Консультация для родителей «Адаптация детей к условиям детского сада»

«Кризис, катастрофа, шок» - так нередко называют период поступления ребенка в дошкольное образовательное учреждение. Что делать, чтобы эти весьма опасные для физического и психического здоровья малыша переживания миновали его?

Наше время – время катастрофического ухудшения здоровья детей. Причины? Одну из них врачи видит в сложности адаптации детей к детскому саду. Даже предоставление маме возможности воспитывать его дома до 3 лет этой проблемы не решает. Появился даже термин «адаптационная болезнь» - некоторые дети так тяжело переносят адаптационный период, что врачи рекомендуют родителям забрать их на время из детского сада, чтобы по мере созревания адаптационных механизмов они могли бы уже «на новом витке» вернуться в ДОУ.

Специалисты Академии медицинских наук, наблюдая за детьми в период адаптации, установили следующее:

• У детей возникают сдвиги функциональном состоянии организма, сопровождающиеся отчетливым изменением эмоционально-поведенческих реакций и другими клиническими проявлениями.

• Отмечаются реакции «биологической осторожности» или протеста, которые выражаются в плаче, страхе, агрессивных действиях или общей заторможенности, негативизме.

• Социальные контакты и речевая активность уменьшаются, иногда вплоть до их исчезновения.

• Дети теряют часть приобретенных ранее навыков.

• Резко снижается аппетит, нарушается продолжительность и глубина сна.

• Происходит задержка нервно-психического и физического развития.

• Соматические изменения проявляются в потере массы тела, побледнении кожи, сухости слизистых, похолодании конечностей, учащении пульса.

• У часто болеющих детей и у детей с пограничными состояниями обнаруживаются расстройства в виде энуреза (ночное недержание мочи, энкопреза (недержание кала, неустойчивости стула, обострения кожных высыпаний.

Степень выраженности указанных отклонений зависит от состояния здоровья ребенка и его индивидуальных особенностей. К сожалению, в настоящее время родители к адаптации детей к детскому саду относятся недостаточно серьезно.

Адаптация (в широком смысле) – это приспособление к окружающим условиям. Адаптация человека имеет два аспекта: биологический и психологический.

Биологический аспект, общий для человека и животных, включает в себя приспособление к постоянным и изменяющимся условиям среды: температуре, давлению, освещенности, влажности, а также к заболеванию, изменениям в организме, ограничению каких-либо функций.

Психологический аспект адаптации проявляется в приспособлении личности к существованию в соответствии с требованиями общества и собственными потребностями и интересами.

Социальная адаптация осуществляется путем усвоения норм и ценностей данного общества (или, по крайней мере, ближайшего окружения: семьи, определенной социальной группы) .

Основные проявления социальной адаптации – взаимодействие (в том числе и общение) человека с окружающими и его активная деятельность. Социальная адаптация означает, что ребенок способен развиваться и обучаться, адекватно воспринимать и выстраивать систему отношений с окружающими, менять свое поведение в соответствии с ожиданиями других.

Участники адаптационного периода:

Проблемы адаптации к детскому саду вращаются вокруг ребенка. Именно на него устремлены обеспокоенность родителей и профессиональный взгляд педагогов.

Адаптационные процессы охватывают три стороны: ребенка, его родителей и педагогов. От того, насколько каждый готов пережить адаптацию, зависит конечный результат – спокойный ребенок, с удовольствием посещающий дошкольное образовательное учреждение.

К сожалению, иногда родители совершают серьезные ошибки, которые затрудняют адаптацию ребенка.

Чего нельзя делать ни в коем случае:

Нельзя наказывать или сердиться на малыша за то, что он плачет при расставании или дома при упоминании необходимости идти в сад! Помните, он имеет право на такую реакцию. Строгое напоминание о том, что «он обещал не плакать», тоже абсолютно неэффективно. Дети этого возраста пока не умеют держать слово. Лучше еще раз напомните, что вы обязательно придете.

Нельзя пугать детским садом («Вот будешь себя плохо вести, опять детский сад пойдешь! »). Место, которым пугают, никогда не станет ни любимым, ни безопасным.

Нельзя плохо отзываться о воспитателях и саде при ребенке. Это может навести малышам на мысль, что сад – нехорошее место и там его окружают плохие люди. Тогда тревога не пройдет вообще.

Нельзя обманывать ребенка, говоря, что вы придете очень скоро, если малышу, например, предстоит оставаться в садике полдня или даже полный день. Пусть лучше он знает, что мама придет нескоро, чем будет ждать ее целый день и может потерять доверие к самому близкому человеку.

Сколько это будет длиться?

Или когда наступит конец адаптации?

Выделяют три степени адаптации:

1. Легкую (15-30 дней) ;

2. Среднюю (30-60 дней) ;

3. Тяжелую (от 2 до 6 месяцев) .

По статистике, большинство детей, поступающих в ДОУ, переживают среднюю или тяжелую адаптацию.

Таким образом, в период адаптации можно родителям и детям самостоятельно осмотреться в групповом пространстве: рассмотреть и почитать книги, порисовать и полепить, поиграть в кольцеброс и в легкие мячи и пр.

В заключении можно сказать:

• мы все имеем право на адаптацию;

• нам всем надо очень постараться, чтобы этот сложный период в жизни каждого участника (ребенка, родителя, педагога) был максимально коротким и безболезненным;

• надо уметь входить в положение каждого участника адаптации, стараться понять друг друга.

И тогда адаптация не так страшна.