Адаптация детей 2 лет к дошкольному учреждению.

СЛОЖНОСТИ И ПРОБЛЕМЫ

Привыкание маленьких детей к дошкольному учреждению имеет свои особенности. Родителям и воспитателям важно понимать, как правильно общаться с ребенком, на что стоит обратить внимание. Трехлетка уже владеет речью, первичными навыками самообслуживания.

Двухлетний же малыш менее приспособлен к самостоятельности и нахождению даже некоторое время вдали от привычной обстановки. Считается, что именно в этом возрастном периоде адаптация проходит сложнее.

Двухлетка может часто болеть, плакать, когда его ведут в садик. Кроме того, он быстро устает: в группе много других детей, с которыми приходится общаться, появляется необходимость соблюдать определенный распорядок дня.

Какие сложности могут возникнуть:

* отказ участвовать в жизни группы, общаться с другими детьми;
* эмоциональная нестабильность, частые истерики;
* сложности привыкания к яслям;
* отказ есть пищу в саду;
* не хочет спать;
* низкий уровень активности, не хочет играть с предметами, отсутствует любознательность.

КАК ОПРЕДЕЛИТЬ, КАКАЯ СХЕМА ПОДОЙДЕТ РЕБЕНКУ?

Определяя схему адаптации двухлетки к саду, учитывают психические особенности, развитие навыков самостоятельности. Необходимо посмотреть:

1. насколько хорошо малыш идет на контакт;
2. проявляет ли любопытство;
3. испытывает сильный стресс при нахождении в группе.

Учитывают и степень психологического развития. При отклонениях от нормы используют особые схемы адаптации.

Привыкание к яслям предполагает контакты со сверстниками. Если малыш раньше мало общался с другими детьми, то могут возникнуть проблемы с установлением отношений с другими членами группы.

Перед тем, как отправить его в садик, желательно побеседовать с психологом. Обязательно следует поговорить с воспитателем, который поможет выбрать более правильную тактику адаптации к новым условиям.

Как бы не проходил процесс привыкания, первое время малыш все равно будет находиться в состоянии стресса. При легкой степени адаптации малыш уже на 7-10 день привыкает к новой обстановке. При средней и тяжелой степени требуется коррекция.

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОБЛЕГЧЕНИЮ ПРОЦЕССА

Чтобы малыш быстро и безболезненно адаптировался к новой для себя обстановке, важно выбрать правильную тактику. Воспитатель контролирует процесс внутри группы. Но и родители должны участвовать в адаптации детей.

***Что делать родителям:***

* создавать позитивный настрой перед посещением сада;
* при расставании общаться с малышом спокойно, сказать ему, что он может поиграть с детишками, а затем мама за ним придет;
* первые дни оставлять на несколько часов, можно сначала привести только на прогулку, чтобы малыш познакомился с группой, мог поиграть с другими детьми;
* соблюдать дома такой же режим дня, как и в ДОУ;
* время нахождения в саду увеличивать постепенно, не надо сразу оставлять малыша на полный день;
* посещать сад регулярно;
* придумать ритуалы прощания и встреч.

***Что делать воспитателям:***

* создавать в группе эмоционально благоприятную атмосферу;
* уделять особое внимание детям, которые начали недавно посещать садик;
* помогать формировать у ребенка чувство уверенности. Он должен чувствовать себя в безопасности, не бояться обращаться к воспитателю за помощью;
* следить за здоровьем малышей, настроением, предотвращать конфликтные ситуации;
* проводить беседы с родителями, рассказывать, как вел себя малыш, что он делал, насколько хорошо и быстро адаптируется к новым условиям.

Психологическую атмосферу формируют взрослые. Родителям важно создавать позитивное восприятие детского сада. Воспитателям – комфортную обстановку в группе.

КАК ПОНЯТЬ, ЧТО ПЕРИОД ПРОШЕЛ УСПЕШНО?

Есть основные признаки, по которым можно судить, что период привыкания пройден успешно:

1. Малыш спокойно расстается с родителями, у него хорошее настроение, когда он уходит в группу и возвращается вечером.
2. Даже если при расставании плачет, быстро успокаивается, чувствует себя комфортно.
3. Контактирует с другими детьми.
4. Проявляет любопытство, изучает игрушки.
5. Не боится обращаться к воспитателю в случае необходимости.
6. Спокойно засыпает.
7. Ест самостоятельно.
8. Усвоил правила детского сада.

Малыш, который адаптировался к садику, будет рассказывать, что в группе происходит, как он играл с другими детьми, что видел. Он без проблем утром собирается, зная, что вечером родные заберут его домой.

ОШИБКИ

Никто не застрахован от неправильных действий, но все-таки некоторых ошибок лучше избегать. Ошибки родителей:

* сразу оставлять в детском учреждении на полный день;
* обесценивать страхи, чувства ребенка;
* ругать, если малыш плачет;
* проявлять раздражение, гнев, если сын или дочь долго собираются в садик, не хотят там оставаться;
* обманывать – если обещали забрать до «тихого часа», надо обязательно это сделать;
* наказывать садиком: говорить, что если будет себя плохо вести, пойдет в сад;
* подкупать сладостями, игрушками;
* отправлять в сад заболевшего малыша.

Ошибки воспитателей:

* игнорировать, если малыш замыкается, не хочет контактировать с другими детьми, долго плачет;
* заставлять есть насильно;
* ругать, если он боится проситься на горшок, не владеет навыками самообслуживания – не может раздеться, есть ложкой. В этих случаях ему надо помочь;
* не рассказывать родителям, как ребенок вел себя, чем он занимался;
* надолго оставлять в одиночестве;
* не реагировать на просьбы о помощи.

Родители должны не бояться общаться с воспитателем, спрашивать, как малыш вел себя, как кушал, спал, контактирует ли с другими детьми.

ПЛЮСЫ И МИНУСЫ ПРИВЫКАНИЯ К САДИКУ В ДВУХЛЕТНЕМ ВОЗРАСТЕ

В ранней адаптации к яслям есть как отрицательные, так и положительные моменты.

***Плюсы:***

* Более ранняя социализация, связанная с тем, что приходится активно взаимодействовать со сверстниками.
* Положительно влияет на развитие речи, так как малыш вынужден общаться с другими детьми и воспитателями.
* Обучение навыкам самостоятельности.
* Налаживается режим сна, кормления – дома распорядок дня более свободный.

***Минусы:***

* Посещение детского сада в таком раннем возрасте рекомендуется не всем детям.
* Некоторые двухлетки тяжело переносят даже кратковременную разлуку с мамой.
* Малыш может стать более капризным, так как нарушается привычный образ жизни.
* Частые заболевания, особенно у детей с ослабленным иммунитетом.

Адаптация ребенка в детском саду в 2-3 года.

Практически каждый родитель сталкивается с тем, что их малыш должен идти в детский сад. Это событие - стресс для всех. Ребенок попадает в новое общество и привыкает к нему. Всегда лучше заранее начать адаптацию: вводить беседы, занятия и режим за 3 месяца до поступления в детский сад. Психологи называют адаптацией процесс приспособления организма к новым условиям, который требует больших энергетических затрат. Но что делать, если ребенок попадает в детский сад без такой «домашней» адаптации? Как помочь ему справиться со стрессом? Залогом успешной адаптации является психическое и физическое здоровье в первую очередь малыша, а также его родителей.

**Стадии адаптации**

  **Легкая адаптация:** отсутствие слез, заинтересованностью в общении с ровесниками, открытое общением с воспитателем и родителями, проявление интереса к занятиям. Если все эти характеристики соблюдены и адаптация заняла 2-4 недели, можно утверждать, что она прошла легко, и ребенок перенес минимальный стресс.

**Адаптация средней тяжести** характеризуется тяжелой разлукой с мамой (слезами при расставании и упоминании этого слова, истериками), иногда повышением температуры на фоне стресса. Такая адаптация длится до 1.5 месяцев. После нее ребенок активно включается в игру, общается с другими воспитанниками и воспитателем. Новые правила и режим становится для него привычным. На занятиях у ребенка проявляется усидчивость.

**Тяжелая адаптация** характеризуется слезами, истериками, отсутствием желания общаться находясь как в саду так и дома, боязнь заходить в группу. Такие дети могут плакать на протяжении всего дня, их поведение агрессивное (толкают других воспитанников, ругаются на воспитателя), не принимают новые правила и режим, отказываются от еды, гигиенических мероприятий и укладывания на дневной сон. Адаптация такого ребенка может длится от 2 месяцев и более. Иногда речь идет о полной дезадаптации

и неспособности посещать ДОУ впоследствии.

 Стадии адаптации являются и этапами. Тяжелый этап длится около 1-1.5 месяцев, далее средний 2-3 недели и в итоге ребенок приходит к полной адаптации и с легкостью и желанием посещает детский сад.

**Помощь ребенку в период адаптации в дошкольном учреждении.**

Адаптация это совместная работа воспитателя и родителей.

1. Говорите про детский сад только в положительном ключе. Не пугайте им.

2. Следует привести домашний режим ребенка к режиму в ДОУ (прием пищи, сон, занятия).

3.Вводите новые пищевые привычки, ознакомившись с меню в ДОУ.

4. Больше говорите ребенку как вы его любите, хвалите его.

5. Не давите. Если ребенок не готов к определенному этапу адаптации (излишне эмоционален, проявляет агрессию) значит нужно чуть больше времени перед переходом к следующей стадии.

6. Расширяйте круг общения ребенка. Посещайте детские площадки, где малыш научится общаться. Не стоить нервничать в момент передачи ребенка воспитателю. Дети чувствую эмоциональное состояние родителей.

7. Прививайте самостоятельность.

**Как понять, что ребенок готов перейти к новому этапу адаптации?**
Каждый малыш должен пройти следующие этапы:

1.       Разлука с родителями;

2.       Прогулка в ДОУ

3.       Питание в ДОУ;

4.       Занятия в ДОУ

5.       Сон в ДОУ

Первый и второй этап проходит в первые две недели. В это время не стоит оставлять ребенка в саду на сон. Это время  для принятия новой обстановки, нового коллектива и новых средств коммуникации. Оптимальное пребывание ребенка в этот период от 1 до 4 часов.

Третий этап характеризуют следующие сложности: отказ от еды в силу нестабильного психического состояния (стресс), отказ от еды в силу сформировавшихся пищевых привычек. Этот этап может занять чуть больше времени. Старайтесь не оставлять голодного ребенка в саду более чем на 4 часа. Вводите новые блюда для формирования новых пищевых привычек.
Если первые этапы были успешно пройдены, дети перестали плакать и почувствовали себя уверенно в детском саду, то они с интересом приступят к занятиям. Оптимально начинать занятия с выполнения творческих работ спустя месяц. В этот период они начинают демонстрировать свою самостоятельность. Выявляются особенности развития мелкой моторики, логичности мышления. Дети учатся правильно выполнять просьбы и инструкции воспитателя.

Самый сложный этап это сон. В этом вопросе нет сроков. Если вы уверены, что ребенок готов остаться на дневной сон, что укладывание и пробуждение в незнакомой обстановке в отсутствии мамы не будет стрессом, то можете оставить ребенка. НО важно помнить, что режим сна в детском саду и режим сна дома часто не совпадают. Если вы решили оставлять малыша на тихий час, то сообщите воспитателю сколько часов спит ребенок, и постарайтесь забрать его сразу после пробуждения. Такая практика длятся около 1-2 недель. Особенно в первую неделю ребенку важно видеть маму после пробуждения, тогда и настроение будет отличное.

**Советы родителям**

Самый главный совет, который воспитатели могут дать – будьте терпеливы. Терпеливы к капризам, перепаду настроения, ведь этот этап взросления для ребенка является стрессом. Проводите больше времени с ребенком, рассказывайте о садике в положительном ключе, обращайте внимание на эмоциональное состояние ребенка, старайтесь не перегружать его. Все дети уникальны и только вы знаете своего малыша на лучше всех. Следите за его адаптацией, она должна проходить плавно, прислушивайтесь к воспитателю и работайте с ним сообща. Не расстраивайтесь, если адаптация идет не так как хотелось бы, главное сохранить физическое и психическое состояние ребенка.