

Консультация для родителей «Адаптация. Первые дни, расставание, сон...»

Как определить момент, когда ребенок готов остаться, правильнее сказать, справиться в группе один?

Опирайтесь на свою интуицию. Вы прекрасно знаете своего ребенка и можете его «прочитать». Думаю, многие родители определяют, когда ребенку действительно страшно, трудно оставаться одному или когда он «уже играет» в то, что ему страшно или, когда он уже идет сам. Примерно со второй недели.

На мой взгляд, ребенка точно можно оставлять в группе, когда у него появляется доверие к воспитателям. Ребенок, обращается к ним с вопросами, за помощью, позволяет к себе прикасаться (гладить, поправлять одежду). Может сесть рядом на коврик, поговорить.

Воспитатель – это проводник нового ребенка в группу.

Как долго ребенок будет один находиться в группе – решается индивидуально.

- Вначале это может быть и 5 и 20 минут. Вы объясняете по – честному, что у Вас есть важное дело, Вам нужно уйти. Находите любое дело: отдать документы, сбегать в магазин, встретиться с важным человеком. Договариваетесь с ребенком, уходите и возвращаетесь, как и обещали.

- Вы можете прийти после утренней прогулки.

Первое время кормите ребенка завтраком дома. Дети плохо кушают в новой обстановке, и еда «не мамина». Ребенок находится в стрессовой ситуации и, вряд ли, будет хорошо кушать, хотя бывает иначе.

- Ребенок может даже пообедать в Вашем присутствии.

НЕ рекомендуется «исчезать»:

ребенок отвлекся на игрушку, а мама в это время ушла. Большая вероятность того, что доверие ребенка к Вам будет подорвано, в следующий раз ребенок будет держаться за вас мертвой хваткой, и вам придется отдиравать его пальцы от себя. Болезненно и травматично для всех.

Затем Вы можете оставлять ребенка на дневной сон.

Лучше первые дни забирать его сразу после, как только он проснется.

ВАРИАНТ от Ольги Юрасовой, детского психолога, заведующей частным детским садом: подождать, когда ребенок сам захочет остаться поспать, полежать в кроватке. Конечно, этот вариант займет больше времени и сил, но вполне подходит для ребенка, который никак не готов спать в саду. Не оставлять на сон ребенка сразу. Желание должно "созреть" до такой степени, когда ребенок будет спрашивать "ну, когда же этот день настанет".

Предложение не оставлять ребенка спать при адаптации (через неделю - для старших дошкольников, через 1-2 месяца для 3-4 летних детей - обусловлено больше всего тем, что нагрузка на психику очень велика и она накапливается медленно и постепенно (от массы впечатлений при общении, в игре, от занятий, от режимных моментов, эксплуатируя внимание, восприятие ребенка), и пик его проявится именно через 1-1,5 месяца. Если водить маленького ребенка в режиме полдня и через месяц состояние ребенка стабильно - можно начать пробовать оставаться на сон (+ накопленное желание ребенка). На сон хорошо бы оставлять тоже постепенно: сначала (вторник, среда, четверг), а в понедельник(после выходного) и пятницу (усталость от недели) - короткий день. Как правило, эти дни самые трудные для ребенка.

Расставание в группе:

- Расставайтесь с улыбкой и, по возможности, не долго. Не зря говорят: «Долгие проводы – долгие слезы».
- Не спрашивайте ребенка: «Ну что, ты останешься в группе?». Это ловушка для родителей, и не полезная ситуация для ребенка. Получается, что ребенок сам может решить оставаться там или нет. И если ребенок не мотивирован идти в сад, то вариант очевиден, он скажет «нет» и что???
- Придумайте свои ритуалы прощания и придерживайтесь их.
- Если ребенку трудно расстаться с мамой, то лучше отводить ребенка в сад папе или другому родственнику.
- Договоритесь с воспитателем и позвольте взять ребенку с собой игрушку.
- Договоритесь с ребенком о чем – то хорошем, что будет после детского сада. Например, прокатитесь на автобусе, испечете вместе пирожки, покатаетесь на коньках и т.п. Главное, чтобы это дело было интересным для ребенка и вызывало у него радость.
- И чтобы в садик вы шли в хорошем настроении, утро должно быть приятным и спокойным.

Часто бывает, что дети плачут при расставании. Вначале это нормально, потому что они горюют, волнуются, и к этому нужно быть готовым. Другое дело, если ребенок плачет, например, месяц. В этом случае, вероятно, дошкольное учреждение – не для Вашего ребенка. А по опыту, часто дети

после ухода родителей плачут минут 7 и начинают включаться в групповую жизнь. Иногда некоторые могут в течение дня всплакнуть, такое тоже бывает.

Вначале дети часто задают один и тот же вопрос: «А ты за мной придешь?»

Не надо раздражаться и злиться, думая о том: «Я столько раз уже говорила и всегда приходила!» Малышу важно это слышать ещё и ещё раз: «Обязательно приду. Я тебя очень люблю и обязательно приду за тобой».

Есть ещё закономерный вопрос: «А когда ты за мной придешь?»

Лучше отвечать, ориентируясь на режимные моменты детского сада, например: после сна или после полдника и т.п. Фразы типа: «Закончиться работа и я приду, или приду в 5 часов», ребенку ничего не говорят, если он не ориентируется по часам, да и не во всех группах на стене висят часы.

Важно стараться выполнять обещания. Думаю, что минут 10 – 15 ребенок Вам простит, но если Вы, например, попали в пробку, и предполагаете, что очень опоздаете, то лучше позвонить воспитателю, и попросить сказать об этом ребенку. Ребенок будет знать, что Вы к нему едите, кроме того, он косвенно учится предупреждать о своих задержках, чему Вы потом сами будете рады.

Ещё о важном:

- Все члены семьи должны понимать и принимать важность данного события.
- Дети спрашивают: «Зачем мне идти в садик?» Не всегда убедительно звучит: «Там много игрушек, детей. Там весело, интересно и полезно». Игрушками он доволен дома, с детьми играет на площадке, и с мамой дома ему очень хорошо. А вот с вариантом, что маме нужно заниматься делами и для мамы, в том числе и для всей семьи, это очень важно, приходится считаться.
- Ребенок не хочет кушать в саду. Бесполезно говорить: «Кушай, воспитательницы говорят, что там так вкусно готовят». ЕМУ НЕ ВКУСНО. Лучше постараться разобраться, что не так. Мама готовит иначе – нужно время, чтобы привыкнуть. Картошка в супе большими кусками плавает – попросим нянечку или воспитателя порезать помельче (хотя бы в первое время)...
- После садика ребенок должен находиться в комфортной спокойной

обстановке, а родителям нужно чаще проявлять свою заботу и любовь: играть с ним в любимые игры, чаще обнимать, разговаривать.

- Спокойно относитесь к эмоциональным всплескам и капризам ребенка в это время. Его организм находится в стрессе, и малыш не всегда может себя контролировать, объяснить, что не так.
- Внимательно слушайте, что ребенок говорит Вам после садика. В его вопросах или высказываниях можно услышать о трудных для него моментах в группе.
- Не обсуждайте негативные моменты садика (еда, образование, воспитатели и т.д.) в присутствии ребенка.
- Нельзя пугать ребенка детским садом или говорить ему «в сердцах»: «Ну, когда же ты пойдешь в сад?» Это звучит как наказание, а наказание невозможно полюбить.

Помните, что ребёнку необходимо время для того, чтобы привыкнуть к новой жизни в детском саду.

Верьте в силы и возможности своего ребенка!

Консультацию подготовили воспитатели группы раннего
возраста с 1 до 2 лет №2:

Пиунова Екатерина Олеговна

Квасова Елизавета Андреевна