Адаптация детей младшего возраста к условиям детского сада.

 Адаптация- это механизм привыкания к новым условиям окружающей среды. Большое значение играют установки посещения детского учреждения. То есть «зачем» родители отдают ребенка в детский сад.

1. Отдают в д.с. потому ,что родители работают и ребенка не с кем оставить.
2. Появился еще один малыш.
3. Родители устают от активного чада. Особенно-мамы.
4. Желание родителей, переложить родительские обязанности на «чужие плечи». Чтобы его там научили кушать, ходить на горшок, перестать мочиться, отучить от соски и т.д.
5. Для общения со сверстниками..
6. Для общего развития малыша.

Естественно лучше способствует адаптации последние две установки. А вот первые четыре дают установку «отвержения». Подсознательно ребенку закладывается, что родителям не до малыша.

Поэтому родителям надо четко представлять, зачем они отдают ребенка в детское учреждение и подкорректировать свое отношение к этому важному событию.

 Необходимо учитывать также индивидуальные и половозрастные особенности детей. Легче привыкают к чужой обстановке и переносят разлуку с близкими : девочки с трех лет и мальчики с четырех лет. У мальчиков эмоциональная зависимость немного дольше.

 Для того, чтобы взрослы поняли и почувствовали состояние своих малышей, необходимо вспомнить свои ощущения при переходе на новую работу, ли если был- опыт перехода в новый класс. Как им было тяжело- новые люди, незнакомая обстановка, новые требования, новые взаимоотношения. А малыши испытывают еще больший стресс, так как подмешивается состояние полной зависимости от чужих взрослых, непонимание для чего его отдали/ ведь до этого ему было хорошо дома/, чужие запахи, шум и т.д. И все может усугубить раздражение родителей от плача и нежелания расстаться малыша с мамой.

Поэтому , я предлагаю несколько рекомендаций, способных смягчить процесс адаптации.

1. Заранее рассказать ребенку о детском саде, привести положительные примеры других детей.
2. Заблаговременно посетить детский сад с ребенком, познакомиться с воспитателями, посмотреть группу, поиграть на детской площадке .
3. Если ребенок сосет соску, то отучить его надо месяца за два-три, научить еще дома ходить в горшок, есть ложкой.
4. Питание ребенка необходимо подстроить под стандартное меню детского сада, также важно соблюдать режим, принятый в детском учреждении.
5. При первом общении с воспитателями необходимо установит доверительные отношения, исключить критику в присутствии детей*. Кому доверяет мама – тому и ребенок. Важно всегда об этом помнить.*
6. Родителям необходимо рассказать воспитателям о своем ребенке как можно больше: -ласкательное имя

 *-* что любит

 - как успокаивается

 - чего боится

Все это поможет создать наибольший комфорт Вашему малышу.

1. Непосредственно перед первым посещением необходимо настроить ребенка: рассказать об игрушкам, которые его ждут, о новых друзьях, о том ,как можно обратиться к воспитателю.
2. С вечера вместе с ребенком приготовьте одежду, пижаму, носовой платочек.
3. Будет очень хорошо, если ребенок возьмет с собой любимую игрушку. Вместе с ней он будет ходить в садик. Родители смогут узнавать о чувствах ребенка, если будут спрашивать о том, что происходило с игрушкой. Малыш будет проектировать свои чувства именно на нее.
4. Будет замечательно, если мама первое время походит в детский сад вместе с ребенком- это поможет ему лучше освоится. Однако, если мама очень тревожная, то ребенок быстрей адаптируется если будет сразу ходить в садик самостоятельно. В этом случае поможет либо быстрое расставание, либо если папа отводит малютку в садик.
5. Поможет и напоминания: «ты уже большой», «все работают, и это твоя работа» и т.д.

 Первую неделю необходимо ограничить посещение детского садика до 12 часов, то есть до обеда. Но если малыш плачет, то до прогулки. Первые полгода желательно, чтобы ребенка забирали непозднее 17 часов- организм должен настроиться на новые нагрузки.

 Но самое главное- это позитивный настрой самой мамы- так как связь с ребенком еще очень сильна и ее внутреннее состояние напрямую влияет на состояние ребенка.

 В первые дни поведение у малышей разное. Одни бурно кричат при расставании, но стоит ей уйти- быстро переключаются, другие тихонечко плачут в течении дня, третьи просто молчат.

 Самый сложный период на третий- пятый день. Именно поэтому первые две недели можно сократить пребывание до четырех дней в неделю.

 Очень важно уделить внимание совместным прогулкам после детского сада, можно идти в садик пешком- поговорить о приятном, чтобы закрепить сам факт посещения приятными событиями.

 Дома первый месяц ограничить посещение гостей и походы в гости, что снизить эмоциональный накал, испытываемый ребенком.

 Ни в коем случае не обещать забрать малыша первым- всегда есть шанс, что Вас опередят , а у ребенка появится лишний повод для расстройства.

 Прогуливать посередине недели тоже не рекомендую- у ребенка появляется шанс для манипуляций.

 В общем я желаю всем успеха в этом нелегком , но очень важном этапе жизни семьи.