

АДАПТАЦІЯ ДІТЕЙ ДО ДИТЯЧОГО САДКА



Адаптація дітей до закладу дошкільної освіти була й лишається психологічно найбільш складним періодом як для дитини та її батьків, так і для вихователів. Урахування специфіки адаптаційного періоду допоможе знайти не лише правильний підхід до малюка, а й закласти передумови для його успішної соціалізації в новому колективі.

Початок відвідування ЗДО – це не лише нові умови життя та діяльності, режиму й харчування, а й нові контакти, нове середовище, взаємини, обов'язки. Це дуже напружений період, який потребує від кожного малюка активного психологічного й фізіологічного пристосування. Дитина опиняється в нових соціальних умовах, переживає зміну звичного розкладу та способу життя, тож у неї виникає відчуття нестабільності. У цей період малюки демонструють неадекватні поведінкові прояви, що пов'язано з труднощами адаптації до нових умов. Звикання до садочка найчастіше супроводжується порушенням емоційного стану дошкільника, погіршенням сну, апетиту, підвищенням захворюваності. Відбувається адаптація.

Отже, адаптація – пристосування організму до нових обставин, а для дитини - заклад освіти, саме і є новим, ще невідомим простором, із новим середовищем, новими взаєминами. Адаптація включає широкий спектр індивідуальних реакцій, характер яких залежить від психофізіологічних і особистісних особливостей дитини, від сімейного ставлення, від умов перебування в ЗДО.

У різних дітей адаптація відбувається по-різному, відповідно до віку, типу вищої нервової діяльності, стану здоров'я, стилю виховання в сім'ї, рівня

розвитку у дитини ігрових навичок, її контактності, доброзичливості, емоційної залежності від матері тощо.

Можна відокремити 3 групи дітей за характером пристосування до нових умов життя.

1 група: ті, для кого процес адаптації легкий і безболісний. Вони комунікабельні, самостійні, врівноважені, проявляють зацікавлення іграшками й діяльністю. Батьки спілкуються з дитиною доброзичливо, з повагою.

2 група: малюки, які адаптуються повільніше й важче, поведінка нестабільна. Періоди зацікавлення грою змінюються періодами байдужості, вередування. Бракує довіри у ставленні до вихователів, інших дітей. Навички гри та спілкування розвинені недостатньо, діти малоініціативні й менш самостійні: те, що можуть робити самі, але здебільшого залежні від дорослого. З боку батьків спостерігається нестабільність у спілкуванні: доброзичливі, розважливі, звертання змінюються погрозами або послабленням вимогливості, неуважністю.

3 група: діти, які важко пристосовуються до нового для себе побуту. Як правило, несамотійні, неконтактні. Звичні до нестабільності в режимі дня, швидко втомлюються. Ігрові навички в них несформовані, сон апетит – погані, або зовсім відсутні. Висока захворюваність ще більше уповільнює звикання до нового середовища і нових вимог.

Основні етапи перебігу адаптації дитини до умов дитячого садка

1. «Шторм» - усі системи організму дитини відповідають бурхливою реакцією і значним напруженням, підвищується збудливість, тривожність, можливе збільшення агресивності або заглиблення у себе. Погані сон, апетит, настрій. Психологічна буря триває від 2-3 днів до 1-2 місяців (в окремих дітей).

2.«Шторм вщухає» - дитячий організм шукає оптимальні варіанти реакцій на зовнішні впливи. Дитина продовжує приглядатися до нового оточення, робить спроби долучитися до спільної діяльності, стає більш активною, зацікавленою, врівноваженою. Триває від 1 тижня до 2-3 місяців.

3.«Штиль» - організм знаходить найбільш сприятливі варіанти реагування на нові умови життя, режим дня, спілкування. Дитина починає активно засвоювати нову інформацію, встановлювати контакти, брати реальну участь у заняттях. Зменшується захворюваність, стабілізуються сон, апетит, настрій. Триває від 2-3 тижнів до півроку.

Причини важкої адаптації

1. Не сформованість позитивного настановлення на відвідування дитячого закладу. Важливо сформувати у дитини позитивне очікування майбутніх змін. Часто батьки зі співчуттям ставляться до відвідування дитиною дитячого садка. Внаслідок такого ставлення дитина теж починає страждати, вередує, відмовляється відвідувати ЗДО. Іноді батьки залякують дитину відвідуванням садочка. Часто діти навіть не знають, що їх чекає у садку.

2. Несформованість навичок самообслуговування. Часто батьки, економлячи час, поспішають нагодувати, одягнути дитину, стримуючи цим формування у неї практичних умінь і навичок – діти не вміють самостійно одягатися, користуватися туалетом.

3. Відсутність спілкування з однолітками. У деяких випадках батьки свідомо обмежують спілкування дитини з ровесниками, щоб захистити її від поганого впливу. Як наслідок: конфліктність, невміння попросити, невміння зачекати.

4. Невідповідність домашнього режиму режимові дитячого закладу. Якщо режими кардинально відрізняються в часі й послідовності режимних моментів, дитина в садку відчуватиме дискомфорт.

Завдання вихователя у період адаптації дитини



Працювати вихователю буде легше, якщо він дізнається від батьків про поведінку дитини вдома, про її звички й уподобання, індивідуальні особливості. Важливо, щоб батьки відчули: вихователь опікується не взагалі дітьми, а бачить серед них її конкретну дитину і готовий брати до уваги всі її відмінності.

Було б добре, аби вихователь, зустрічаючи малюка вранці, мовою і жестами виявляв своє тепле ставлення до нього. Якщо дитина охоче йде на контакт, можна взяти її за руку...

Теплий, доброзичливий прийом обумовлює перші враження дитини про дитсадок, її настрій, готовність попрощатися з мамою. Так само важливо, щоб вихователь ввечері тепло прощався з кожною дитиною.

Форма звертання дитини до вихователя може бути будь-якою, яку він сам вважає прийнятною: наприклад, тьотя Катя, чи просто на ім'я. Не варто наполягати, щоб діти зверталися до вас на ім'я, по-батькові, оскільки це досить складно для дитини.

Перші контакти з дитиною – контакти допомоги й турботи. Вона має зрозуміти, що на вихователя можна покластися, як на маму, що він готовий допомагати й захищати її в новому місці.

У період адаптації дуже важливо проявити максимум терпіння до будь-якого з прохань і навіть вередувань дитини та заслужити її довіру, це – основне завдання вихователя.

Налагодженню теплих стосунків сприяють індивідуалізовані звертання. Малюки, які прийшли з сім'ї, не реагують на узагальнене «діти». Але звертатися слід до них, з одного боку, індивідуально, на ім'я («Маринко, ходімо мити ручки»), а з іншого – наголошувати на приналежності до групи, вчити реагувати на звертання «діти» («Дітки, тепер всі сідайте за столики!»)

Всі незвичні дітям дії слід пояснювати багаторазово: «Зараз ми всі будемо одягатися на прогулянку. Підійдіть до своїх шаф. Це у нас Оліна шафа, це – Іванкова, а це – твоя. Ти, Ігорю, молодець, сам свою шафу знайшов».

Якщо діти розуміють вихователя, їх легко навчити тих речей, з якими вдома не стикалися або робили інакше. Але все ж найважливішим залишається індивідуальний підхід – слід пам'ятати, хто що вміє, у кого, які проблеми.

Вихователь має привертати увагу один до одного, домагатися, щоб вони запам'ятали, як кого звуть, бажано, щоб зверталися на ім'я один до одного. Для цього слід використовувати ритуали вітання й прощання з кожною дитиною: «Ось діти й Іринка прийшла. Доброго ранку, Іринко. Діти, давайте всі разом з нею привітаємося».

Якщо дитина погано їсть, недопустимо годувати її силоміць. Якщо не засинає, можна дати іграшку, посидіти з нею, заспокоїти, дозволити не спати, а просто полежати із заплющеними очима.

З першого дня дитини в закладі дошкільної освіти вихователь активно працює з сім'єю, щоб полегшити адаптацію малюка. Працювати буде легше, якщо педагог дізнається від батьків, про поведінку дитини вдома, про її звички й уподобання, індивідуальні особливості. Важливо, щоб мама відчула: вихователь опікується не взагалі дітьми, а бачить серед них її конкретну дитину й готовий брати до уваги всі її особисті відмінності.

Було б дуже добре, аби вихователь, зустрічаючи малюка вранці, й мовою, й жестами виявляв своє тепле ставлення до нього. Розташуватися треба так, щоб очі дорослого були на рівні очей дитини. Якщо вона охоче йде на контакт, варто взяти її за руку. Якщо ж малюк притуляється до мами – не наполягайте. Нехай мама тримає його за руку стільки, скільки він захоче. Зазначимо, що теплий, доброзичливий, уважний прийом обумовлює й перші враження дитини про дитсадок, і її настрій, і готовність попрощатися з матір'ю, залишитися в групі.

Від початку перебування дитини в закладі дошкільної освіти педагог має забезпечити, насамперед, психологічний і фізичний комфорт для дітей, пом'якшити труднощі переходу від домашнього (різного в усіх) до суспільного (однакового для всіх) способу життя.

У період адаптації дуже важливо проявити максимум терпіння до будь-якого з прохань і навіть вередувань дитини й заслужити її довіру, це – основне завдання вихователя. Допомагають дітям справитись з напруженням, стресами улюблені іграшки чи речі, принесені з дому – лялечка, іграшковий песик тощо. Ці предмети в садочку дитина може носити з собою, класти у свою шафу, а ляльку навіть брати на час денного сну до ліжечка.

Якщо діти розуміють вихователя, їх легко навчити тим речам, з якими вдома вони не стикались або звикли робити інакше. Звичайно, найважливішим залишається індивідуальний підхід – слід пам'ятати, хто що вміє, в кого які проблеми.

Виходячи з типових для адаптаційного періоду труднощів зі сном, апетитом, нестабільністю гігієнічних навичок тощо, вихователю й помічнику вихователя слід максимально враховувати вікові й індивідуальні особливості дітей.

Якщо вихователі й батьки разом доброзичливо, але твердо сприймають життя малюка в нове русло, жодних особливих проблем із дитиною (якщо вона фізично й психічно здорова) не буде.

Дотримання правил прийому новачків дасть змогу встановити довірливі стосунки з ними та їхніми сім'ями, а також, що особливо важливо, зберегти здоров'я дітей.

ЩОБ ПРОЦЕС АДАПТАЦІЇ НЕ ЗАТЯГУВАВСЯ, НЕОБХІДНО:

- ✓ Давати позитивні настановлення, підтримувати бажання дитини йти в садок.
- ✓ Дитина має відчувати повне розуміння між батьками та вихователями, тоді вона швидше звикає
- ✓ У перші дні – короткочасне перебування у групі – 1-2 години.
- ✓ Наблизити домашній режим до садкового.
- ✓ Утримуватися від шумних масових вистав, або зменшити емоційне навантаження.
- ✓ Навчати навичок самообслуговування (одягання, умивання, складання іграшок).
- ✓ Головною педагогічною умовою успішної адаптації дитини до дитячого садочка є єдність вимог до малюка в сім'ї та в дитсадку!