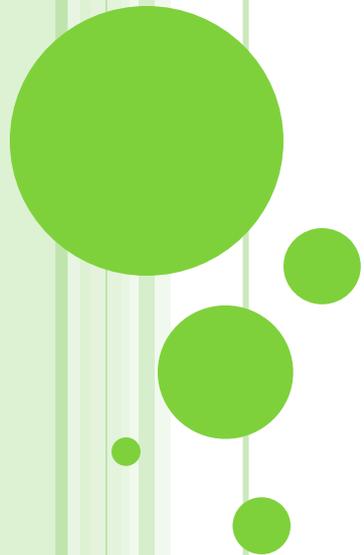


# АДАПТАЦИЯ К ДЕТСКОМУ САДУ



# **АДАПТАЦИЯ - ПРОЦЕСС ПРИВЫКАНИЯ К НОВЫМ УСЛОВИЯМ, ПОНИМАНИЕ НОВЫХ РОЛЕЙ И ПРАВИЛ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ**

Что меняется?

- ? отсутствие рядом близких взрослых
- ? новый режим
- ? постоянный контакт с большим числом ровесников
- ? большая сенсорная нагрузка
- ? уменьшение количества и качества внимания
- ? стиль общения и реакция на поведение

Может длиться до 2 месяцев / 2 недели = заново



## ОСОБЕННОСТИ ВОЗРАСТА

2-3 года - не обязательно и нужно скорее маме

? Важный взрослый пока – родитель

осложняется в зависимости от типа привязанности

5 лет - нужно ребенку, есть потребность в общении со сверстниками

? Важный взрослый – уже не родитель

? Начинаются возрастные страхи



# Что хорошо уметь до сада

- ? Навыки самообслуживания
- ? Просьбы ко взрослому
- ? Сообщать о своем состоянии
- ? Решение понятных социальных ситуаций
- ? Выход из конфликта
- ? Адекватное выражение негативных (и не только) чувств



# УБЕЖДАЕМСЯ, ЧТО РЕБЕНОК ЗНАЕТ, ЧТО ТАКОЕ «ДЕТСКИЙ САД» И РАЗВЕИВАЕМ МИФЫ

- ? Игры
- ? Рисование
- ? Сказкотерапия
- ? Опыт других детей
- ? Посещения (в идеале!)



## **СИМПТОМЫ СТРЕССА:**

- ? Нарушения сна
- ? Снижение или потеря аппетита и наоборот
- ? Регресс
- ? Изменение активности
- ? Снижение познавательного интереса
- ? Избегание контактов
- ? Страхи
- ? Снижение иммунитета/заболевания

**ЧАЩЕ ВСЕГО ЕСТЬ БОЛЕЕ ГЛУБОКАЯ ПРИЧИНА!**



# ЧТО ДЕЛАЕМ?

- ? Позитивная мотивация – сад как новое достижение, а не наказание!
- ? Ритуал прощания, закрепленный ДО САДА
- ? Рассказывать и показывать, что все дети идут домой
- ? Выслушиваем, но не допрашиваем
- ? Отсутствие эмоциональных и сенсорных перегрузок.
- ? Игры, в которых можно выплеснуть энергию
- ? Одинаковый с садиковым режим, даже в выходные



# ПОЧЕМУ БОЛЕЕТ?

- ? Новые вирусы/бактерии/контакты
- ? Психосоматика
  - Ребенку в саду плохо
  - Маме плохо, когда ребенок в саду



## Что поможет маме?

- ? Уверенность в своем решении и снижение тревожности (больше узнать про сад, про режим и т.д.)
- ? Не подглядываем в окна
- ? «Галочки» за дела, для избегания чувства вины
- ? Поддержка или хотя бы отсутствие «укусов» от родственников
- ? Общение с мамами ровесников

Иногда: оценка своих страхов + работа над ними



# ОШИБКИ

- ? Наказывать ребенка садом («Вот пойдешь в садик, тогда и ...»).
- ? «Исчезать» при прощании
- ? Прощание в трёх актах
- ? Отрицательно отзываться о воспитателях и работниках сада в присутствии ребенка.
- ? Отучать от чего-нибудь (соска, памперсы и т.п.), приучать к чему-то новому (отдельная комната, новая диета и т.п.), выдвигать новые требования (новые обязанности, новые «горизонты» и т.п.
- ? Обман и несоблюдение договоренностей
- ? Игрушки за «остался в садике»



**ВАЖНО УЧЕСТЬ**

