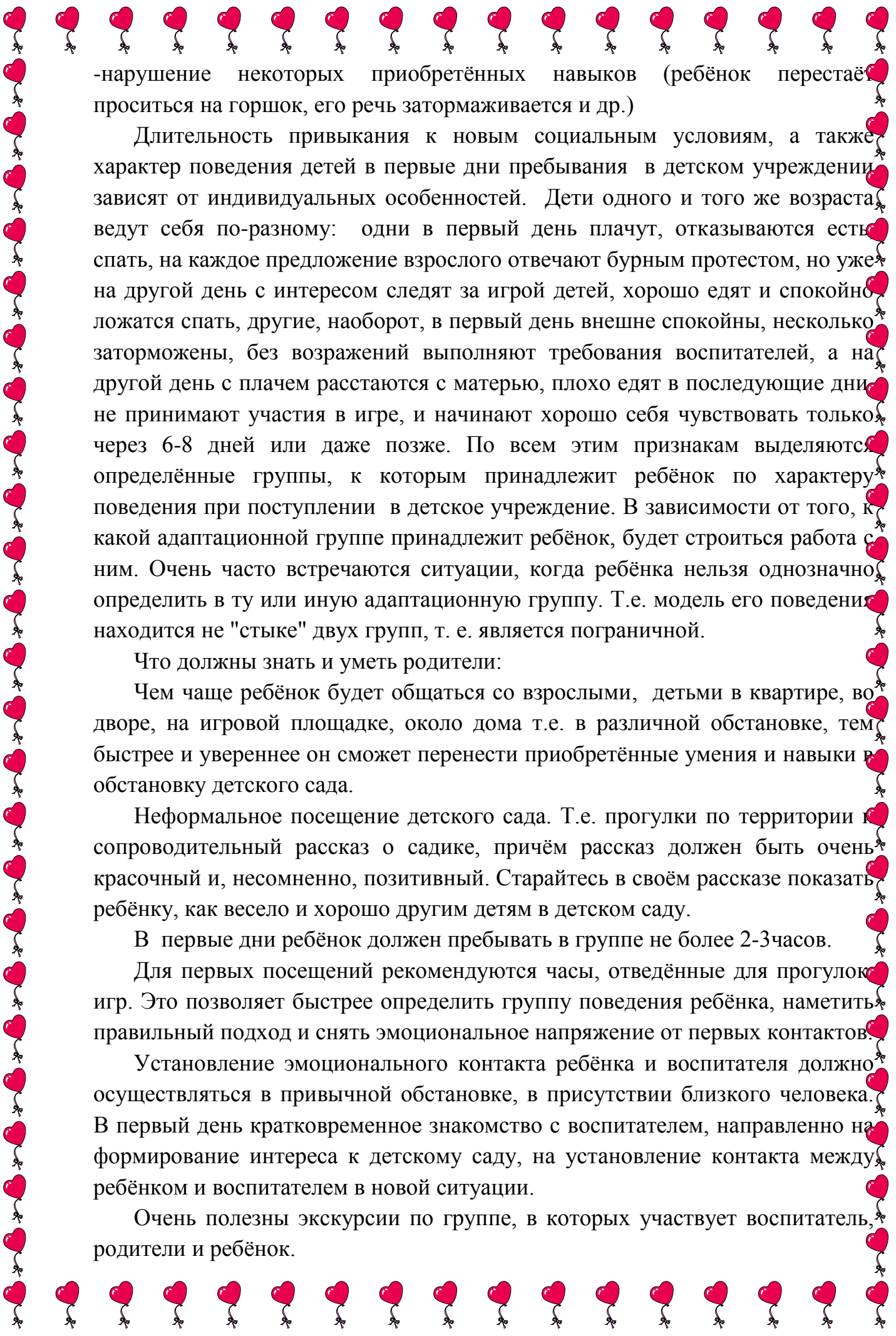
Живя в семье в определённых, сравнительно устойчивых условиях, ребёнок постепенно приспосабливается к условиям окружающей среды. Между организмом и этой средой устанавливаются правильные взаимоотношения, происходит адаптация организма к окружающим влияниям. Организм ребёнка постепенно приспосабливается к определённой температуре помещения, к окружающему микроклимату, к характеру пищи и т.д. Под влиянием систематических воздействий со стороны окружающих ребёнка взрослых, у него образуются различные привычки: он привыкает к режиму, способу кормления, укладывания, у него формируются определённые взаимоотношения с родителями, привязанность к ним.

В случае, если установленный в семье порядок почему-либо изменяется, обычно поведение ребёнка временно нарушается. Эти нарушения уравновешенного поведения объясняются тем, что малышу трудно приспособиться к возникшим изменениям, у него не могут быстро затормозиться старые связи, а вместо них также сформироваться новые. Недостаточно развиты у ребёнка адаптационные механизмы, в частности слабые тормозные процессы и относительно мала подвижность нервных процессов. Однако, мозг ребёнка очень пластичен, и если эти изменения условий жизни происходят не так часто и не очень резко нарушают привычный образ жизни, то у ребёнка, при правильном воспитательном подходе быстро восстанавливается уравновешенное поведение и не остаётся каких-либо отрицательных последствий, т. е. ребёнок адаптируется к новым условиям своей жизни. Анализ поведения детей в первые дни пребывания в детском учреждении показывает, что этот процесс приспособления, т.е. адаптация к новым социальным условиям не всегда и не у всех детей проходит легко и быстро. У многих детей процесс адаптации сопровождается рядом, хотя и временных, но серьёзных нарушений поведения и общего состояния. К таким нарушениям относят:

- нарушение аппетита (отказ от еды или недоедание)
- нарушение сна (дети не могут заснуть, сон кратковременный, прерывистый)
- меняется эмоциональное состояние (дети много плачут, раздражаются).

Иногда можно отметить и более глубокие расстройства:

- повышение температуры тела
- изменения характера стула



-нарушение некоторых приобретённых навыков (ребёнок перестаёт проситься на горшок, его речь затормаживается и др.)

Длительность привыкания к новым социальным условиям, а также характер поведения детей в первые дни пребывания в детском учреждении зависят от индивидуальных особенностей. Дети одного и того же возраста ведут себя по-разному: одни в первый день плачут, отказываются есть, спать, на каждое предложение взрослого отвечают бурным протестом, но уже на другой день с интересом следят за игрой детей, хорошо едят и спокойно ложатся спать, другие, наоборот, в первый день внешне спокойны, несколько заторможены, без возражений выполняют требования воспитателей, а на другой день с плачем расстаются с матерью, плохо едят в последующие дни, не принимают участия в игре, и начинают хорошо себя чувствовать только через 6-8 дней или даже позже. По всем этим признакам выделяются определённые группы, к которым принадлежит ребёнок по характеру поведения при поступлении в детское учреждение. В зависимости от того, к какой адаптационной группе принадлежит ребёнок, будет строиться работа с ним. Очень часто встречаются ситуации, когда ребёнка нельзя однозначно определить в ту или иную адаптационную группу. Т.е. модель его поведения находится не "стыке" двух групп, т. е. является пограничной.

Что должны знать и уметь родители:

Чем чаще ребёнок будет общаться со взрослыми, детьми в квартире, во дворе, на игровой площадке, около дома т.е. в различной обстановке, тем быстрее и увереннее он сможет перенести приобретённые умения и навыки в обстановку детского сада.

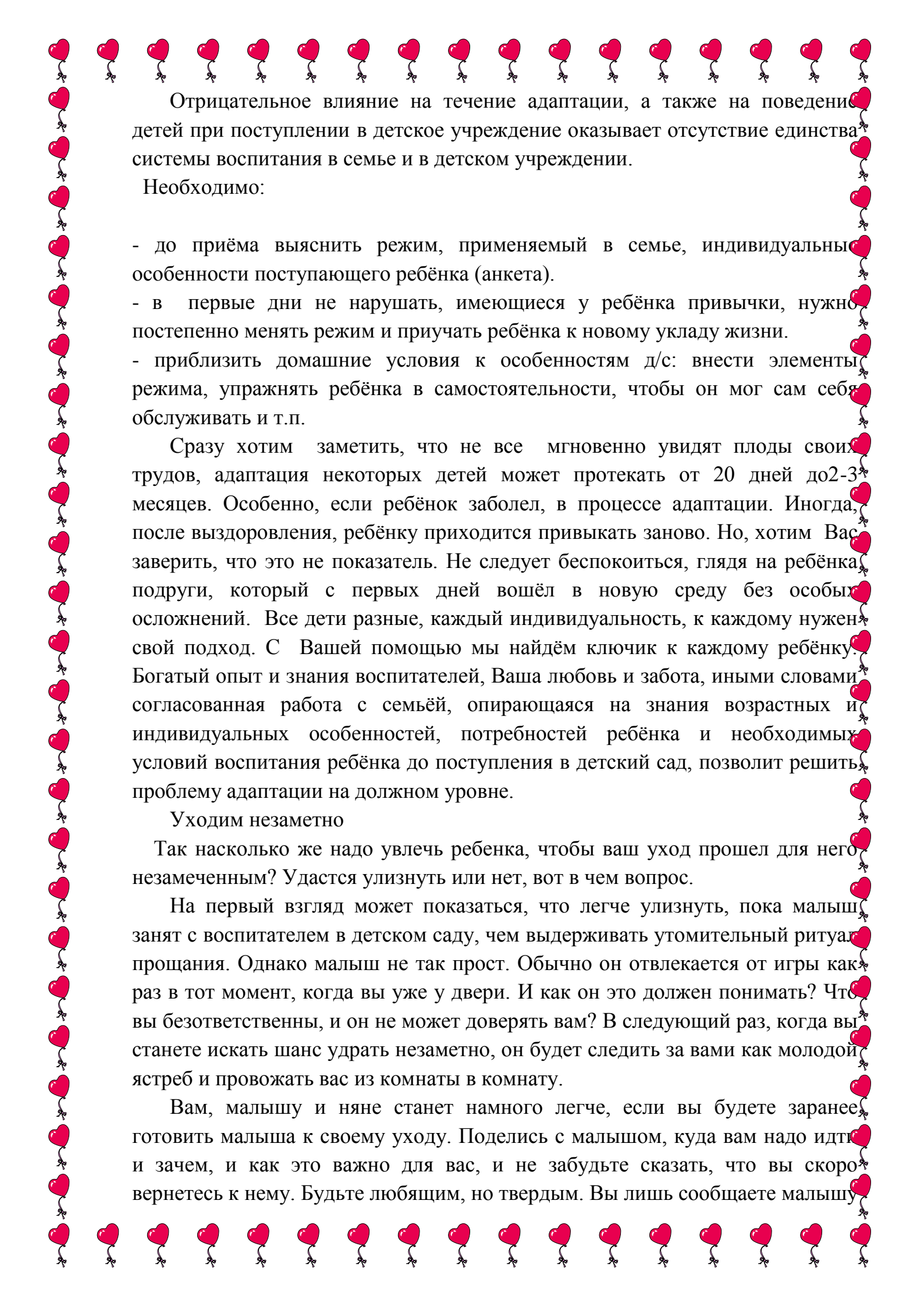
Неформальное посещение детского сада. Т.е. прогулки по территории и сопроводительный рассказ о садике, причём рассказ должен быть очень красочный и, несомненно, позитивный. Старайтесь в своём рассказе показать ребёнку, как весело и хорошо другим детям в детском саду.

В первые дни ребёнок должен пребывать в группе не более 2-3 часов.

Для первых посещений рекомендуются часы, отведённые для прогулок и игр. Это позволяет быстрее определить группу поведения ребёнка, наметить правильный подход и снять эмоциональное напряжение от первых контактов.

Установление эмоционального контакта ребёнка и воспитателя должно осуществляться в привычной обстановке, в присутствии близкого человека. В первый день кратковременное знакомство с воспитателем, направленно на формирование интереса к детскому саду, на установление контакта между ребёнком и воспитателем в новой ситуации.

Очень полезны экскурсии по группе, в которых участвует воспитатель, родители и ребёнок.



Отрицательное влияние на течение адаптации, а также на поведение детей при поступлении в детское учреждение оказывает отсутствие единства системы воспитания в семье и в детском учреждении.

Необходимо:

- до приёма выяснить режим, применяемый в семье, индивидуальные особенности поступающего ребёнка (анкета).
- в первые дни не нарушать, имеющиеся у ребёнка привычки, нужно постепенно менять режим и приучать ребёнка к новому укладу жизни.
- приблизить домашние условия к особенностям д/с: внести элементы режима, упражнять ребёнка в самостоятельности, чтобы он мог сам себя обслуживать и т.п.

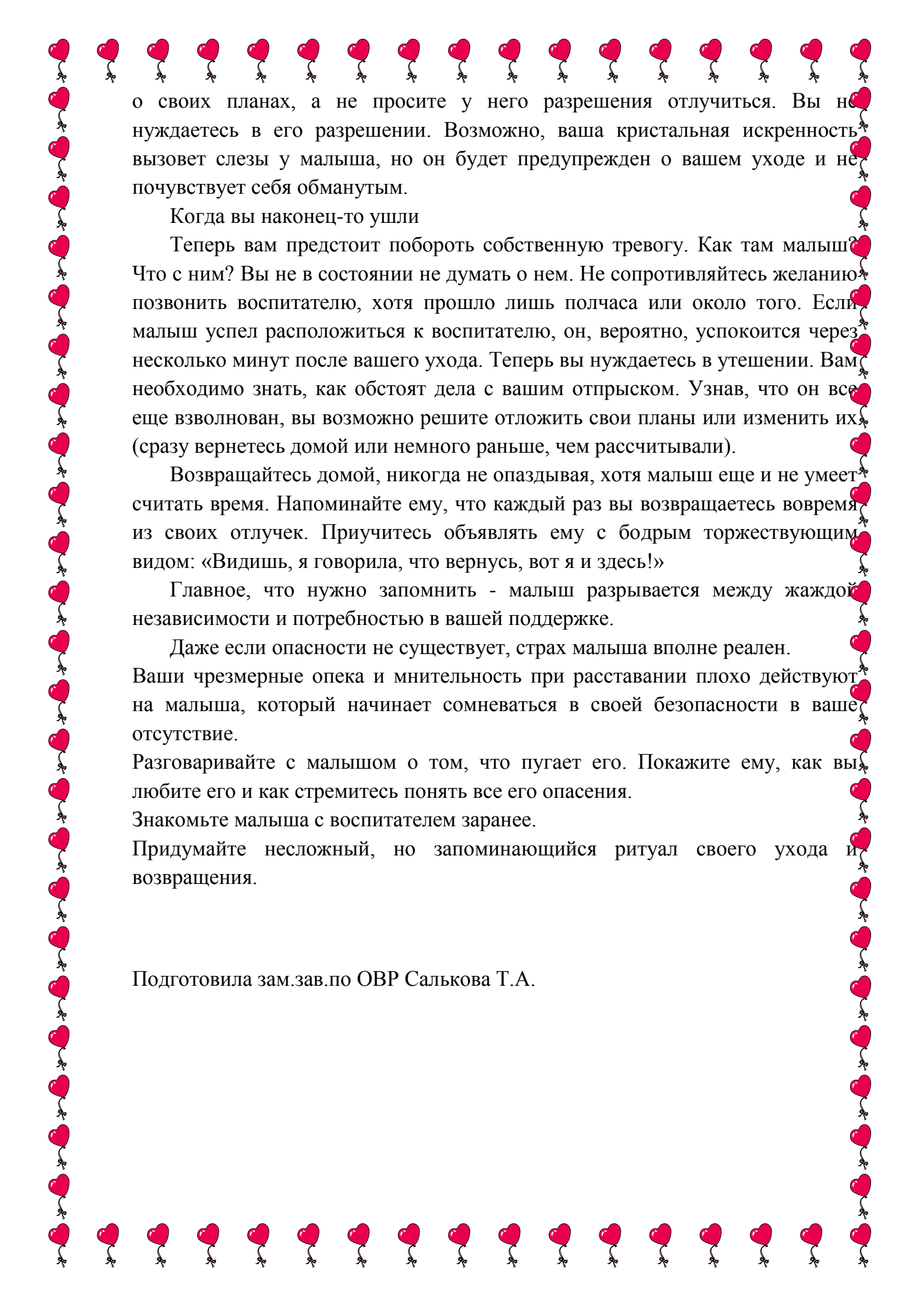
Сразу хотим заметить, что не все мгновенно увидят плоды своих трудов, адаптация некоторых детей может протекать от 20 дней до 2-3 месяцев. Особенно, если ребёнок заболел, в процессе адаптации. Иногда, после выздоровления, ребёнку приходится привыкать заново. Но, хотим Вас заверить, что это не показатель. Не следует беспокоиться, глядя на ребёнка, подруги, который с первых дней вошёл в новую среду без особых осложнений. Все дети разные, каждый индивидуальность, к каждому нужен свой подход. С Вашей помощью мы найдём ключик к каждому ребёнку. Богатый опыт и знания воспитателей, Ваша любовь и забота, иными словами согласованная работа с семьёй, опирающаяся на знания возрастных и индивидуальных особенностей, потребностей ребёнка и необходимых условий воспитания ребёнка до поступления в детский сад, позволит решить проблему адаптации на должном уровне.

Уходим незаметно

Так насколько же надо увлечь ребенка, чтобы ваш уход прошел для него незамеченным? Удастся улизнуть или нет, вот в чем вопрос.

На первый взгляд может показаться, что легче улизнуть, пока малыш занят с воспитателем в детском саду, чем выдерживать утомительный ритуал прощания. Однако малыш не так прост. Обычно он отвлекается от игры как раз в тот момент, когда вы уже у двери. И как он это должен понимать? Что вы безответственны, и он не может доверять вам? В следующий раз, когда вы станете искать шанс удрать незаметно, он будет следить за вами как молодой ястреб и провожать вас из комнаты в комнату.

Вам, малышу и няне станет намного легче, если вы будете заранее готовить малыша к своему уходу. Поделись с малышом, куда вам надо идти и зачем, и как это важно для вас, и не забудьте сказать, что вы скоро вернетесь к нему. Будьте любящим, но твердым. Вы лишь сообщаете малышу



о своих планах, а не просите у него разрешения отлучиться. Вы не нуждаетесь в его разрешении. Возможно, ваша кристальная искренность вызовет слезы у малыша, но он будет предупрежден о вашем уходе и не почувствует себя обманутым.

Когда вы наконец-то ушли

Теперь вам предстоит побороть собственную тревогу. Как там малыш? Что с ним? Вы не в состоянии не думать о нем. Не сопротивляйтесь желанию позвонить воспитателю, хотя прошло лишь полчаса или около того. Если малыш успел расположиться к воспитателю, он, вероятно, успокоится через несколько минут после вашего ухода. Теперь вы нуждаетесь в утешении. Вам необходимо знать, как обстоят дела с вашим отпрыском. Узнав, что он все еще взволнован, вы возможно решите отложить свои планы или изменить их (сразу вернетесь домой или немного раньше, чем рассчитывали).

Возвращайтесь домой, никогда не опаздывая, хотя малыш еще и не умеет считать время. Напоминайте ему, что каждый раз вы возвращаетесь вовремя из своих отлучек. Приучитесь объявлять ему с бодрым торжествующим видом: «Видишь, я говорила, что вернусь, вот я и здесь!»

Главное, что нужно запомнить - малыш разрывается между жаждой независимости и потребностью в вашей поддержке.

Даже если опасности не существует, страх малыша вполне реален. Ваши чрезмерные опека и мнительность при расставании плохо действуют на малыша, который начинает сомневаться в своей безопасности в ваше отсутствие.

Разговаривайте с малышом о том, что пугает его. Покажите ему, как вы любите его и как стремитесь понять все его опасения.

Знакомьте малыша с воспитателем заранее.

Придумайте несложный, но запоминающийся ритуал своего ухода и возвращения.

Подготовила зам.зав.по ОВР Салькова Т.А.