

Софронова Маргарита Анатольевна,
воспитатель ГБДОУ детский сад №62 Приморского района СПб.

Адаптация ребенка к детскому саду: практические советы

В наше время мамы, имеющие под рукой разнообразные средства информации, знают об адаптации если не всё, то почти всё. Готовятся сами, готовят малыша. Но, тем не менее, приведя малыша в первый раз в детский сад и увидев слёзы и нежелание ребёнка переступить порог группы, «опускаются» руки и «разрывается» сердце...

Даже открытый по натуре малыш первое время противится садику. Почему это происходит? Потому что всё новое – это стресс. За время своей педагогической практики я не встретила НИ ОДНОГО ребенка, который безболезненно пережил адаптационный период. Просто у всех он проходит по-разному: кто-то рыдает сразу, кто-то находится в тревоге весь день, а кто-то вроде бы прекрасно себя чувствует, смеётся и играет, и только когда приходит мама, начинается срыв... Что можно посоветовать?

Самым важным фактором успеха является ровный уверенный настрой мамы, потому что малыш «читает» мир по маме. Если она испугана и взволнована, когда ведёт его в садик, не может оторваться от ребёнка в раздевалке, утирая нос и себе и малышу, разве может маленький ожидать там чего-то положительного?

Чтобы мама могла быть спокойна за своё чадо, она должна быть уверена в тех людях, которым она доверяет своего ребёнка. Не стесняйтесь разузнать про садик всё, познакомьтесь и пообщайтесь со всеми воспитателями и нянечками, которые будут ухаживать за вашим ребёнком, обсудите с ними все принципиальные для вас моменты.

Нужно обязательно объяснять малышу, куда вы его ведёте, зачем, почему, чем он будет там заниматься, и когда вы за ним вернётесь. Неопределённость всегда доставляет дискомфорт, поэтому мы должны чётко обозначить ребёнку рамки (утром приходим в садик, ты остаёшься с ребятами и воспитателем, а вечером мама вернётся и заберёт тебя домой). Малыш должен понимать, что и когда происходит. НИКОГДА не используйте метод, когда ребёнка ведут в садик обманом, подкупом или когда мама остаётся с ним в садике на некоторое время, а потом незаметно исчезает. Всё вышперечисленное выглядит как предательство. Получив такой опыт, малыш станет меньше вам доверять.

Придумайте свой ритуал прощания (например, поцеловать, помахать рукой, застегнуть вам пальто или куртку, взять платочек с «маминым запахом»). После этого сразу уходите: уверенно и не оборачиваясь. Чем дольше вы топчитесь в нерешительности, тем сильнее переживает малыш.

ИЗБЕГАЙТЕ ФРАЗ:

«Ты же сам говорил (говорила), что хочешь в детский садик (с детками играть), почему ты теперь не хочешь оставаться?»;

«Не пускаешь меня на работу — не будет денег тебе на новую машинку!»;

«Ну, пожалуйста, можно мама пойдет на работу?!»;

«Ты же большой мальчик (большая девочка)! Как тебе не стыдно плакать!»;

«Если будешь так реветь — уйду от тебя и вообще не приду!».

Часто мамы переживают насчёт готовности ребёнка к садику. Я имею в виду навыки и умения, которыми владеет/не владеет малыш (ходить на горшок, чётко попадать ложкой в рот, самостоятельно засыпать, одеваться и пр.) Из всех переживаний, связанных с садиком считаю это самым пустым. Дети в разы быстрее учатся всему в коллективе, и это происходит все само собой.

Особое внимание хотелось бы уделить времени после садика, вечеру. Первое время малыш будет утомляться от новых впечатлений и их интенсивности, ему также пока не привычно проводить долгое время без мамы. Поэтому вечером задача родителей уделить ему максимум внимания, дать ему всю любовь и нежность, которая накопилась в сердце за день (не жалеть ребёнка и не испытывать угрызений совести, что вы его оставляете в садике!), а просто ЛЮБИТЬ!

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!

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

Нельзя плохо отзываться о воспитателях и саде при ребенке. Это наводит малыша на мысль, что сад — это нехорошее место и его окружают плохие люди. Тогда тревога не пройдет вообще.

Поступление в сад — это момент отделения ребенка от родителей, и это испытание для всех. Будьте готовы, наберитесь терпения, и адаптация вашего малыша пройдет безболезненно как для него, так и для вас!