

ПРОБЛЕМЫ АДАПТАЦИОННОГО ПЕРИОДА

Изучение ребенка до поступления его в детский сад, а также знакомство с образом жизни его семьи позволяет в значительной степени смягчить течение адаптационного периода. Но наивно было бы думать, что малыш, оторванный от привычной среды и родных ему людей, будет чувствовать себя в младшей группе очень хорошо. Если он не плачет, то это вовсе не обозначает, что все нормально. Он переживает не меньше плачущего, и его ответной реакцией может быть скорее заболевание.

По поступлении новичка в группу мы должны строго следовать установке: теперь все проблемы ребенка – наши проблемы, и не перекладывать вину на родителей, если они не сумели соответствующим образом подготовить его к жизни в организованном детском коллективе. А начинается решение проблем адаптационного периода с организации приема вновь поступающих детей.

Организация приема ВНОВЬ ПОСТУПАЮЩИХ ДЕТЕЙ

Прием вновь поступивших проводится по графику, согласованному с родителями, в период с апреля по август. Мы настоятельно рекомендуем родителям отдавать ребенка в младшую группу весной. Он гораздо легче адаптируется, хотя бы, потому что большую часть времени проводит на улице. А малыши так любят погулять! Принимают в группу не более 1-2 детей в неделю, чтобы воспитатели и специалисты могли уделить максимум внимания. По желанию родителей дети могут находиться в учреждении не полный день, а всего несколько часов. По мере привыкания время пребывания ребенка в группе увеличивается. Мы советуем маме первые дни (а в принципе, сколько потребуется или сколько она пожелает) быть вместе с малышом, чтобы он чувствовал себя спокойнее. Но при этом просим ее не заниматься ребенком, а делать какую-нибудь работу, т.е. быть рядом, а не вместе. Постепенно малыш начинает отходить от матери все дальше, а, подружившись со сверстниками и воспитателем, «забывает» о ней.

Второй совет, который мы даем родителям, - это чтобы, по возможности, приводил малыша в группу кто-то один, будь то мама, отец или бабушка. Так он быстрее привыкает расставаться с ними. Вы, наверное, и сами, дорогие коллеги, не раз убеждались в том, что от одного родителя ребенок уходит спокойно, а с другим никак не может расстаться.

Первое время новичок недоверчиво относится к воспитателю, который еще не успел стать для него близким человеком, поэтому утренний осмотр в привычном для нас регламенте не проводится. Мама сама измеряет температуру ребенку, из «своих рук» показывает чистоту кожных покровов, заносит в журнал данные.

Все время, пока идет набор детей в группу, утренний фильтр проводит старшая медицинская сестра. Она может находиться либо в приемной, либо у себя в кабинете (у нас чаще практикуется второй вариант). Родитель раздевает ребенка и проходит с ним в медицинский кабинет. Тут много игрушек, и малыш может забрать понравившуюся с собой в группу. Медсестра угощает его витаминами, соком и еще чем –нибудь из того, что выписано на первый завтрак. Выясняется, как ребенок спал, что беспокоит родителей в его поведении и самочувствии, принимаются к сведению их пожелания. Во время приема вновь поступающих в группу постоянно находится либо методист, либо психолог, которые помогают воспитателю быстрее приучить детей к условиям дошкольного учреждения. Эта помощь, прежде всего, заключается в том, что они присматривают и ухаживают за остальными детьми, пока воспитатель занимается вновь пришедшими. Мы не рекомендуем этим специалистам вести работу с новенькими детьми (за некоторым исключением), так как они должны как можно быстрее привыкнуть к основным воспитателям. Методисту, психологу, медсестре следует наблюдать за тем, как ребенок адаптируется. Тогда они смогут дать квалифицированные рекомендации, как воспитателю, так и родителям. При правильной организованной работе с малышами дети привыкают к условиям дошкольного учреждения в течении 21-30 дней. Существует ряд критериев, по которым можно судить, как адаптируется ребенок к жизни в организованном детском коллективе.

Основные критерии адаптации ребенка к условиям детского сада

К основным критериям адаптации относятся:

- поведенческие реакции;
- уровень нервно-психического развития;
- заболеваемость и течение болезни;
- главные антропометрические показатели физиологического

развития (рост, вес).

Как бы мы ни готовили ребенка к младшей группе, все равно он, особенно в первые дни, находится в состоянии стресса. Это проявляется в отказе от пищи, негативном эмоциональном состоянии, ухудшении самочувствия (может наблюдаться повышение артериального давления, иногда температуры). Малыш беспокойно спит или не спит вообще, мочится в постель, жметя к взрослым или, наоборот, отказывается от контактов с ними. Родители отмечают, что он вздрагивает во сне, становится дома беспричинно обидчивым, теряет приобретенные ранее умения, худеет. Все это может отразиться на его здоровье.

При нормальной адаптации у ребенка быстро восстанавливаются поведенческие реакции (примерно через 2-3 недели), не отмечается задержки нервно-психического развития, он не болеет или болеет всего один раз, не более недели, без осложнений; увеличение длины и массы тела соответствует возрастным показателям.

Если поведенческие реакции нормализуются лишь к 60-му дню пребывания в дошкольном учреждении, если наблюдается замедление нервно - психического развития. Он часто болеет, нет прибавки в весе, не увеличивается в рост в течении 3-6 месяцев, то можно с уверенностью сказать, что работа младшей группы не продумана и детям здесь плохо. Разумеется, такой вывод можно сделать, если так проходит адаптация у большинства вновь поступивших ребятшек.

Особую группу составляют дети из так называемых семей гиперопеки. Привыкших быть в центре внимания взрослых, удовлетворяющих все их прихоти, они оказываются в детском коллективе в очень тяжелом положении. Их поведенческие реакции с трудом нормализуются к третьему, а то и четвертому месяцу пребывания в дошкольном учреждении, существенно замедляется физическое и нервно – психическое развитие. Эти дети, как правило, часто и долго болеют. Основной причиной является состояние крайнего психоэмоционального напряжения. В данном случае следует, прежде всего, позаботиться о психологической безопасности личности ребенка в дошкольном учреждении и коррекции отношения к нему в семье. Педагог же должен принимать малыша таким, каков он есть (вспомним про принципы действенной любви), и постараться как можно быстрее найти ему друзей, с которыми он чувствовал бы себя увереннее.

Бывает так, что к нам приходит ребенок, родители которого не беспокоились заранее о том, чтобы познакомиться с условиями и образом жизни в младшей группе. Чаще всего это дети из семей, в которых ими не особо интересуется (хотя могут быть исключения). Здесь возникают трудности другого рода, поскольку ребенок неактивен, робок, не ухожен, и сплошь и рядом, мало к чему приучен. Вот с таким ребенком нужно, по нашему убеждению, заниматься и воспитателю, и психологу, и методисту, медработнику. Он обязательно должен ощутить себя в центре внимания, быть всячески обласкан.

В период адаптации устанавливается индивидуальный режим каждого вновь поступающего малыша. Постепенно он привыкает к общему режиму. Если родители приводят ребенка позже, а забирают раньше, мы настаиваем на том, чтобы они придерживались режима детского сада, и оговариваем это в Родительском договоре.

Если вы достаточно наблюдательны, то должны были заметить, что обычно новенькие не сводят глаз с входной двери, тянут воспитателя за руку и ведут его в приемную, надеясь увидеть маму. Перед ребенком как бы закрывается его родной мир, в котором он чувствовал себя уверенно и защищено. Нужно продемонстрировать малышу достоинства его нового мира, убедить, что он гораздо шире и интереснее. Поэтому уже в первые дни не мешает показать ему дошкольное учреждение. Во время таких «экскурсий» сотрудникам рекомендуется вступать в дружеский контакт с малышом, угощать его, делать маленькие подарки. Ребенок должен почувствовать, что его здесь любят. Пусть он поиграет в мармотеке (межгрупповом игровом комплексе), увидит, как много в детском саду ребят.

Взрослым следует ласкать ребенка, особенно во время укладывания: гладить ему ручки, ножки, спинку (это обычно нравится всем детям). Хороший эффект для засыпания дает нежное поглаживание головки ребенка и бровей. При этом рука должна касаться лишь кончиков волос.

Установлено, что в психологически напряженной, стрессовой ситуации помогает переключение на древнюю и сильную пищевую реакцию. Плачущий двух - трехлетний малыш засовывает пальцы в рот. Он инстинктивно защищает себя от чрезмерного эмоционального напряжения. Также переключение затормаживает раннее возникшие отрицательные эмоции. Нужно чаще предлагать ребенку попить. Выпив воды, он успокоится. Вода должна всегда находиться в одном месте, чтобы малыш мог показать, что хочет пить. Следует также выставить на видном месте блюдо с сухариками, печенье, баранки: пусть погрызет, если захочет. В адаптационный период ребенка ни в коем случае не стоит отучать от соски. Сосательные движения отвлекают его от переживаний.

Затормаживают отрицательные эмоции монотонные движения руками или сжимание кистей рук. Поэтому есть смысл предложить ребенку нанизывать на шнур крупные пластмассовые шарики, колесики от пирамидок («бусы»), соединять детали крупного конструктора типа «Лего», играть резиновыми игрушками –пищалками. Хороший эффект дают игры с водой. Не бойтесь, что ребенок намочит одежду, это можно предусмотреть. В конце концов, просто переоденьте его. Дайте малышу пластмассовые бутылочки с водой, тазик, баночки, и пусть он переливает воду. Это очень успокаивает. Несложно изготовить такую, например, игрушку: налейте в пластмассовую бутылку из-под пепси-колы воды (ее можно слегка подкрасить), опустите туда пипетку и плотно закрутите крышечку на бутылке. На середине бутылки наклейте полоску цветной бумаги и покажите, как можно удерживать пипетку возле метки. Уверяем вас, что ребенок надолго займется такой игрушкой.

Неплохо, если периодически будет звучать, негромкая спокойная музыка. В адаптационный период музыка, на фоне которой проходит деятельность детей, должна быть особой. Следует подобрать произведения, способствующие снятию нервного напряжения, например: «Король гномов» Шуберта, «Уторо» Грига и т.п. Музыкальное сопровождение жизнедеятельности малышей должно быть дозированным и строго определенным во время (например, во время укладывания, кормления).

Лучшее лекарство от стресса – смех. Существует даже термин «смехотерапия». Нужно создавать такие ситуации, чтобы ребенок больше смеялся. Для этого в группу часто вносятся игрушки – забавы, демонстрируются веселые (доступные возрастному пониманию), мультфильмы, приглашаются необычные гости – зайчики, клоуны, лисички.... В их роли могут быть взрослые, так и старшие дошкольники.

Во время адаптационного периода нужно учитывать все индивидуальные привычки ребенка, в том числе и вредные, и ни в коем случае не перевоспитывать его. Необходимо принять ребенка таким, каков он есть, не выказывая недовольства от его неадекватного поведения, отсутствие самостоятельности и прочего. Неплохо будет, если родители принесут из дома его любимую игрушку, с которой он привык засыпать, тарелочку и ложечку, которым, он привык пользоваться дома, и т.д. Введение элементов семейного быта в практику работы младшей группы должно стать нормой для педагогов. И еще одно непреложное правило – не осуждать опыт ребенка, никогда не жаловаться на него родителям. Воспитателю следует постоянно помнить, что, как уже было сказано, с поступлением в младшую группу все проблемы ребенка становятся лично его, педагога, профессиональными проблемами.