Кансультацыя для бацькоў
«Не пайду я ў садок...»

Зразумела, што да новай абстаноўкі арганізм павінен прыстасавацца. Гэта і ёсць адаптацыя, якая ўключае досыць шырокі спектр індывідуальных рэакцый, характар якіх залежыць ад псіхалагічных, фізіялагічных асаблівасцяў дзіцяці, ад адносінаў унутры сям'і, ад умоў дашкольнай установы. Кожнае дзіця прывыкае да новых абставінаў па-свойму. І тым не менш, спецыялісты вылучаюць некалькі агульных заканамернасцяў працэсу адаптацыі.

Бацькі павінны памятаць, што да 2—3 гадоў дзіця не мае патрэбы ў кантактах з равеснікамі, яна пакуль не сфарміравалася. У гэтым узросце дарослы выступае для дзіцяці як партнёр па гульні, прыклад для пераймання, равеснікі ж гэтага даць не могуць, паколькі самі маюць такую патрэбу.

Адна з прычын таго, што дзіця не можа хутка адаптавацца да ясляў — моцная прывязлівасць да маці, знікненне апошняй выклікае бурны пратэст.

Яшчэ адна прычына цяжкай адаптацыі — страхі перад незнаёмымі людзьмі. Боязь новых людзей і сітуацый прыводзіць да таго, што дзіця становіцца больш узбуджаным, ранімым, плаксівым, часцей хварэе, паколькі стрэс станчае абарончыя сілы арганізма.

Дарэчы, хлопчыкі ва ўзросце 3—5 гадоў больш уразлівыя ў сэнсе адаптацыі: яны ў гэты час найбольш прывязаныя да маці.

Для эмацыянальна неразвітых дзяцей адаптацыя адбываецца наадварот лёгка: у іх няма сфарміраванай прывязлівасці да маці. Псіхолагі ўказваюць на такі парадокс: чым раней дзіця будзе аддадзена ў дашкольную ўстанову (напрыклад, да 1 года), тым больш пакалектывісцку будзе настроена яно ў далейшым. Першасны эмацыянальны кантакт такое дзіця ўстанаўлівае не з маці, а з равеснікамі, што не лепшым чынам адбіваецца на развіцці яго эмацыянальнай сферы. У будучым такое дзіця можа не перажываць глыбокага пачуцця кахання, прывязлівасці, спачування.

Такім чынам, чым больш развіта эмацыянальная сувязь з маці, тым больш цяжка будзе адбывацца адаптацыя. Праблемы адаптацыі могуць пераадолець не ўсе дзеці, што можа прывесці да развіцця неўрозу. Лічыцца, што для паспяховай адаптацыі ў яслях ці садку дзіцяці дастаткова 1 года. У адваротным выпадку неабходіа звярнуцуа да спецыялісгаў. Псіхолагі ўстанавілі дакладныя тэрміны прыстасавання: у яслях — 7 — 10 дзён, у дзіцячым садку ў 3 гады — 2—3 тыдні, у старэйшым дашкольным узросце — 1 месяц.

Нялёгка прывыкаюць да садка ці ясляў адзіныя ў сям'і дзеці, асабліва тыя, каго празмерна апякаюць, няўпэўненыя ў сабе. Горш за іншых адчуваюць сябе ў дашкольных установах і дзеці з флегматычным тэмпераментам. Яны не паспяваюць за тэмпам жыцця садка, не могуць хутка апранацца, есці. Калі пачаць іх «падсцёгваць», яны стануць яшчэ больш затарможанымі. Залішняя патрабавальнасць і прынцыповасць выхавальніка ў дачыненні да «праблемных» дзяцей, будзе сур'ёзным тормазам.

Пажадана не рабіць перапынкаў у наведванні садка: тыдзень дома прадэманструе дзіцяці, што ёсць і іншы варыянт, якога можна ўсімі сіламі дабівацца.

Магчыма, вам падасца, што паводзіны дзіцяці раптоўна мяняюцца — яно становіцца больш капрызлівым, па вечарах істэрыць з нагоды і без, скандаліць, крычыць, плача і г.д. Некаторыя бацькі схільны абвінаваціць у такіх пераменах садок. А прычын таму можа быць некалькі. Па-першае, адаптацыя да садка — вялікі стрэс для дзіцяці, яго нервы напружаны і ім патрабуецца разрадка. Акрамя таго, у акружэнні незнаёмых дзіця часта імкнецца стрымліваць негатыўныя эмоцыі. Так што «выходзяць» яны толькі вечарам і на бацькоў.

Па выхадных добра гуляць у самаробную напольную гульню «Дарога ад дому да дзіцячага садка» з дапамогай карты з дарожкамі і домікамі-арыенцірамі «наш дом», «маміна работа», «татава работа», «магазін», «дзіцячы садок». Па дарозе з дому ў садок і назад патрабуецца запамінаць арыенціры і наносіць іх на карту. Дзіця ходзіць сваёй фігуркай, бацькі — сваімі. Калі гуляць у гэту гульню па выхадных, дзіця не адвыкне ад садка, і панядзелак не будзе здавацца яму жудасным днём.

Ускладняюць адаптацыю і канфлікты ў сям'і, некантактнасць бацькоў. Дзеці міжволі засвойваюць негатыўныя рысы паводзінаў бацькоў, што не спрыяе іх адносінам з равеснікамі. Яны паводзяць сябе няўпэўнена і нерашуча, шмат хвалююцца, таму не могуць быць прынятымі групай.

Калі дзіця пакутуе ад нервовага парушэння, то аддаваць яго ў садок патрэбна не раней чым у 3 гады — дзяўчынку і ў 3,5—хлопчыка. Наогул калі дзіця — адзінае ў сям'і, часта хварэе, перажывае страхі, то яго ўваходжанне ў садок павінна быць паступовым. Спачатку яго варта прывесці ў групу, пазнаёміць з выхавальнікам і дзецьмі, разгледзець цацкі, выклікаць цікавасць да новага акружэння і вярнуцца дадому. Пасля некалькі дзён можна пакідаць у садку да пачатку дзённага сну. Дома варта паболей гуляць у рухомыя эма-цыянальныя гульні, каб здымаць напружанне, здольнае стаць прычынай неўрозу.

КАНКРЭТНЫЯ ПАРАДЫ

-- Самы спрыяльны ўзрост для наведвання садка – 3--5 гадоў.
-- За месяц да планаў адвесці дзіця ў садок імкніцеся менш чым раней бываць з ім.
-- Скажыце дзіцяці, што ганарыцеся ім: яно ўжо такое вялікае, што можа наведваць садок.
-- Калі ў садку вы не пачуеце шуму і смеху, пашукайце іншы.
-- Раскажыце выхавальніку, якія метады заахвочвання і пакарання прымальныя для дзіцяці.
-- Пры развітанні не забудзьце запэўніць, што вернецеся за дзіцем.
-- Не расцягвайце момант развітання.
-- Калі дзіця вельмі цяжка развітваецца з маці, няхай у садок водзіць бацька.
-- Давайце з сабой любімую цацку, якую можна і пакінуць у садку, проста насіць штодня з сабой.
-- Калі дзіця вяртаецца дамоў змучаным і нервовым, забірайце яго крыху раней.
-- Гуляйце дома з хатнімі цацкамі «ў садок», арыентуйце дзіця на станоўчыя вынікі.
-- Шукайце такога выхавальніка, які будзе ўлічваць індывідуальныя асаблівасці дзіцяці.
-- Часта мяняць садкі — шкодна.
-- Не адцавайце старэйшае дзіця ў садок адначасова з нараджэн-нем малодшага — лепей зрабіць гэта загадзя, яшчэ да вялікай падзеі.
-- Садок — магчымасць кантактаваць з равеснікамі, і ён ні ў якім разе не можа замяніць сям'ю

Літаратура:
Панько, Е.А. Психологческая культура руководителя дошкольного образования : пособие для педагогов дошкольного образования/ Е.А. Панько (и др.).- Минск : НИО , 2014.