

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад компенсирующего вида № 401» городского округа Самара.

## **КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

### **«ТИПИЧНЫЕ ОШИБКИ РОДИТЕЛЕЙ В ПЕРИОД АДАПТАЦИИ»**

**Педагог-психолог МБДОУ № 401 Аглиуллина Р.Р.**



## **И снова про адаптацию к садику**

Ребенка можно считать адаптированным к детскому саду при двух условиях:

Ребенок усвоил правила поведения в ДООУ, владеет необходимыми навыками самообслуживания и коммуникационными навыками.

Ребенку психологически комфортно пребывание в детском саду

Иногда педагоги и родители ошибочно считают, что процесс адаптации успешно завершен только при выполнении первого условия. Ребенок послушен, самостоятелен, «удобен». Не демонстрирует агрессивность, конфликтность, не плачет. И упускают из внимания факт психологического дискомфорта, хотя ребенок замкнут, подавлен, часто болеет, не включается в игры со сверстниками, испытывает состояние тревоги.

Ребенок, придя в садик, должен уметь сам держать ложку, но также и даже более важно – уметь справляться с тревогой. Дети нередко разрабатывают свои собственные способы совладания со стрессом и тревогой. Например, ребенок может выработать особый ритуал прощания. Или носить в садик любимую игрушку. Картина адаптации любого ребенка диагностична. Сложнее адаптируются дети единственные и чрезмерно опекаемые, привыкшие к тому, что их постоянно занимают, ласкают. Холерики, особенно мальчики, нелегко переносят недостаток активности и движения в детском саду. Флегматичные дети не успевают за темпом жизни детского сада: не могут быстро одеться, собраться на прогулку, поесть. Быстрее привыкают к новым условиям сангвиники. Сложнее адаптируются мальчики, чем девочки. Эмоциональная привязанность к матери у мальчиков выражена сильнее.

## Типичные ошибки родителей в период адаптации

- **Недооценивание** важности периода адаптации, резкое погружение ребенка в среду ДОО, когда мать, вопреки рекомендациям психолога, стремится оставить ребенка сразу на целый день. В это время предпочтительно находиться в непосредственной близости от детского сада и быстро явиться по срочному вызову в случае осложнений в адаптации (непрекращающийся плач, расстройства сна, повышение температуры)
- **Нарушение принципа систематичности**, последовательности (сегодня пойдём в садик, завтра не пойдём, потому что проспали, лень, просто маме не хочется, «он сегодня так плачет, что боюсь оставлять»)
- **Внезапное исчезновение при прощании**, когда мать старается отвлечь ребенка и уйти незаметно, считая, что тем самым она избегает стресса расставания. Мама то исчезает во время завтрака, то во время прогулки – формируется недоверие к маме, к миру, страх, что мама может исчезнуть в любой момент даже дома. Лучше всего придумать ритуал прощания, который будет повторяться каждый день.
- **Несоответствие питания**. Некоторые родители длительное время кормят детей «баночным» детским питанием. Ребенок, получающий дома только протертую пищу приходит в садик с несформированным навыком жевания. Ребенок, привыкший есть макароны и пельмени, вероятно, будет отодвигать овощное рагу.
- **Несоблюдение единства требований дома и в ДОО** («пусть ест руками, лишь бы ел», кормление дома «на ходу», перед телевизором, «а он всегда дома голым бегаёт») Часто встречающаяся ситуация: ребенок, засыпающий дома только в процессе укачивания – становится настоящей проблемой для воспитателей в тихий час.
- **Несоответствие режима дня**. Приучать ребенка к раннему подъему необходимо еще до поступления в сад. В идеале, ребенок должен сам

просыпаться в нужное время – это поможет избежать капризов, вызванных недосыпанием и переутомлением. Обязателен дневной сон.

- Научить ребенка полностью себя обслуживать – это хорошо, но не всегда возможно в силу возраста. Научите ребенка просить о помощи и спокойно ждать своей очереди (воспитатель слышит твою просьбу, но сначала поможет Ване и Кате)
- Невнимание к социализации. Ребенка необходимо заранее готовить к общению с другими детьми и взрослыми, наблюдать за особенностями его поведения (стесняется, уединяется, конфликтует, дерется или же легко находит общий язык, контактирует со сверстниками, тянется к общению, раскован). Ребенка нужно приучить, что мама и папа могут уйти по делам, но через какое-то время обязательно вернуться. До садика у ребенка должен быть опыт разлуки с мамой.
- Неправильный настрой ребенка на посещение детского сада. Некоторые родители рисуют малышу идиллические картины его жизни в детском саду. Другие угрожают ребенку детским садом как наказанием за непослушание. Лучше всего занять позицию осознанной необходимости. Формированию неправильного настроения способствует высказывание взрослыми негатива, недовольства садиком и его сотрудниками в присутствии ребенка. Стоит избегать разговоров о слезах малыша с другими членами семьи в его присутствии. Но обязательно показывать значимость его нового статуса.
- Стремление развлечь ребенка в этот трудный для него период походами в цирк, зоопарк, кафе. Этим еще сильнее нагружается нервная система ребенка. Лучше больше проводить времени в привычной домашней обстановке, играя и разговаривая с малышом.
- Наложение кризисов, когда начало посещения детского сада, совпадает с изменением состава семьи или переездом. Например, папа оставил семью и маме необходимо выйти на работу. Или родился еще один ребенок. Отдавать в садик старшего ребенка желательно до появления

малыша, чтобы он не воспринял это как изгнание, потому что новый ребенок занял его место.

- **Чрезмерная тревожность, озабоченность.** Если мать с опаской ждет, что ребенок заболит, он непременно заболит, чтобы оправдать ее надежды. Если мать долго прощается с ребенком с обеспокоенным выражением лица, а, приходя за ним, тревожно осматривает на предмет ушибов, покраснений, симптомов недомогания – ее тревога, несомненно, перейдет и ребенку. Прежде всего, в такой ситуации свое внутреннее состояние должна изменить мама.
- **Незаинтересованность в адаптации** ухаживающего взрослого. Например, ребенка в садик водит няня, которая сидела с ним с полугодовалого возраста. Чем дольше и болезненнее будет адаптация ребенка, тем нужнее будет няня, а няня в этом материально заинтересована. Еще пример: бабушка, которая внутренне противится решению родителей отдать ребенка в садик, и сама желает заботиться о внуке.
- Случается, что мама, не видящая себя вне ситуации ухода за ребенком, испытывает особое удовольствие, когда малыш плачет и не хочет идти в детский сад, тем самым, транслируя ему на подсознательном уровне свою заинтересованность в таком поведении. Мною замечено, что дети работающих матерей адаптируются легче.
- **Отсутствие необходимости в посещении ДОО.** Родители сомневаются в целесообразности "садиковского воспитания" и любые колебания родителей ребенок использует для того, чтобы воспротивиться расставанию с ними, его поведение может стать манипулятивным.
- **Неготовность родителей к негативной реакции** ребенка на дошкольное учреждение. Как бы это странно не звучало, но плач при адаптации – это норма. И чем громче плач, тем скорее он закончится. Ребенку нужно время и возможность «отгоревать», пережить потерю каких-то

удовольствий домашней жизни. И тогда он сможет полюбить садик и испытать радость от игры со сверстниками.

Берегите своих детей,  
Их за шалости не ругайте.  
Зло своих неудачных дней,  
Никогда на них не срывайте.  
Не сердитесь на них всерьез,  
Даже если они провинились,  
Ничего нет дороже слез,  
Что с ресничек родных скатились.

**УДАЧИ! ЛЮБВИ! ТЕРПЕНИЯ!**