

Консультация для родителей

«Что такое адаптация?»

«Воспитывает всё: люди, вещи, явления,
но прежде и дольше всего – люди. Из них
на первом месте родители и педагоги».

А.С. Макаренко, выдающийся советский педагог.

Что такое адаптация? Адаптация - это приспособление или привыкание организма к новой обстановке. Для ребенка детский садик, несомненно, является новым, еще неизвестным пространством, с новым окружением и новыми отношениями.

Адаптация не всегда, но иногда протекает сложно с массой негативных изменений в детском организме. Эти изменения происходят на всех уровнях, во всех системах. Только обычно видна только одна часть айсберга – поведение. Попадая в новый для себя коллектив, малыш постоянно находится в сильном нервно – психическом напряжении, не прекращающемся ни на минуту. Он на грани стресса или в полной мере испытывает его.

Проблемой адаптации занимались многие педагоги, психологи, медики, такие как: Н.М. Аксарина, Н.П. Жукова, Н.Д. Ватутина, Л.Н. Павлова, Л.С. Выготский и многие другие.

Но, давайте, все – таки уточним, что именно провоцирует стресс у ребенка в подобной ситуации.

В первую очередь - это отрыв от мамы, ведь большинство малышей привязаны именно к ней. Конечно же, малыш неразрывно связан с мамой – это главное, что у него было, вернее, есть и будет. И вдруг, его любимая и самая прекрасная мама на свете, бросила его на произвол судьбы среди новой обстановки и незнакомых ему ранее детей, которым нет до него дела. И чтобы в этой новой обстановке продержаться, ему необходимо здесь вести себя как дома. Но он не знает этой новой формы поведения и от этого страдает, боясь сделать что – то не так. А страх поддерживает стресс, и образуется

порочный круг, который все – таки в отличие от всех других кругов имеет точное начало – отрыв от матери, разлука с ней, сомнения в ее безграничной любви.

К тому же нелишним будет вспомнить кризис трех лет, который может наслоиться на период адаптации ребенка. В это время малыш впервые ощущает себя как личность и хочет, чтобы это видели другие.

Поэтому малыш весь на приделе, отстаивая перед нами свою личность, и его психика становится более восприимчивой к воздействию различных обстоятельств окружающей среды.

Как бы мы ни готовили ребенка к яслям, особенно в первые дни, все равно он находится в состоянии стресса. Это проявляется в отказе от пищи, негативном эмоциональном состоянии, ухудшении самочувствия. Малыш беспокойно спит или не спит вообще, жметя к взрослым или, наоборот, отказывается от контактов с ними.

Период адаптации – тяжелое время для малыша. Но в то же время тяжело не только детям, но и их родителям. Поэтому очень важна совместная работа воспитателя с родителями.

Потому, как дети адаптируются к детскому саду, их можно разделить на три основных группы, с различными степенями адаптации: легкую, среднюю и тяжелую.

Легкая адаптация. Наибольшая половина детей составляет эту благополучную группу. Период такой легкой адаптации составляет 3 - 4 недели. С таким ребенком почти нет хлопот, и изменения, которые видны в его поведении, обычно кратковременны и незначительны, поэтому ребенок не болеет.

Ребёнок спокойно входит в группу, внимательно осматривается, прежде чем остановить своё внимание на чём-либо. Он смотрит в глаза незнакомому взрослому, когда тот к нему обращается. Ребёнок вступает в контакт по своей инициативе, может попросить о помощи. Умеет занять себя сам, использует в игре предметы-заменители. Ребёнок придерживается установленных правил поведения, адекватно реагирует на замечание и одобрение, корректируя после них своё поведение. Он умеет играть рядом с другими детьми, доброжелателен к ним.

Средняя адаптация. К данной группе относятся дети, чья адаптация проходит чуть дольше, чем 3 – 4 недели. Здесь срок может затянуться до 12 недель. Реакция детей на такую адаптацию выражается в их частой заболеваемости. В саду вновь пришедшие дети начинают «обмен инфекциями». Подобную «прививку» могут выдержать далеко не все дети – у многих начинаются ОРЗ и прочие неприятности. При этом типе адаптации заболеваемость ребенка может снизить врач. Чем раньше он назначит лечебные мероприятия, тем меньше вероятность, что малыш заболеет, а значит, адаптация его приблизится к благоприятной. И это, в свою очередь, поможет адаптироваться ребенку в дальнейшем, когда он переступит порог школы.

Поведение ребенка в этот период следующее: малыш вступает в контакт, наблюдая за привлекательными действиями воспитателя, либо через включение телесных ощущений. Напряженность первых минут постепенно спадает, ребёнок может вступать в контакт по своей инициативе, может развернуть игровые действия. На замечания и поощрения реагирует адекватно, может нарушать установленные правила и нормы поведения.

Тяжелая степень адаптации. В этой группе находятся дети, которые реагируют на перемену обстановки нервным срывом, к этому еще прибавляются и простудные заболевания. Этот наиболее неблагоприятный период длится от 3-х до 6 месяцев, в редких случаях до 9 месяцев.

Поведение ребенка в этот период: Контакт с ребенком удастся установить только через родителей (в худшем случае с ребёнком не удастся наладить контакт вообще). Малыш переходит от одной игрушки к другой, ни на чем не задерживаясь, не может развернуть игровых действий, выглядит встревоженным, замкнутым. Замечание или похвала воспитателя оставляют ребенка либо безучастным, либо находятся в слиянии с ребенком, сомневаются в том, что он сможет освоиться в детском саду.

Работа с родителями в адаптационный период «условно» выражается в следующих формах:

Информационно – аналитическая форма, которая позволяет собрать, обработать и использовать необходимые данные о семье воспитанника, об общекультурном уровне его родителей, об отношении в семье к ребенку, запросах, интересах, потребностях.

Наглядно – информационная форма, которая решает вопросы организации общения педагогов и родителей, а также решают задачи ознакомления родителей с условиями, содержанием и методами воспитания детей в условиях ДОО, позволяют правильно оценить деятельность педагогов, пересмотреть методы и приемы семейного воспитания.

В период адаптации воспитателю необходимо как можно чаще проводить работу с родителями, которая может быть выражена именно так:

Беседа. Разговоры с родителями очень важны. Ведь именно тогда воспитатель может узнать о привычках и характере ребенка. А родитель, в свою очередь, о его поведение в саду, о том с кем играл, что именно делали.

Информационные ширмы. С их помощью родители получают дополнительную информацию о закаливании, болезнях, питании детей, о том, что делать, чтобы адаптационный период прошел быстро и безболезненно для малыша. Такие ширмы выставляются в приемной и обновляются с периодичностью 1 раз в 2 недели.

Анкетирование. Для родителей созданы такие анкеты, как «Давайте познакомимся», «Ваши взаимоотношения с ребенком». Они очень помогают воспитателям более близко узнать малыша и его повадки, его окружение.

Интернет-ресурс:
<https://www.maam.ru/detskijсад/doklad-cto-takoe-adaptacija.html>

<https://www.maam.ru/detskijсад/doklad-cto-takoe-adaptacija.html>