

## «Причины и последствия дезадаптации ребенка к детскому саду»

У каждого ребенка процесс привыкания к садик у проходит по-особенному. Большинство детей успешно адаптируется к изменившейся обстановке за три-четыре месяца. Но иногда происходит так, что адаптация малыша к условиям детского сада существенно затягивается или оканчивается полным крахом. В этом случае можно судить о дезадаптации. И я сейчас говорю не о первых днях, когда сложности испытывают все дети, а о длительном сроке от года и больше, когда каждое утро начинается с плача и просьб крохи остаться с любимой мамочкой, бабушкой, дедушкой дома.

Полная дезадаптация – довольно редкий процесс, и только один из ста детей оказывается несадиковым. Однако всем родителям необходимо знать признаки нарушенных адаптационных возможностей ребенка, чтобы суметь вовремя заметить тревожные «звоночки» в поведении собственного чада. Нежелание замечать эту ситуацию может привести к нарушениям в развитии малыша и целому комплексу психологических и физиологических проблем. Причины дезадаптации малыша в детском саду.

Итак, от чего же зависит низкий уровень социальной и психологической адаптации детей к дошкольному учреждению?

1. Основная причина – неумение контактировать со сверстниками, делиться игрушками, вступать в игру. Это свойственно как «отвергаемым» детям, которые растут в излишне строгих условиях, без любви и ласки, так и избалованным малышам, привыкшим к тому, что все их капризы и шалости постоянно сходят с рук. Таким дошкольникам в садике приходится нелегко, поскольку одноклассники не желают с ними общаться.

2. Стеснительность и робость тоже приводит к определенным проблемам. Неуверенные в себе детки являются излюбленной мишенью для забияк. У малыша, который не умеет за себя постоять.

3. Распространенная причина, которая частично вытекает из предыдущего пункта, – неподготовленность малыша к детскому саду. Трехлетнему ребенку нельзя просто так сказать, что с завтрашнего утра он станет дошкольником, его необходимо долго подготавливать к новому длительному этапу жизни.

4. Чрезмерная разбалованность – родители идут на поводу ребенка.

5. Многообещающие сказки про то, что его заберут через часок, после обеда и т.д. У ребенка складывается не доверие (обида). Нет положительного настроения на детский сад.

Признаки и последствия дезадаптации. Первый симптом начинающейся дезадаптации – отказ малыша ходить в детский сад. Повторю еще раз, я говорю не о первой неделе детей в саду, когда отсутствие желания является вполне естественной реакцией, а о гораздо более длительном периоде. Если каждое утро ребенок рыдает на пороге группы, не хочет посещать детский сад.

Если адаптационные процессы у ребенка нарушены, то в дальнейшем у него появляются и другие признаки дезадаптации, которые плавно переходят в последствия:

1. Возникают нарушения засыпания и ночного сна, когда кроха вскакивает посреди ночи и начинает плакать. Это говорит о сильнейшем стрессе, который малыш пережил в течение дня.

2. У крохи значительно снижается уровень сопротивляемости к простудным и инфекционным заболеваниям. Неудивительно, что малыш болеет даже от легкого сквозняка. Ситуация усугубляется тем, что ребенок, возвращаясь в садик после выздоровления, снова проходит адаптацию.

3. Появляются проблемы со стулом. У малыша начинаются запоры, потому что он боится или стесняется ходить в горшок в детском саду, или, напротив, жидкий стул на нервной почве перед посещением детского сада.

4. Значительно снижается аппетит, ребенок часто отказывается кушать в детском саду, а попытки его покормить заканчиваются рвотой. Некоторых детей даже тошнит от запаха еды в саду.

5. Из-за нежелания ходить в детский сад ребенок нередко прибегает к манипулированию родителями: плачет, капризничает, требуя возврата к прежней домашней жизни. Он как бы вовлекает взрослых в затяжную «войну», где вопрос «кто кого?» решается то в пользу родителей, то в пользу малыша. Действия ребенка выстраиваются приблизительно по такой схеме: сначала в ход идут просьбы и рассказы о том, как все плохо в детском саду, если это не помогает, начинаются слезы и истерики. Что делать для того, чтобы ребенок быстрее привык к детскому саду? Ребенок должен с первого дня знать, что выбора у него нет — посещение детского сада неизбежно. Тогда все свои усилия он станет направлять на поиск положительных моментов происходящего.

### **Несколько рекомендаций и правил для родителей:**

- Беседуйте с ребенком о том, что такое детский сад, зачем он нужен. (Там интересно, будешь играть с другими детьми, рисовать и делать выставки рисунков и поделок. С воспитателями будете устраивать праздники. Будет красочно, ярко, весело на праздниках в детском саду и т.п.)

- Расскажите ему, что в детском саду он сможет приобрести новых друзей. Научите его примерным фразам, словам, какими он сможет обращаться к новым своим друзьям.

- Обязательно поговорите с ним о роли воспитателя. Научите ребёнка, как обращаться к воспитателю, как правильно заявлять о своих потребностях. Предупреждайте ребёнка, что могут быть и трудности из-за того, что там деток много, а воспитатель один. Обучайте его терпению.

- С самого детства всем родителям необходимо учить ребёнка уважать взрослых людей, обращаться к ним на «вы» и прислушиваться к их советам. Этого можно достигнуть только тогда, когда в вашей семье взаимопонимание и взаимоуважение.

- Для того чтобы ваш ребёнок рос уверенным в себе, общительным и дружелюбным человеком, с самого детства надо приучать его к общению с

ровесниками. Приглашайте к себе домой других детей. Такие мероприятия положительно влияют на дальнейшее развитие ребёнка.

- Многие дети очень бурно проявляют свои эмоции. Но когда они попадают в общество, необходимо учиться их контролировать. Родителям необходимо обязательно учить ребёнка сдерживать свои негативные эмоции.

- Отправляйте ребенка в детский сад лишь при условии, что он здоров.

- Подбадривайте ребёнка тем, что он уже большой и ходит в детский сад.

- Создайте спокойную обстановку в семье, оберегайте ребёнка от дополнительных стрессов.

- Участвуйте в жизни ребёнка, радуйтесь его успехам и творчеству.

- Каждому ребёнку просто необходимо слышать слова одобрения. Родители должны очень внимательно относиться к своему ребёнку. Если вы заметили, что он старался и трудился, то его непременно нужно похвалить.

- Убедитесь в собственной уверенности, что в вашей семье детский сад необходим. Ребёнок отлично чувствует, когда вы сомневаетесь в целесообразности садовского воспитания. Любые ваши колебания ребёнок использует для того, чтобы воспротивиться расставанию с родителями. Легче и быстрее привыкают дети, у родителей которых нет альтернативы детскому саду.

- Ребенок должен понять, что быть в детском саду обязательно и за это он не будет получать какое-либо вознаграждение. Родители не должны баловать ребёнка таким образом. Иначе это может обернуться тем, что он будет шантажировать вас.

- Поддерживайте отношения с воспитателями и другими родителями.

- Конфликтные ситуации, недоразумения с воспитателями решайте без агрессии и не в присутствии ребенка. Не критикуйте детский сад, не возмущайтесь недостаткам работы дошкольного учреждения при ребенке.

- Старайтесь посещать все собрания и занятия для родителей.

Уважаемые родители, в ваших силах сделать так, чтобы детский сад стал для ребенка «вторым домом», где уютно, комфортно, весело, где ждут заботливые воспитатели и хорошие друзья. Выполняйте простые правила, и вам не придётся переживать за своего ребёнка, отдавая в детский сад.

Успехов Вам!

