

Адаптация ребёнка в ДОУ.

Проблемы и их верное решение. Рекомендации

Как нужно организовать утро ребёнка, чтобы день прошёл без истерик?

1. Главное правило: спокойна мама (родители) — спокоен малыш.
2. И дома, и в саду говорите с ребёнком спокойно, уверенно, не создавая суеты. Проявляйте доброжелательную настойчивость при пробуждении, одевании, а в саду — раздевании.
3. Разговаривайте с ребёнком не слишком громким, но уверенным голосом, озвучивая все, что вы делаете.
4. Рассказывайте ребёнку, что будет происходить в саду, опираясь на распорядок дня: «Сначала ты позавтракаешь, потом немного поиграешь, потом порисуешь, потом будут фрукты, после этого ещё немного поиграешь, потом погуляешь, дальше – обед, а потом и я уже приду»
5. Обязательно скажите, КТО и КОГДА придёт за ребёнком (после прогулки, или после обеда, или после того, как он поспит и покушает). Не задерживайтесь, выполняйте свои обещания!
6. Придумайте свой ритуал прощания (например, поцеловать, помахать рукой, сказать "пока").
7. После этого СРАЗУ УХОДИТЕ: уверенно и не оборачиваясь.

Чем дольше вы топчитесь в нерешительности, тем сильнее переживает ребёнок!

НИКОГДА НЕ ОБМАНЫВАЙТЕ РЕБЁНКА.

КАК НЕЛЬЗЯ

Я никуда не уйду. Я останусь здесь и буду смотреть в телевизор, как ты играешь.

Я только схожу в магазин (поговорю с директором и т. д.) и сразу за тобой приду.

Если ты будешь плакать, я тебя тут оставлю.

Ты же обещал, что не будешь плакать. Ты меня подвёл.

КАК НУЖНО:

Я тебя очень люблю.

К сожалению, я не могу тут остаться.

У меня есть дела (мне нужно на работу, в магазин, домашние дела).

У тебя столько интересного сегодня: ты будешь играть, рисовать (и дальше по расписанию, потом ты покушаешь и я за тобой приду.

Я тебя люблю.

Реакции детей в период адаптации, причины и рекомендации о том, что делать родителям.

НОРМАЛЬНО ЕСЛИ: ребёнок первое время в плохом настроении, плачет, отказывается идти в детский сад, устраивает истерики.

ПОЧЕМУ: Ему страшно – ребёнок действительно боится, что вы его оставите в детском саду навсегда. Ребёнок ещё не знает, как себя вести в саду (нет необходимых навыков поведения. Те, что есть – не подходят)

ЧТО ДЕЛАТЬ: Действуйте уверенно и последовательно (быстро собраться утром, не поддерживать разговоры о нежелании идти в сад, быстро проститься утром).

Как «заклинание» повторяйте ребёнку чем он будет заниматься в саду, когда и кто за ним придёт (ты поиграешь, позанимаешься, покушаешь фрукты, погуляешь и я за тобой приду).

НОРМАЛЬНО ЕСЛИ: ребёнок злится, вырывается, может даже ударить взрослого

ПОЧЕМУ: Он злится на вас за то, что вы планируете оставить его. Он думает, что вы его ЧТО предали.

ЧТО ДЕЛАТЬ: Действуйте последовательно и быстро во время сборов и прощания. Повторяйте о том, что вы знаете, как ему тяжело, но что это скоро пройдёт. Не вступайте в дискуссии о том, почему он не хочет идти в детский сад (с высокой степенью вероятности он докажет вам, что детский сад – самое ужасное место на земле). Говорите, что любите его и скажите, когда вернётесь за ним.

НОРМАЛЬНО ЕСЛИ: ребёнок заторможен

ПОЧЕМУ: Заторможенность – замирание ребёнка – это один из вариантов реакций на стресс отрыва от мамы и новую обстановку.

ЧТО ДЕЛАТЬ: Будьте доброжелательными, ласковыми. Проявляйте заинтересованность и энтузиазм по отношению ко всему, что происходит в детском саду. Дайте ребёнку время в своём темпе освоиться с новой обстановкой.

НОРМАЛЬНО ЕСЛИ: ребёнку, который обычно любознателен и активен ничего не интересно, не хочет играть, не обращает внимание на других детей

ПОЧЕМУ: Ребёнку нужно время, чтобы сориентироваться в новой обстановке, понять правила по которым живут в новом пространстве.

ЧТО ДЕЛАТЬ: 1 Дайте ребёнку время. Отмечайте его малейшие успехи. Проявляйте истинную заинтересованность в том, что ребёнок должен освоить.

НОРМАЛЬНО ЕСЛИ: ребёнок ничего не ест – плохо ест как в саду, так и дома.

ПОЧЕМУ: Стресс захватывает весь организм ребёнка, все системы (психологические, физиологические). Он не хочет есть, т. к. испытывает сильные негативные эмоции. Еда в саду – новая не знакомая. Ребёнок должен привыкнуть к её вкусу, виду.

ЧТО ДЕЛАТЬ: Быть ласковым, бережным и терпимым к капризам ребёнка. Поощрять его успехи, обращать внимание и фиксировать позитивные сдвиги, хвалить ребёнка.

НОРМАЛЬНО ЕСЛИ: ребёнок стал писать в штаны в саду, растерял навыки самообслуживания

ПОЧЕМУ: это тоже реакция на стресс: ребёнок не знает (боится) как попроситься в туалет и терпит до последнего, регрессирует, чтобы показать вам, что он ещё маленький и должен быть дома

ЧТО ДЕЛАТЬ: Ни в коем случае не ругайте ребёнка за то, что он испачкал штаны. Проявите терпение, и внимание. Будьте доброжелательны. Объясните ребёнку, что в следующий раз, когда он захочет пописать, он должен сказать воспитателю. В течении 2-3 недель потерянные навыки самообслуживания должны вернуться.

НОРМАЛЬНО ЕСЛИ: ребёнок может заболеть

ПОЧЕМУ: Стресс приводит к тому, что ребёнок слабеет, снижается сопротивляемость организма.

ЧТО ДЕЛАТЬ Будьте доброжелательны. Скажите ребёнку, как вы расстроены, что теперь из-за болезни вы пропустите столько всего интересного в саду. Ограничьте дома все развлечения ребёнка до самых простых (никаких мультиков, гостей, новых игрушек). Болеть не должно быть весело. Иначе *может закрепиться мысль* ребёнка «если я буду болеть, то можно и не ходить в сад

НОРМАЛЬНО ЕСЛИ: ребёнок может больше чем обычно проявлять к вам нежность, любовь, не отходить от вас, когда вы дома.

ПОЧЕМУ: Ребёнок пытается компенсировать возникший дефицит общения и ласки. Сила стресса привнесла компенсаторные возможности организма

ЧТО ДЕЛАТЬ: Всегда отвечайте на проявления ребёнком нежности и сами будьте нежны и внимательны с ним. После того, как установится новый режим и интенсивность стресса снизится – всё встанет на свои места. А пока нужно терпение

НОРМАЛЬНО ЕСЛИ: Ребёнок стал заикаться. ЭТО НЕ НОРМАЛЬНО.

ПОЧЕМУ:

Заикание - это показатель чрезмерной перегрузки , переработать которую детская психика уже не в состоянии.

ЧТО ДЕЛАТЬ: Не затягивая, обратитесь за консультацией к детскому психологу.