

# СЕМИНАР-ПРАКТИКУМ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

## на тему «ПРОБЛЕМА АДАПТАЦИИ РЕБЕНКА К ДЕТСКОМУ САДУ»

Семинар проводит психолог, помогают воспитатели ясельных групп.

**Цели семинара:** дать родителям представление о том, что длительность и характер адаптационного периода зависят от того, насколько малыш подготовлен в семье к переходу в детское учреждение; помочь сформировать такие стереотипы в поведении ребенка, которые помогут ему безболезненно войти в новые для него условия; нейтрализовать факторы риска, связанные с условиями социальной среды; помочь правильно организовать первые дни пребывания ребенка в яслях-саде; побудить близких ребенку людей выбирать педагогически целесообразные методы воздействия на малыша.

**Задачи семинара:** показать родителям значимость проблемы адаптации и возможности ее решения; предупредить возможную передачу тревоги и нервного возбуждения от матери к ребенку; создать условия для благополучного включения ребенка в новую социальную среду; устранить противоречия между возможностями ребенка и требованиями среды; продумать алгоритм совместных действий с родителями; раскрыть роль семьи в решении данной проблемы.

### 1. Начальная дискуссия

Родителям предлагают задуматься о том, нужен ли ребенку детский сад и необходима ли ему помощь со стороны близких людей в период поступления в дошкольное учреждение. Родители должны знать, что лучший возраст для успешного и скорейшего привыкания ребенка к режиму детского сада от двух до трех лет.

Преимущества пребывания ребенка в детском саду:

- четкое соблюдение режима дня, и соответственно – режима питания, отдыха, сна;
- развитие у ребенка самостоятельности, навыков самообслуживания;
- наличие системы занятий с детьми, ориентированной на физическое развитие, развитие речи, интеллекта, кругозора, художественных и музыкальных способностей;
- разнообразие игровой деятельности, наглядного материала, примеров для подражания в процессе игровых действий, отношений; постоянное руководство со стороны взрослого;
- формирование умения общаться со сверстниками, жить в коллективе (уступать, помогать, делиться, взаимодействовать с позиции сотрудничества).

### 2. Ознакомление родителей с основными показателями изменений в поведении ребенка в период адаптации к дошкольному учреждению.

Для работы выбрана система 9 показателей ( по материалам А. Баркан).

#### 1. Эмоции ребенка.

В первые дни пребывания ребенка в детском саду положительные эмоции чаще всего выражены незначительно – обычно в момент ориентировочных реакций на новизну, яркость раздражителя. Отрицательные эмоции, как правило, проявляются у каждого ребенка. Однако степень их проявления различна: от хныканья, плача «за компанию» до постоянного, приступообразного плача. обычно дольше всех из отрицательных эмоций сохраняется так называемое хныканье, с помощью которого ребенок стремится выразить протест при расставании с родителями. Наибольшую опасность представляют состояния стрессовых реакций: страха, гнева, депрессии. Нет ни одного ребенка, который не испытал страх хотя бы раз в период адаптации к условиям детского сада. В этот период ребенок раним настолько, что поводом для гнева может послужить все что угодно! В ребенке словно заложена пороховая бочка... Но на смену всем отрицательным эмоциям обязательно приходят положительные, что свидетельствует о завершении адаптационного периода.

#### 2. Социальные контакты



В первые дни пребывания в дошкольном учреждении у ребенка обычно снижается степень социальных контактов. Дети более напряжены, замкнуты, беспокойны, малообщительны. Общение со взрослыми и сверстниками налаживается постепенно.

### 3. Познавательная деятельность

В начале пребывания ребенка в детском саду познавательная деятельность, как правило, снижается или совсем угасает на фоне стрессовых реакций. Нередко ребенок не интересуется даже игрушками.

### 4. Социальные навыки

Под влиянием новых внешних воздействий первое время малыш может частично или почти целиком утратить все усвоенные дома навыки самообслуживания. Например, умение пользоваться ложкой, носовым платком, умываться и т.д. Однако в процессе адаптации он не только вспоминает забытые навыки, но и усваивает новые.

### 5. Особенности речи

У некоторых детей словарный запас скудеет, иногда они начинают употреблять «облегченные слова».

### 6. Двигательная активность

Редко сохраняется в пределах нормы. Ребенок может быть сильно заторможен или неуправляемо гиперактивен. При анализе двигательной активности ребенка необходимо учитывать его темперамент.

### 7. Сон

Вначале ребенок засыпает не сразу, порой всхлипывает, внезапно пробуждается или практически не спит. По мере привыкания ребенок начинает своевременно засыпать и пробуждаться.

### 8. Аппетит

Нормализация пониженного или повышенного аппетита, как правило, сигнализирует о привыкании ребенка к условиям дошкольного учреждения.

### 9. Здоровье

Снижается сопротивляемость организма. И ребенок может внезапно заболеть, без видимых причин. Как правило, болезнь протекает без осложнений.

## **3. Беседа по результатам анкетирования. Знакомство взрослых с основными правилами поведения в период, когда ребенок начал посещать дошкольное учреждение.**

Желательно вначале приводить ребенка в садик на 1-2 часа, когда дети находятся на прогулке. Именно в это время ему будет легче сориентироваться в окружающей обстановке, ближе познакомиться с воспитателем и детьми. С другой стороны, нежелательно, чтобы вновь прибывший ребенок оказался свидетелем слез и отрицательных эмоций других детей, что вполне возможно в утренние часы при расставании с родителями.

Перед тем как идти в детский сад, не следует ребенка кормить. Не будет ничего страшного в том, что он подождет с приемом пищи, даже если рано встал. Первое время можно давать малышу с собой яблоко или морковь. Если он откажется от непривычной еды, то сможет съесть то, что принес из дому. Не следует давать с собой печенье, конфеты и другие сладости.

Во время прощания родители должны всегда демонстрировать хорошее настроение, чувствовать себя уверенно, общаться с ребенком только доброжелательным тоном и обязательно уточнить, когда заберут его домой. При этом никогда не задерживайтесь, старайтесь приходить вовремя. Желательно разработать несложный ритуал прощальных знаков (например, воздушный поцелуй, прощание двух мизинчиков, рукопожатие) и ежедневно повторять его. Важно уходить не задерживаясь, не оборачиваясь – так малышу будет проще отпускать вас. Если вы не будете бояться разлуки с ребенком, то и он легче будет ее переносить.

В первые дни родители какое-то время могут находиться в саду вместе с ребенком (до обеда, до сна), что позволит ему спокойнее ориентироваться в новых условиях. Ребенок может принести



из дома фотографию близких людей, свою любимую игрушку, что также придает ему уверенности, обеспечивает психологический комфорт. Спустя некоторое время можно предложить ребенку оставить игрушку «ночевать» в детском саду, а на утро снова с нею встретиться. Ко времени дневного сна лучше на первых порах забирать ребенка домой.

После детского сада можно погулять с ребенком на детской площадке, в парке, похвалить его за проведенный день: «Молодец! Ты хорошо ведешь себя, я горжусь тобой», продемонстрировать свою любовь и заботу.

Динамика продолжительности времени пребывания ребенка в дошкольном учреждении первую неделю определяется поведением самого ребенка. Вот несколько полезных советов.

- В присутствии ребенка избегайте критических замечаний в адрес детского сада и его сотрудников.
- Старайтесь не нервничать и не показывать свою тревогу накануне его поступления в детский сад.
- В выходные дни не меняйте резко режим дня ребенка.
- Постоянно обращайте внимание на отклонения в поведении и здоровье малыша.
- Не отучайте ребенка от вредных привычек в адаптационный период.
- Создайте спокойную, бесконфликтную обстановку в семье.
- На время прекратите посещение с ребенком многолюдных мест, сократите просмотр телевизионных передач, старайтесь щадить его ослабленную нервную систему.
- Одевайте ребенка в детский сад в соответствии с температурой воздуха в группе, обращайте внимание на аккуратность и опрятность его внешнего вида.
- Эмоционально поддерживайте малыша: чаще обнимайте, поглаживайте, зовите ласковыми именами.
- Будьте терпимее к его капризам. При явно выраженных невротических реакциях оставьте дома.
- Выполняйте предписания врача, советы и рекомендации педагога.
- Когда ребенок привыкнет к новым условиям, не принимайте его слез при расставании всерьез – они могут быть вызваны просто плохим настроением.

#### 4. Совместное решение педагогической задачи.

Проблемная ситуация. Мама впервые привела Диму в детский сад. Веселый и подвижный малыш сразу побежал к детям. Он никогда не видел большой горки и карусели, и они сразу привлекли его внимание. Мама понаблюдала за малышом 10 минут и пришла к выводу, что ее ребенок адаптировался сразу. «Он любит детей, умеет общаться, с ним проблем не будет», - подумала она и спокойно ушла на работу. Спустя какое-то время ребенок вспомнил о маме, подбежал к калитке, но там никого не было. Он подошел к воспитателю и спросил: «Мама?..» Воспитатель спокойно ответила ребенку, что мама сейчас придет, и предложила немного поиграть с детьми. Дима сел на скамейку и стал ждать маму, но ее все не было. Когда время прогулки закончилось, он заупрямился и долго не хотел идти в помещение группы, а потом расплакался и стал громко звать маму. Дима отказался от обеда, не захотел ложиться спать – сел у двери и так просидел до самого вечера.

Мама пришла поздно, после ужина. Она была ужасно удивлена и недовольна поведением ребенка: «Ты почему себя так вел? Что это такое? Я тебя не узнаю! Что мне теперь делать? На работу не ходить?!» Ребенок разрыдался. Мама пообещала воспитателю поставить дома сына в угол, если тот не успокоится. Но Дима рыдал все сильнее и сильнее. Мама была в полном недоумении, когда на следующее утро ребенок категорически заявил, что в детский сад он больше не пойдет.

Вопрос. Правильно ли поступила мама Димы, оставив его в первый раз на целый день в детском саду? Правильно ли она общалась со своим ребенком? Как бы вы поступили в данной ситуации?

Ответ. Мама Димы поступила неправильно, оставив мальчика сразу на целый день. Он не мог мгновенно, как ей хотелось бы, адаптироваться к новым условиям – для этого необходимо время. К сожалению, Дима приобрел негативный опыт. Теперь маме будет сложно уговорить ребенка посещать детский сад.

#### 5. Беседа с родителями об особенностях адаптации ребенка к детскому саду.



Наблюдая за процессом адаптации и внося данные своих наблюдений в специальный протокол, педагог может сделать вывод об особенностях протекания адаптации каждого ребенка и познакомить с этой информацией родителей. По мере необходимости педагог может уточнить у родителей, изменилось ли поведение ребенка в домашних условиях.

Примерные вопросы для беседы с родителями.

1. С желанием ли ваш ребенок посещает детский сад?
2. Часто ли он капризничает, отказывается идти в сад? Как быстро проходят эти переживания?
3. В чем вы видите причину подобного настроения? С чем связано нежелание ребенка идти в детский сад?
4. Рассказывает ли ребенок дома о том, чем занимался в детском саду. что ему нравится, что не нравится?
5. Складываются ли у него взаимоотношения со сверстниками? кто из детей ему нравится? Какие проблемы ребенок испытывает в общении?
6. Что вас особенно беспокоит в поведении ребенка?
7. Как вы считаете, адаптируется ли он к условиям дошкольного учреждения?
8. Ваши пожелания.

### **Анамнестические факторы риска, осложняющие адаптацию ребенка к дошкольному учреждению**

#### **I. До родов (антенатальные факторы)**

- ❖ Токсикозы I и II половины беременности.
- ❖ Острое инфекционное заболевание матери в период беременности.
- ❖ Обострение хронических заболеваний матери в период беременности.
- ❖ Прием лекарственных препаратов матерью во время беременности.
- ❖ Стрессовые ситуации у матери в период беременности (конфликты на работе, в семье, горестные переживания).
- ❖ Вредная работа матери в период беременности.
- ❖ Употребление матерью алкоголя во время беременности.
- ❖ Частое употребление алкоголя отцом перед беременностью матери.
- ❖ Курение матери в период беременности.

#### **II. Во время родов (интранатальные факторы)**

- ❖ Осложнения в родах.
- ❖ Наличие асфиксии разной степени тяжести.
- ❖ Родовая травма.
- ❖ Хирургические вмешательства во время родов.
- ❖ Несовместимость по резус-фактору у матери и ребенка.

#### **III. После родов (постнатальные факторы)**

- ❖ Недоношенность или переносимость ребенка.
- ❖ Крупная масса тела (вес более 4 кг).
- ❖ Заболеваемость на первом месяце жизни.
- ❖ Употребление алкоголя матерью во время вскармливания грудью.
- ❖ Курение матери во время вскармливания грудью.
- ❖ Пассивное курение (курение членами семьи в присутствии ребенка).
- ❖ Искусственное вскармливание ребенка.
- ❖ Фоновые заболевания у ребенка (рахит, диатез, гипотрофия, паратрофия, анемия).
- ❖ Частые ОРВИ, острые инфекционные заболевания у ребенка до трех лет.
- ❖ Наличие хронических соматических и врожденных заболеваний (пиелонефрит, врожденный порок сердца и т.д.).
- ❖ Задержка нервно-психического развития.



- ❖ Неудовлетворительные материально-бытовые условия.
- ❖ Отсутствие закаливающих мероприятий.
- ❖ Несоответствие домашнего режима режиму в новом для ребенка дошкольном учреждении.
- ❖ Лишение общения со сверстниками и незнакомыми людьми.
- ❖ Конфликтные взаимоотношения в семье.
- ❖ Отсутствие отца или матери в семье ребенка.
- ❖ Первый или единственный ребенок в семье.
- ❖ Неправильное воспитание ребенка («кумир семьи», «кронпринц», «Золушка», «ежовые рукавицы», гиперопека, гипоопека и т.д.).

## **Как надо** готовить родителям ребенка к поступлению в детский сад

- ❖ Тренировать буквально с самого рождения систему адаптационных механизмов у ребенка и приучать его заблаговременно к таким условиям и ситуациям, в которых ему надо менять формы поведения.
- ❖ Не обсуждать при малыше волнующие вас проблемы, связанные с детским садом.
- ❖ Заранее узнать у участкового врача, какой тип адаптации возможен у ребенка по прогностическим критериям, и своевременно принять все меры при неудовлетворительном прогнозе.
- ❖ Устранить устраняемые анамнестические факторы риска, связанные с условиями социальной среды.
- ❖ Как можно раньше провести оздоровительные или корригирующие мероприятия, которые назначил врач.
- ❖ Отправить в детский сад ребенка лишь при условии, что он здоров.
- ❖ Не отдавать ребенка в детский сад в разгаре кризиса трех лет.
- ❖ Заранее узнать все новые моменты в режиме дня в детском саду и ввести их в режим дня ребенка дома.
- ❖ Повысить роль закаливающих мероприятий.
- ❖ Оформить в детский сад по месту жительства.
- ❖ Как можно раньше познакомить малыша с детьми в детском саду и с воспитателями группы, куда он в скором времени придет.
- ❖ Стараться отдать его в группу сада, где у ребенка есть знакомые ровесники, с которыми он раньше играл дома или во дворе.
- ❖ Настроить малыша как можно положительнее к его поступлению в детсад.
- ❖ Раскрыть малышу «секреты» возможных навыков общения с детьми и взрослыми людьми.
- ❖ Учить ребенка дома всем необходимым навыкам самообслуживания.
- ❖ Не угрожать ребенку детским садом как наказанием за его детские грехи, а также за его непослушание.



- ❖ Чтобы Ваш ребенок был как надо подготовлен к саду, прослушать цикл лекций в детской поликлинике об адаптации детей к дошкольным учреждениям.
- ❖ Готовить Вашего ребенка к временной разлуке с Вами и дать понять ему, что это неизбежно только потому, что он уже большой.
- ❖ Не нервничать и не показывать свою тревогу накануне поступления ребенка в детский сад.
- ❖ Планировать свой отпуск так, чтобы в первый месяц посещения ребенком организованного коллектива у Вас была возможность оставлять его там не на целый день.
- ❖ Все время объяснять ребенку, что он для Вас, как и прежде, дорог и любим.
- ❖ Настраивать ребенка на мажорный лад. Внушать ему, что это очень здорово, что он дорос до сада и стал таким большим.

**Как надо** вести себя родителям с ребенком, когда он впервые начал посещать детский сад

- ❖ Не оставлять его в дошкольном коллективе на целый день, как можно раньше забирать домой.
- ❖ Создать спокойный, бесконфликтный климат для него в семье.
- ❖ Щадить его ослабленную нервную систему.
- ❖ Не увеличивать, а уменьшать нагрузку на нервную систему.
- ❖ На время прекратить походы в цирк, в театр, в гости. Намного сократить просмотр телевизионных передач.
- ❖ Как можно скорее сообщить врачу и воспитателям о личностных особенностях малыша.
- ❖ Не кутать ребенка, а одевать его так, как необходимо в соответствии с температурой в группе.
- ❖ Создать в выходные дни дома для него режим такой же, как в детском учреждении.
- ❖ Не реагировать на выходки ребенка и не наказывать его за капризы.
- ❖ При появлении изменений в обычном поведении ребенка как можно раньше обратиться к детскому врачу.
- ❖ При выражении невротических реакций оставить малыша на несколько дней дома и выполнять все предписания врача.

**Как не надо** вести себя родителям с ребенком, когда он впервые начал посещать детский сад

- ❖ В присутствии ребенка плохо говорить о детском саде.
- ❖ «Наказывать» ребенка детским садом и поздно забирать домой.



- ❖ Мешать его контактам с детьми в группе.
  - ❖ Не уменьшать, а увеличивать нагрузку на нервную систему.
- Водить ребенка в многолюдные и шумные места.
- ❖ Все время кутать, одевать не по сезону.
  - ❖ Конфликтовать с ним дома.
  - ❖ Наказывать за капризы.
  - ❖ В выходные дни резко изменять режим дня ребенка.
  - ❖ Все время обсуждать в его присутствии проблемы, связанные с детским садом.
- ❖ Не обращать внимания на отклонения в обычном поведении ребенка.
  - ❖ Не выполнять все предписания врача.

