

Консультация для родителей «Социальная адаптация ребёнка в детском саду»

Социальная адаптация в коллективе сверстников предполагает включение ребенка в сложную систему отношений, что требует от него перестройки его поведения и структуры деятельности.

В этой работе должны быть задействованы все, кто будет окружать ребёнка – педагогический коллектив и обязательно его родители.

Задача родителей – подготовить ребёнка к посещению детского сада. Это крайне важная и ответственная задача, потому что в детском саду ребёнок попадает в совершенно другую атмосферу, другую социальную среду, сталкивается с совершенно новыми и неизвестными ему до сих пор проблемами и задачами.

Часто основным вопросом, волнующим родителей по поводу посещения детского сада, становится то, чтобы ребенок ходил в садик без слез и истерик. Но отправиться утром в садик без капризов – это только половина дела, важно еще позаботиться о социальной адаптации в детском саду. Всё-таки, большинство родителей хотят, чтобы у ребенка не было проблем с адаптацией в дальнейшей взрослой жизни.

Что такое социальная адаптация в детском саду? По сути, это то, насколько хорошо у ребенка получается влиться в детский коллектив и найти в нем свое место. Роль родителей в этом сложном вопросе очень важна, ведь они должны многому научить своего ребёнка. Вот наиболее важные вопросы, которые должны поставить перед собой родители, занимаясь подготовкой ребёнка к детскому саду:

1. Необходимо научиться видеть в своём ребёнке самостоятельную личность, осознать, что ребенок – это не только часть вас, это другой человек, который имеет свои психологические особенности и характер.

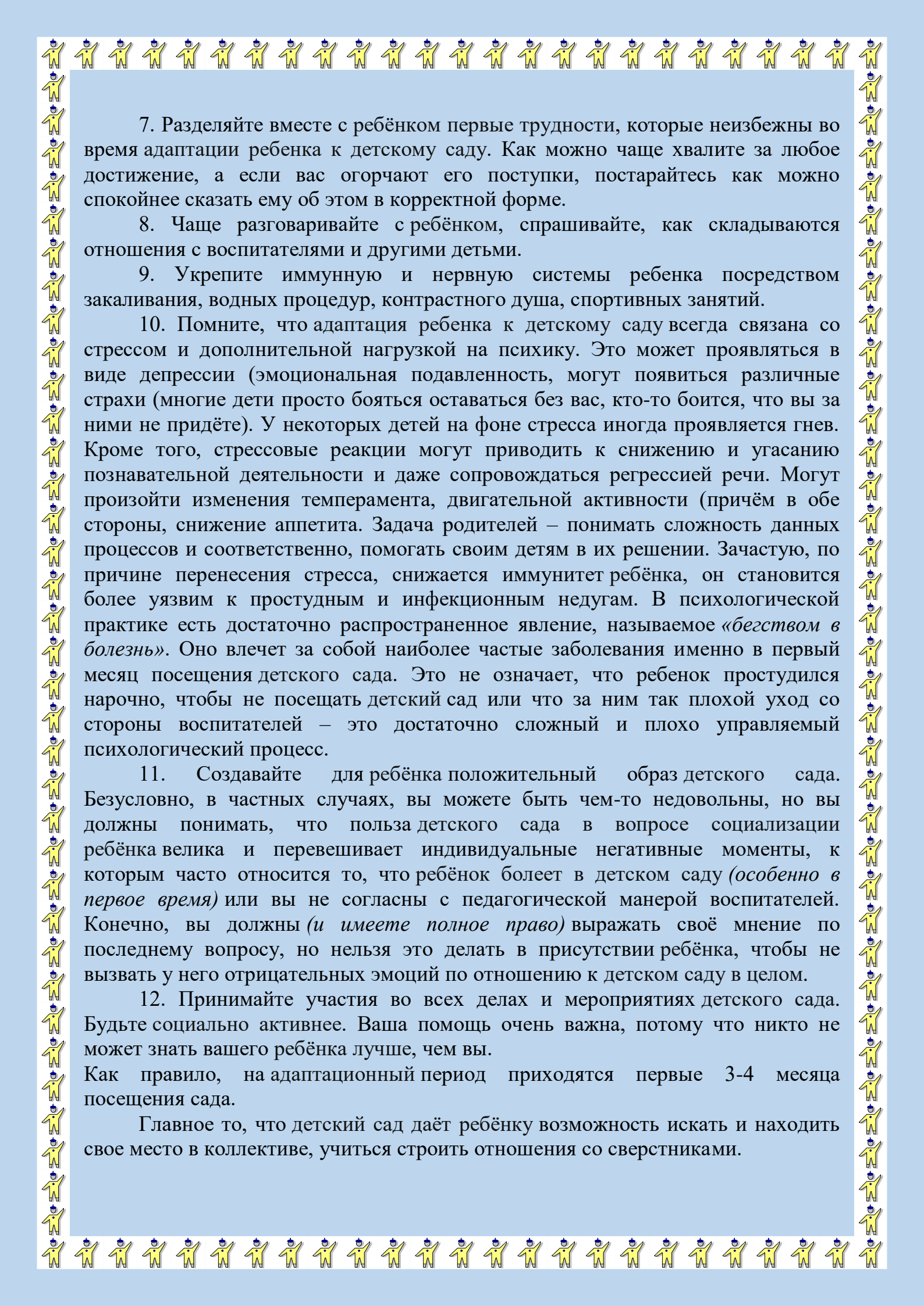
2. Учить ребёнка самостоятельности, поощрять проявления инициативы и самостоятельности. Научить ребёнка самостоятельно есть, одеваться и раздеваться, самостоятельно следить за своей гигиеной.

3. Объяснить ребенку, как вести себя в конфликтных ситуациях. Детские ссоры неизбежны и ребёнок должен быть к ним готов. Он должен понимать, что тоже может являться причиной ссоры, что не всегда может быть прав. Научить ребёнка основам хорошего и доброжелательного отношения с другими детьми.

4. Больше дел делайте вместе в кругу семьи, желательно всем составом семьи - прогулки, игры, уборка и т. п. Это научит ребёнка работе в команде, значительно ускорит социальную адаптацию в детском саду и безусловно улучшит внутреннюю атмосферу в вашей семье.

5. В выходные дни старайтесь придерживаться распорядка дня детского сада, чтобы по понедельникам у ребёнка не было лишнего стресса.

6. Развивайте у ребёнка интерес к групповым играм и получению новых знаний.



7. Разделяйте вместе с ребёнком первые трудности, которые неизбежны во время адаптации ребенка к детскому саду. Как можно чаще хвалите за любое достижение, а если вас огорчают его поступки, постарайтесь как можно спокойнее сказать ему об этом в корректной форме.

8. Чаще разговаривайте с ребёнком, спрашивайте, как складываются отношения с воспитателями и другими детьми.

9. Укрепите иммунную и нервную системы ребенка посредством закаливания, водных процедур, контрастного душа, спортивных занятий.

10. Помните, что адаптация ребенка к детскому саду всегда связана со стрессом и дополнительной нагрузкой на психику. Это может проявляться в виде депрессии (эмоциональная подавленность, могут появиться различные страхи (многие дети просто бояться оставаться без вас, кто-то боится, что вы за ними не придёте). У некоторых детей на фоне стресса иногда проявляется гнев. Кроме того, стрессовые реакции могут приводить к снижению и угасанию познавательной деятельности и даже сопровождаться регрессией речи. Могут произойти изменения темперамента, двигательной активности (причём в обе стороны, снижение аппетита. Задача родителей – понимать сложность данных процессов и соответственно, помогать своим детям в их решении. Зачастую, по причине перенесения стресса, снижается иммунитет ребёнка, он становится более уязвим к простудным и инфекционным недугам. В психологической практике есть достаточно распространенное явление, называемое «*бегством в болезнь*». Оно влечет за собой наиболее частые заболевания именно в первый месяц посещения детского сада. Это не означает, что ребенок простудился нарочно, чтобы не посещать детский сад или что за ним так плохой уход со стороны воспитателей – это достаточно сложный и плохо управляемый психологический процесс.

11. Создавайте для ребёнка положительный образ детского сада. Безусловно, в частных случаях, вы можете быть чем-то недовольны, но вы должны понимать, что польза детского сада в вопросе социализации ребёнка велика и перевешивает индивидуальные негативные моменты, к которым часто относится то, что ребёнок болеет в детском саду (*особенно в первое время*) или вы не согласны с педагогической манерой воспитателей. Конечно, вы должны (*и имеете полное право*) выражать своё мнение по последнему вопросу, но нельзя это делать в присутствии ребёнка, чтобы не вызвать у него отрицательных эмоций по отношению к детскому саду в целом.

12. Принимайте участия во всех делах и мероприятиях детского сада. Будьте социально активнее. Ваша помощь очень важна, потому что никто не может знать вашего ребёнка лучше, чем вы. Как правило, на адаптационный период приходится первые 3-4 месяца посещения сада.

Главное то, что детский сад даёт ребёнку возможность искать и находить свое место в коллективе, учиться строить отношения со сверстниками.