

АДАПТАЦИЯ РЕБЕНКА В МИНИ-ЦЕНТРЕ

Адаптация в мини-центре – это процесс привыкания ребенка к новым условиям его жизни: помещению, распорядок дня, педагоги и другие дети вокруг. В мини-центре требования и правила, к которым нужно также постепенно привыкать. Некоторые дети адаптируются очень легко – без слез бегут в группу. Играют, веселятся и не хотят уходить домой. Другие – никак не могут оторваться от мамы. Цепляются за нее, громко плачут и боятся заходить в группу. Какой будет адаптация в мини-центре – зависит от родителей, воспитателей и самого ребенка.

СТЕПЕНИ АДАПТАЦИИ РЕБЕНКА

Можно выделить три степени адаптации в мини-центре : легкую, среднюю и тяжелую. Какая из них будет происходить с конкретным ребенком, зависит от многих факторов: отношений в семье, педагогических умений воспитателей, характерологических особенностей самого малыша.

ЛЕГКАЯ

Легкая адаптация к мини-центре проходит в короткие сроки: в течение 2-4 недель малыш привыкает к мини-центру, не боится туда идти и с радостью отправляется в группу. О такой степени адаптации можно судить по следующим признакам:

малыш спокойно заходит в и группу, мини-центре без плача и истерик;

с радостью общается с воспитателями, не прячется от них, не боится смотреть им в глаза, может спокойно сказать им о своей потребности в данный момент;

успешно контактирует с ребятами из группы;

адекватно реагирует на словесные поощрения или порицания со стороны педагогов;

если уже умеет говорить, то эмоционально рассказывает родителям о том, что сегодня происходило в мини-центре.

СРЕДНЯЯ

Средняя адаптация ребенка в мини-центре затягивается на более длительное время – до полутора месяцев. Малыш при этом плачет или злится, когда идет в мини-центр, не всегда хочет отправляться в группу, но тем не менее вливается в коллектив и новую жизнь, хоть и медленно. На такой уровень адаптации указывают признаки:

ребенок мало ходит в мини-центр и часто болеет;

тяжело расстается с мамой, не хочет ее отпускать, плачет некоторое время после ее ухода из мини-центра;

через короткое время успокаивается и начинает играть с другими детьми;

соблюдает распорядок учреждения; адекватно реагирует на положительные и отрицательные высказывания педагога о его поведении и действиях.

ТЯЖЕЛАЯ

Тяжелая адаптация в мини-центре характерна детям с высокой чувствительностью, низким уровнем социализации или повышенной агрессивностью. Привыкание в этом случае может длиться от пары месяцев до нескольких лет, иногда малыш так и не приспосабливается к детскому учреждению и родителям приходится забирать его на домашнее воспитание. Такая степень адаптации встречается достаточно редко. Признаки, по которым можно ее определить:

отсутствие контакта с воспитателями и сверстниками более, чем в течение двух месяцев;

плач, ступор или агрессия длительное время после ухода родителей – более часа;

отказ от принятия распорядка детского сада: не ест, не спит, не участвует в развивающей и образовательной деятельности, не играет с детьми;

слезы, испуг или агрессия в ответ на слова педагогов.

Способы преодоления тяжелой адаптации заключаются в своевременном обращении к психологу, постоянном контакте с ребенком и воспитателями, установлении доверительных отношений с малышом. Иногда полезно взять паузу в посещении ДОО на 1-2 месяца.

В зависимости от того, какая у ребенка степень адаптации к мини-центру, родителям и педагогам необходимо выстраивать свои пути взаимодействия с малышом: одного нужно просто поддержать, другого – подбодрить, третьего – пожалеть. Если взрослым удастся найти подходящую стратегию поведения, то в скором времени психологическая и физическая адаптация крохи к садика закончится, и он будет ходить туда более спокойно.

ВИДЫ АДАПТАЦИИ ДЕТЕЙ

Виды адаптации в детском саду также бывают разные в зависимости от того, какую стратегию поведения избирает ребенок. Одни сначала долго плачут, а через пару недель с радостью идут в группу, другие – сначала с энтузиазмом включаются в занятия и игры, а через некоторое время – никак не могут отпустить маму из раздевалки. То, какая адаптация будет у конкретного крохи, зависит от его индивидуальных особенностей.

АКТИВНАЯ

Адаптация к мини-центру этого вида встречается наиболее часто. Ребенок в первые две-три недели чувствует беспокойство: переживает, когда идет в сад, плачет при расставании с родителями, грустит о том, что завтра – снова нужно идти к ребятам. Но в скором времени слез становится меньше, малыш начинает чувствовать себя в безопасности, все более уверенно идет на контакт с воспитателями и ребятами.

ПАССИВНАЯ

Такая адаптация ребенка к часто остается мини-центре незамеченной родителями. Дело в том, что в садик малыш ходит практически без проблем: не закатывает истерик, не рыдает в раздевалке, не цепляется за маму. Но у него меняется то, что, казалось бы, и не относится к детскому саду: портится сон и аппетит, повышается утомляемость, капризность по вечерам. Эти симптомы проходят через несколько недель и состояние ребенка налаживается.

РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ КАК ОБЛЕГЧИТЬ РАССТАВАНИЕ С МАЛЫШОМ

Придумать с малышом свой ритуал прощания, который будет вселять в него уверенность в том, что мама обязательно вернется. Это может быть любое простое действие: фраза «я тебя люблю», поцелуй в нос или крепкое рукопожатие. Всегда. Оставляя малыша с кем-либо из других взрослых, производить одно и то же действие, чтобы ребенок его запомнил. Прощаясь таким способом, ребенок будет более легко расставаться с мамой в раздевалке ДОУ.

Примерно за полгода до того, как пойти в сад, начать привлекать к общению с ребенком других взрослых, чтобы у него появился опыт расставания с мамой и взаимодействия с другими взрослыми. Можно начать с их общения в присутствии мамы, а затем начать отлучаться на все более длительное время.

Постепенно оставлять малыша одного в комнате, пока мама находится вне зоны его видимости. Иногда стоит предложить ему самостоятельно поиграть, без участия взрослых – этот навык также понадобится в мини центре.

Стараться формировать положительную самооценку и представления крохи о себе: говорить ему, какой он умный, самостоятельный, веселый и общительный. При этом необходимо избегать высказываний о том, что ребенок нелюбимый, капризный или сердитый.

НЕНУЖНЫЕ ДЕЙСТВИЯ

Никогда не уходить от ребенка в тот момент, когда он отвлекся. В этой ситуации он сильно пугается, что мама исчезла неизвестно куда. В следующий раз он будет всеми силами стараться не отпустить маму от себя ни на шаг.

Не пытаться оставить ребенка одного дома, отправившись даже в магазин, располагающийся в соседнем доме. Во-первых, это повысит у малыша уровень тревожности, а во-вторых, он и за несколько минут может попасть в опасность в собственной квартире.

Не нужно каждый раз после расставания покупать малышу вкусное или игрушки: если у него закрепится понимание, что после разлуки его ждет что-то материальное, подобные покупки придется делать каждый день, когда ребенок пойдет в детский сад.

ЧТО ДЕЛАТЬ ЕСЛИ АДАПТАЦИЯ К МИНИ-ЦЕНТРУ УЖЕ НАЧАЛАСЬ

Правила адаптации ребенка в мини-центре, если он уже начал туда ходить, также следует соблюдать для того, чтоб привыкание прошло как можно менее травматично для малыша. Во-первых, нельзя приводить кроху в садик сразу на целый день. Лучше, если привыкание

начнется с совместных прогулок: во время них малыш успеет познакомиться с воспитателем и ребятами на нейтральной территории, находясь рядом с мамой. Поняв, что воспитатель – это безопасный, знакомый для мамы человек, в группу к нему кроха пойдет легче. Отправившись в группу, начинать необходимо с двухчасового пребывания.

Постепенно время можно увеличивать, но не форсировать события. Это касается адаптации в любом возрасте в мини-центре – и в 1 год 2, и в 4 года.

Во-вторых, важно проявлять искренний интерес к тому, что кроха делал в мини-центре, как прошел его день. Даже если малышу 2 года, адаптация ребенка к мини-центру будет проходить легче, если он увидит, что мама действительно проявляет участие в его новой жизни.

В-третьих, регулярно поддерживать контакт с воспитателями, чтобы легко понимать, как проходит адаптация в мини-центре. Они ведут специальные карты развития, по которым виден прогресс привыкания.

В-четвертых, особенно для тех детей, у которых есть проблемы адаптации к мини-центру, стоит ограничить на период привыкания сильные эмоциональные переживания, как отрицательные, так и положительные.

Родителям тоже приходится адаптироваться к мини-центру: расставаться с малышом, который долгое время был только дома, переживать за состояние ребенка. Чем спокойнее будут себя вести и чувствовать мамы и папы, тем скорее малыш почувствует себя в безопасности в стенах ДОУ.

ОШИБОЧНЫЕ ДЕЙСТВИЯ ПО АДАПТАЦИИ РЕБЕНКА К МИНИ-ЦЕНТРУ : ПАМЯТКА РОДИТЕЛЯМ

Иногда мамы и папы, стремящиеся помочь своему малышу, допускают ошибки, которые делают адаптацию в мини-центре сложной. Что не стоит предпринимать в этот сложный период?

Сравнивать своего ребенка с другими, тем более – вслух. У всех детей разные уровни адаптации к мини-центру. Одни спокойно расстаются с родителями и играют, другие – плачут, не желая их отпускать. И тот, и другой вариант являются нормальными, поэтому нет смысла сравнивать. Этим можно лишь нанести ребенку обиду.

Обманывать. По рекомендациям психологов, в период адаптации к мини-центру не стоит говорить ребенку, прощаясь, что мама лишь сходит в магазин на 5 минут, и вернется, если в планах оставить его на более длительное время. В этом случае родители подрывают доверие ребенка, он чувствует, что его предали.

Наказывать в мини-центре, оставляя там на более длительное время за какой-либо проступок. Любовь к мини-центру в этом случае будет только слабеть. Памятки родителям по адаптации обычно советуют, наоборот, говорить об учреждении только хорошее и убеждать малыша, что ходят туда только самые замечательные дети.