

НОВЫЕ ПОДХОДЫ К АДАПТАЦИИ ДЕТЕЙ К ДОШКОЛЬНОМУ УЧРЕЖДЕНИЮ

*Материал подготовила педагог-психолог
МБДОУ МО г. Краснодар «Центр- детский сад № 8»
Буглак Людмила Григорьевна*

Медики, педагоги, психологи отмечают: период адаптации к дошкольному учреждению требует от ребенка большого нервного напряжения. Поэтому иногда период адаптации проходит настолько тяжело, что ребенок заболевает. Родители ищут причину болезни и находят ее обычно в простуде, инфекции. Но, как показывает опыт, нередко начинает болеть не потому, что он простудился или подхватил инфекцию – чаще всего болезнь ответная реакция на психоэмоциональное напряжение, которая угнетает защитные силы организма, причем тем сильнее, чем возбудимее ребенок. Обычно здоровые дети привыкают к новым условиям за несколько дней, и таких последствий у них не возникает. Стрессовые ситуации подстерегают именно неподготовленного ребенка в любой новой для него обстановке.

Поступление в детский сад – серьезный шаг для всей семьи. И надо готовиться к этому новому этапу в жизни малыша тоже всей семьей.

Ребенок – величайшая ценность для родителей. Решение отдать его в детский сад, «в чужие руки» может спровоцировать у них тревожность, беспокойство: там его обидят, не накормят, не переоденут и т.п.

Дети в 3 года не всегда могут рассказать об испытываемом ими дискомфорте, поэтому передают информацию через плач, тревожное ожидание мамы. Появление нехарактерных для ребенка невротических симптомов тревожит и пугает родителей. Истерики ребенка усиливают нервное состояние родителей. Даже оставаясь внешне спокойными, они выдают собственное беспокойство: тревожный взгляд, разговор на повышенных тонах в семье, напряженный голос, влажная от волнения рука – масса мелочей, которые родители не осознают, но которые моментально считывает подсознание ребенка. Напряженное, тревожное состояние взрослых усиливает эмоциональное напряжение ребенка в детском саду. Передача чувств происходит моментально: ребенок улавливает стойкое отвержение детского сада родителями и тоже начинает испытывать страх и тревогу.

Опасения родителей имеют основания. Когда ребенок приходит в детский сад, резко меняются условия его жизни: режим дня, температура помещения, требования к одежде, характер питания, воспитательные воздействия, стиль общения с окружающими. Все это действует на малыша.

Знакомство с семьей важно проводить в неформальной обстановке, чтобы снять скованность, вызвать доверие. Полезно расспросить о ребенке, его особенностях, традициях семьи. Желательно записывать любые пожелания родителей, даже если они традиционные: проявление заинтересованности снижает уровень тревожности. Такая организация знакомства способствует зарождению партнерских, доверительных отношений между родителями и

коллективом детского сада. Спешка, разговор на бегу, формальное отношение к семье недопустимы: это провоцирует обострение недоверия. Важно все: поза, мимика, жесты, манера говорить должны внушать доверие и спокойствие.

В группе родители знакомятся с воспитателем и его помощником, которые проводят их по групповой комнате: показывают игрушки, кроватку, где будет спать ребенок, туалет, раздевалку. Это важный момент в работе с семьей. Мама сможет сама убедиться в том, что малышу будет комфортно, и расскажет остальным членам семьи, в первую очередь ребенку, о том, как уютно и весело в детском саду. Хорошо, если удастся привлечь маму к работе с детьми: она может помочь одеть их на прогулку, поиграть с ними, прибрать вместе с ними игрушки и т.п. Такая деятельность сближает маму с воспитателем, помогает понять его должностные обязанности, познакомиться с детьми.

Интересной формой работы по адаптации является приглашение воспитателя в гости. Старший воспитатель сам предлагает маме принять воспитателя группы дома, чтобы он смог познакомиться с малышом в домашних условиях. Цель – установить контакт с ним, познакомиться с условиями жизни семьи, особенностями поведения ребенка дома, определить стиль отношений между ее членами. Эти знания в дальнейшем помогут воспитателю строить отношения с семьей.

Ребенок, встречая воспитателя на своей территории, среди близких людей, ведет себя достаточно спокойно, хорошо идет на контакт, не испытывает страха перед незнакомым человеком. Сначала воспитатель общается со взрослыми членами семьи: рассказывает о режиме детского сада, об особенностях обучения и развития детей, дает практические рекомендации по конкретным вопросам воспитания и т.п. Важно вовлечь родителей в разговор, в ходе которого они поделятся своими наблюдениями за ребенком – что он любит, что умеет, во что играет. Малыш, видя расположение мамы и папы, привыкнув к новой «тете», уже не убегает, а заинтересованно рассматривает ее. В этот момент целесообразно переключиться на живую, веселую игру с родителями, в которую постепенно вовлекается малыш. Важно, чтобы всем нравилось играть, всем было весело и интересно. В заключение визита можно рассказать ребенку, как дети играют, гуляют, поют, танцуют в детском саду, и даже показать фотографии. Воспитатель, добившись контакта с ребенком и завоевав у него доверие, приглашает его на прогулку в детский сад.

На прогулке продолжается адаптация ребенка и мамы. Хорошо, что между ребенком и воспитателем уже установилось доверие, налажился эмоциональный контакт. Воспитатель, зная малыша и его семью, теперь может легко вступать в контакт с ними. Прогулка обычно не вызывает у ребенка тревоги (у него уже есть опыт игры с другими детьми во дворе), поэтому он с удовольствием общается со сверстниками. Мама в этот момент не должна безучастно наблюдать за группой: можно научить ее нескольким подвижным играм, обратить внимание на то, как строит ребенок свои

отношения с другими детьми: «Посмотрите, подошел, толкнул и отнял игрушку, а теперь отбирает игрушку у того, кто сильнее. Посмотрите, что будет, когда он получит отпор. Его стукнули – он заплакал, жалуется. Кто виноват? Тот, кто защищается, или тот, кто умеет договариваться?».

Для того чтобы на прогулке у ребенка сложились хорошие отношения со сверстниками, воспитатель выстраивает детей в круг, и они хором приветствуют новенького. Большинство детей уже после первой прогулки готовы отпустить маму и идти в детский сад. Важно, чтобы мама сама успокоилась и не боялась оставить ребенка.

Чтобы период привыкания к детскому саду прошел быстрее и спокойнее, необходимо создание естественной стимулирующей среды, в которой ребенок чувствует себя комфортно и защищено, проявляет творческую активность. Первые контакты детей друг с другом происходят в песочнице. Именно поэтому естественно использовать песочницу для стабилизации эмоционального состояния. Песок является прекрасным психопрофилактическим средством. Песок имеет замечательное свойство «заземлять» негативную психическую энергию, являясь прекрасным средством для развития и самореализации ребенка. Песочница – прекрасный посредник для установления контакта с ребенком. И если ребенок еще плохо говорит и не может рассказать взрослому о своих переживаниях, то в играх с песком все становится возможным. Проигрывая волнующую ситуацию с помощью маленьких фигурок, создавая картину из песка, ребенок освобождается от напряжения и беспокойства.

Педагоги получают возможность увидеть внутренний мир ребенка в данный момент. Через игры с песком легко решаются такие задачи, как развитие коммуникативных навыков, т.е. умения нормально общаться.

На этапе адаптации можно использовать обучающие игры, направленные на развитие тактильно-кинестетической чувствительности и мелкой моторики рук. Эти несложные упражнения способствуют стабилизации эмоционального состояния, что в высшей степени важно в первые дни пребывания ребенка в дошкольном учреждении.

Отпечатки наших рук. Поверхность песка ровная, песок влажный. Ребенок вместе с воспитателем по очереди делают отпечатки кистей рук – то внутренней, то внешней стороной. Необходимо слегка вдавить руку в песок, прислушаться к своим ощущениям. (Песок прохладный, теплый, сухой, мокрый; когда двигаем руками по песку, ощущаем маленькие песчинки...)

опечатки кулачков, костяшек пальцев (найти сходство со знакомым предметом – цветок, солнышко, ежик);

скользить ладонями по поверхности песка (зигзагообразные и круговые движения – как машина едет, ползет змея, карусель); то же, поставив ладонь ребром;

«пройтись» поочередно каждым пальчиком правой и левой руки (потом двумя руками одновременно);

«поиграть» пальцами по поверхности песка, как на пианино (движения мягкие «вверх-вниз» - движется вся кисть);

оставлять следы одновременно двумя пальцами, пятью пальцами (вместе пофантазировать: чьи это следы?).

Ценность этих упражнений в том, что наряду с развитием тактильно-кинестетической чувствительности и мелкой моторики мы учим ребенка говорить о своих ощущениях, развиваем речь, произвольное внимание и память. Происходит формирование таких черт личности, как инициативность, самостоятельность, умение решать «проблемы» в уме.

Если ребенок тревожный, плохо идет на контакт, не следует настаивать на том, чтобы сразу после прогулки он пошел в группу.

Если ребенок крайне тревожный, а мама чрезмерно невротизирована, можно рекомендовать ей сначала приводить ребенка только на прогулку или позволить какое-то время присутствовать в группе. Непозволительно, чтобы мама занимала позицию наблюдателя, давала указания воспитателю, приказывала, необоснованно критиковала его в присутствии детей. В таких случаях воспитатель должен обратиться к старшему воспитателю и психологу.

В группе воспитатель должен напомнить ребенку о правилах поведения в ДОУ. Говорить надо четко, громко, ласково глядя в глаза малышу.

Каждый ребенок может принести из дома альбом с тремя-четырьмя фотографиями, где изображены родители, ребенок с любимыми животными или игрушкой. Этот альбом постоянно находится в группе, постепенно пополняется фотографиями ребенка в детском саду. А пока ему будет приятно в часы разлуки взглянуть на маму и папу, убедиться, что они как будто рядом.

Адаптация ребенка к детскому саду – это адаптация в первую очередь семьи. Если родители будут доверять работникам детского сада, адаптация ребенка пройдет быстрее и легче.