

«Мифы об адаптации детей к детскому саду»

У родителей существует ряд мифов о периоде первого посещения ребенком детского сада.

Попробуем их развеять!

Миф 1.

«Адаптация к детскому саду проходит трудно и мучительно. Я боюсь, что у моего ребенка будет то же самое»?

Первое посещение детского сада для ребенка стресс, но стресс вполне преодолимый. Отрыв от дома, от близких, встреча с новыми взрослыми, незнакомыми себе подобными могут стать для ребенка серьезной психической травмой. Малыш может воспринять это как отчуждение, лишение родительской любви, внимания и защиты. **Очень важно, чтобы этот период был плавным, мягким, бестравматичным.**

И мы должны помочь нашим детям.

Если мама будет слишком сильно бояться и тревожиться, то приход в детский сад превратится в серьезный и длительный стресс, как для малыша, так и для мамы. Помните, что ребенок с удивительной чуткостью воспринимает ваше отношение к тем или иным событиям, чувствам и разделяет ваши эмоции, в полном смысле слова смотрит на жизнь вашими глазами. Причем это происходит, даже если вы всеми силами стараетесь скрыть от малыша свои страхи.

Вы волнуетесь из-за того, что малышу может не понравиться в детском саду, из-за того, что там что-нибудь не заладится. Прежде вы никогда не расставались, и поэтому боитесь разлуки. И вот на фоне этих переживаний вы веселым голосом рассказываете, как замечательно ходить в детский сад. Чему должен верить ребенок – вашим словам или вашим чувствам? Ваши собственные страхи порождают тревожное отношение малыша к детскому саду, еще прежде, чем он начал его посещать.

Вывод: менять свое отношение к детскому саду. Поверьте, что ребенку может быть в детском саду хорошо и посещение принесет действительно пользу и удовольствие. И ту энергию, которую вы тратите на переживания, потратьте на предварительную подготовку малыша и налаживание контактов с воспитателями. Обеспечьте малышу чувство уверенности и безопасности. Ребенку постоянно приходится приспосабливаться к новым условиям и посещение детского сада – один из первых и важных опытов. А детский сад со временем перестает относиться к разряду «новых условий». Пусть не сразу, но он превращается в привычный хорошо знакомый и уютный мир. Для того, чтобы это действительно стало так и для вашего ребенка будьте терпеливы, внимательны и активны.

В ваших и только в наших силах сделать жизнь ребенка счастливой, интересной и насыщенной!

Миф 2.

«Дети в детском саду все время болеют, потому что за ними плохо следят»?

- Основной причиной, по которой начинают болеть малыши является снижение иммунитета из-за резкой смены обстановки: другой режим, непривычная пища, много шума и впечатлений, переживание из-за разлуки с матерью.
- ¼ часть детей реагирует на посещение детского сада «скрытым сопротивлением» - т.е. начинают болеть. Это своеобразный протест.
- Перед походом в детский сад дети получают «полный комплект» прививок, что снижает защитные свойства организма. Этому же способствует обязательный обход врачей-специалистов перед зачислением в детский сад с бесконечными сидениями в коридорах.
- Ребенок попадает в среду с совершенно другой микрофлорой, отличной от домашней, к которой иммунитет еще не выработался.

Поэтому помимо психологической и «бытовой» подготовки вам обязательно нужно позаботиться об укреплении здоровья малыша. Старайтесь планировать посещение детского сада на конец августа – начало сентября.

Миф 3.

«У ребенка, который начинает ходить в детский сад портится характер, он становится просто не выносимым».

Никакой характер от посещения детского сада конечно не портится. Но крутое изменение привычного образа жизни не может пройти для ребенка бесследно.

1. Ребенок попросту устает. Это может быть причиной капризов и непослушания.

2. Правила, по которым ребенок живет дома, отличается от тех, которые установлены в детском саду. И ребенку каждый день приходится переключаться, настраиваться то на ваш стиль общения, то на стиль общения воспитателей.
3. Ребенок...растет, развивается, приобретает новый опыт. Он взрослеет и меняется. Создайте дома спокойную обстановку и помогите в усвоении новых правил.
4. Часто в период адаптации родители бесконтрольно балуют малыша в качестве компенсации. Вседозволенность дома в период адаптации может привести к капризам и упрямству.
5. Не забудьте о кризисе 3 лет, проявлениями которого являются: негативизм, упрямство, строптивость, своеволие. Измените свое отношение к ребенку в этот период, особенно, если он совпал с первым посещением детского сада.

Миф №1.

«Дети в саду постоянно болеют».

Отчасти, это действительно так. Правда, болеют. Но есть оговорка: не все и не всегда.

Если Ваш ребенок впервые пошел детский сад, то первые полгода-год он действительно может много болеть. С точки зрения психологии - стресс для ребенка, который ему необходимо пережить. Естественно, что организм "даст сбой". С точки зрения медицины - инфекции в таком количестве организм ребенка встречает первый раз. Иммунитету необходимо научиться с ними «работать».

Здесь важно то, как протекают болезни. Если процесс проходит относительно легко, не вызывая осложнений, то и беспокоиться не о чем. Малыш обязательно справится!

Если же болезни затягиваются, и каждая простуда оборачивается бронхитом или, хуже того, воспалением легких, то это повод задуматься.

Возможно, иммунитет ребенка изначально «оставлял желать лучшего», а стрессовая ситуация усугубила положение. Тогда консультация иммунолога и педиатра необходима.

Возможно, проблемы носят психологический характер. Тогда необходима консультация психолога

Возможно, причина в повышенной тревожности мамы по поводу адаптации ребенка.

В любом случае родителям важно помнить, что частоболеющий ребенок может стать для них действительно мифом. В том случае, если к адаптации подойти во «всеоружии»: закалять ребенка, готовить его «морально», спокойно относиться к процессу самим.

Миф №3.

«Ребенок целый день будет плакать без меня».

Миф. Может хныкать, периодически разрыдаться, да. Но так чтобы все время навзрыд, нет... Почему?

Ну воспитатели живые же люди. Ваш ребенок в группе - не единственный. Даже при условии, что все дети спокойны - уровень шума в группе очень высокий. Поэтому воспитатели сделают все, чтобы успокоить Вашего малыша: посадят его на колени, будут держать за руку все то время, что требует малыш, смотреть с ним в окошко и ждать маму.

Хотя плакать ребенок, вероятнее всего, будет. Есть, конечно, еденицы, которые не ревут, но в большинстве ...

Особенный треш ждет родителей по утрам. Для малыша момент расставания самый трагичный.

Некоторые детки начинают плакать уже с вечера. Сама фраза "Завтра в садик" вызывает бурю негодования. Уговаривать ребенка хорошо себя вести и прекратить плакать при этом совершенно бесполезно. Лучше посочувствовать - ему, правда, тяжело.

В любом случае, милые родители, нужно усвоить! Если уж отвели ребенка в сад - сделайте усилие и начните доверять воспитателям. Они справятся. Обязательно найдут способ успокоить Вашего малыша.

Как правило, 90% ребятшек успокаиваются через 10-15 минут после ухода мамы.

Безусловно, в группе он может тихонечко плакать и грустить на стульчике.

Может снова громко разреваться при выполнении некоторых режимных моментов, например, если все дети дружно начнут собираться на прогулку. Мой младший сын таким образом почти 2 недели "прогуливал" музыкальные занятия, гимнастику, прогулки и много того, что предполагает уход из группы. Куда мама привела - там он и считал нужным ее ждать. Ни сантиметра в сторону! Сидел в группе - общался с няней. Но в конце концов слезки прекратились, и он понял, что куда бы ребятки с воспитателем не ушли, они все равно возвращаются в группу!

Нужно дать ребенку право на эти эмоции. Пусть лучше плачет, чем держит в себе. Есть такие слезы, которые нужно выплакать (не помню, кто это сказал, напомниме?). Это как раз случай тех самых слез.

И еще заметочка к сведению. Раз уж о слезах говорим.

Слезы по утрам могут наблюдаться еще довольно долгое время. При этом если ребенок быстро успокаивается после ухода мамы, болеет не больше положенного, у него хороший аппетит, он идет на контакт, то такие слезы - не показатель дезадаптации. Возможно, эти слезы - исключительно "концерт для мамы", возможно, малышу просто сложно переключиться с режима дома на режим сада, возможно, ребенку сложен сам факт того, что мама уйдет. Он имеет право на такую реакцию. Главное - не делать из нее проблемы ни маме, ни воспитателю. И ни в коем случае не стыдить и не ругать за это ребенка!

Миф №4.

«В садике ему будет плохо, ведь детей много, а воспитатель один».

Миф. Хотя поначалу может казаться, что та еще реальность.

На самом деле, первые дни, а может быть, и недели ему действительно будет плохо. Но нужно понимать, что это - лишь острая реакция на стресс.

Первые дни ребенку нереально страшно!

Даже взрослый человек, оказавшись в совершенно незнакомом месте, первые несколько минут может чувствовать неловкость. Что о ребенке говорить!

Но рано или поздно сквозь свои слезки малыш увидит, что его никто не кусает, не обижает, а, напротив, пытаются завлечь игрушкой и накормить. Вот тогда -то и можно хлопать в ладоши от радости! Готово! Теперь с каждым днем все больше он будет видеть то, что в группе вполне себе интересно. Игрушки совсем другие (хотя справедливости ради отмечу, что некоторых детей, наоборот, эта новизна привлекает изначально и оттягивает момент появления слез). Воспитатель с ребятами лепит, рисует, читает им книжки, а еще и в "гости" к ним игрушки разные на занятия приходят. Песни поют, на улице бегают...Понятно думаю, что скучать нет особо времени.

Правда, сначала привыкнуть надо... тогда яркая радуга нам обеспечена.

