3 степени адаптации к детскому саду и 8 важнейших советов психолога по её улучшению.

Практически все родители рано или поздно сталкиваются с ситуацией, когда их подросшие малыши вынуждены знакомиться с детсадом. В этот момент перед взрослыми членами семьи и встаёт множество вопросов, например, как будет проходить адаптация в детском саду, в каком возрасте отдать своё чадо в ДОУ, как ускорить привыкание к изменившимся требованиям и условиям.

Подобные сомнения и тревоги абсолютно естественны, так как на несколько лет дошкольное учреждение станет если не вторым домом для ребёнка, то существенной частью его жизни. К тому же именно от успешности адаптации часто зависит психологическое и физическое здоровье малышей.

Вот почему вопрос, как помочь ребёнку адаптироваться к детсадовскому коллективу, должен озаботить родителей ещё до того момента, как двери ДОУ гостеприимно распахнутся перед новыми воспитанниками. Предлагаем изучить основные проблемы, могущие возникнуть перед мамами и папами, а также основные способы их решения.

Содержание

1. Что такое адаптация?

2. Степени адаптации

2.1. Лёгкая адаптация

2.2. Привыкание средней тяжести

2.3. Тяжёлая адаптация

3. Что влияет на адаптацию ребёнка?

3.1. Возраст ребёнка

3.2. Состояние здоровья

3.3. Степень психологического развития

3.4. Уровень социализации

4. Этапы адаптации маленького ребёнка к детскому саду

5. Как адаптировать ребёнка к детскому саду? 6 полезных умений для детсадовца

6. Советы психолога: 6 разговоров о садике

7. Занятия с детьми по подготовке к садику

8. Рекомендации для родителей, как облегчить расставание с малышом

8.1. Необходимые действия

8.2. Ненужные действия

9. Консультация для родителей от доктора Комаровского

10. Что делать, если адаптация к детскому саду уже началась?

11. Памятка для родителей: адаптация ребёнка в детском саду и основные ошибки

12. В качестве заключения

Что такое адаптация?

В общем плане под этим процессом понимают приспособление индивида к новой среде и условиям. Такие изменения оказывают влияние на психику любого человека, в том числе и малышей, которые вынуждены приспосабливаться к саду.

Следует подробнее разобраться в том, что представляет собой адаптация к детскому садику. В первую очередь она требуется от ребёнка огромных энергетических затрат, в результате чего детский организм перенапрягается. К тому же нельзя сбрасывать со счетов изменившиеся жизненные условия, а именно:

- отсутствуют поблизости мамы с папой и прочие родственники;
- необходимо соблюдать чёткий дневной распорядок;
- нужно взаимодействовать с другими детьми;
- уменьшается количество времени, которое уделяется конкретному ребёнку (педагог общается одновременно с 15 — 20 малышами);
- малыш вынужден подчиняться требованиям чужих взрослых.

Итак, жизнь малыша изменяется коренным образом. К тому же адаптационный процесс нередко чреват нежелательными сдвигами в детском организме, которые выражаются внешне в виде нарушенных поведенческих норм и «плохих» поступков.

Стрессовое состояние, в котором находится ребёнок, пытаясь приспособиться к изменившимся условиям, выражается следующими состояниями:

- **нарушенный сон** – ребёнок просыпается со слёзками и отказывается засыпать;
- **сниженный аппетит (или его полное отсутствие)** – ребёнок не желает пробовать незнакомые блюда;
- **регрессия психологических умений** – ребёнок, прежде говорящий, умеющий одеваться, использовать столовые приборы, ходить в горшок, «теряет» подобные навыки;
- **снижение познавательного интереса** – малыши не интересуются новыми игровыми принадлежностями и ровесниками;
- **агрессия или апатия** – деятельные дети внезапно снижают активность, а прежде спокойные малыши выказывают агрессивность;
- **понижение иммунитета** – в период адаптации маленького ребёнка к детскому саду снижается устойчивость к инфекционным заболеваниям.

Таким образом, адаптационный процесс – сложное явление, во время которого поведение ребёнка может кардинально меняться. По мере привыкания к садику подобные проблемы исчезают или существенно сглаживаются.

Степени адаптации

Процесс адаптации ребёнка в детском саду может протекать по-разному. Одни ребятишки скорее привыкают к изменившейся обстановке, другие же надолго беспокоят родителей негативными поведенческими реакциями. Именно по выраженности и длительности вышеперечисленных проблем и судят об успешности адаптационного процесса.

Психологи выделяют несколько степеней адаптационного процесса, характерных для малышей преддошкольного возраста.

Лёгкая адаптация

В этом случае малыш вливается в детский коллектив за 2 — 4 недели. Подобный вариант адаптации характерен для большинства ребятишек и отличается ускоренным исчезновением негативных поведенческих реакций. Судить о том, что малыш с лёгкостью привыкает к садику, можно по следующим особенностям:

- он без слёз и истерик заходит и остаётся в групповом помещении;
- при обращении глядит в глаза педагогам;
- способен озвучить просьбу о помощи;
- первым идёт на контакт с ровесниками;
- способен занять себя на короткий промежуток времени;
- с лёгкостью подстраивается под дневной распорядок;
- адекватно реагирует на воспитательские одобрительные или неодобрительные реплики;
- рассказывает родителям, как проходили занятия в саду.

Привыкание средней тяжести

Сколько длится адаптационный период в детском саду в данном случае? Не менее 1,5 месяцев. При этом ребёнок частенько болеет, демонстрирует выраженные негативные реакции, однако невозможно говорить об его дезадаптации и неспособности влиться в коллектив.

> При наблюдении за ребёнком можно отметить, что он:
> с трудом расстаётся с матерью, плачет немного после разлуки;
> при отвлечении забывает о расставании и включается в игру;
> общается со сверстниками и воспитателем;
> придерживается озвученных правил и распорядка;
> адекватно реагирует на замечания;
> редко становится зачинщиком конфликтных ситуаций.

> Тяжёлая адаптация
> Малыши с тяжёлым типом адаптационного процесса встречаются довольно редко, однако их легко можно обнаружить в детском коллективе. Некоторые из них проявляют открытую агрессию при посещении садика, другие же уходят в себя, демонстрируя полную отстранённость от происходящего. Продолжительность привыкания может составлять от 2 месяцев до нескольких лет. В особо тяжёлых случаях говорят о полной дезадаптации и невозможности посещения дошкольного учреждения.
> Основные особенности ребёнка с тяжёлой степенью адаптации:
> нежелание контактировать с ровесниками и взрослыми;

слёзы, истерики, ступор при расставании с родителями в течение долго времени;
отказ заходить из раздевалки в игровое помещение;
нежелание играть, принимать пищу, ложиться в кроватку;
агрессивность либо замкнутость;
неадекватное реагирование на обращение к нему воспитателя (слёзы или испуг).
Следует понимать, что абсолютная неприспособленность к садику – явление чрезвычайно редкое, поэтому необходимо обратиться к специалистам (психологу, неврологу, детскому врачу) и сообща выработать план действий. В некоторых случаях медики могут посоветовать повременить с посещением ДОУ.

Что влияет на адаптацию ребёнка?
Итак, период адаптации малышей в детском саду всегда протекает по-разному. Но что же влияет на его успешность? К числу важнейших факторов специалисты относят возрастные характеристики, детское здоровье, степень социализации, уровень познавательного развития и пр.

Возраст ребёнка
Нередко родительницы, стремясь пораньше выйти на рабочее место, отдают малыша в детский сад в два года, а то и раньше. Однако чаще всего подобный шаг не приносит особой пользы, поскольку ребёнок раннего возраста ещё не способен взаимодействовать с ровесниками.
Конечно, каждый ребёнок – яркая индивидуальность, однако, по мнению многих психологов, можно выделить оптимальный возрастной промежуток, который более всего подходит для привыкания к детскому саду – и это 3 года.
Всё дело в так называемом кризисном периоде трёх лет. Как только малыш пройдёт данный этап, у него повышается уровень самостоятельности, снижается психологическая зависимость от матери, следовательно, ему гораздо проще с ней расстаться на несколько часов.

Почему не следует спешить с отправкой ребёнка в дошкольное учреждение? В возрасте 1 — 3 лет происходит формирование детско-родительских отношений и привязанности к матери. Именно поэтому продолжительная разлука с последней вызывает у малыша нервный срыв и нарушает базовое доверие к миру.
Кроме того, нельзя не отметить и большую самостоятельность трёхлеток: они, как правило, обладают горшечным этикетом, умеют пить из чашки, отдельные ребятишки уже пытаются одеваться собственными силами. Подобные навыки существенно облегчают привыкание к саду.

Состояние здоровья
Дети с серьёзными хроническими заболеваниями (астма, диабет и пр.) достаточно часто испытывают сложности с привыканием в силу особенностей организма и повышенной психологической связи с родителями.
То же самое относится и к детям, которые часто и подолгу болеют. Таким малышам требуются особые условия, сниженные нагрузки и наблюдение медицинского персонала. Вот почему специалисты рекомендуют отдавать их в садик позже, тем более что из-за болезненности режим посещения ДОУ нарушится.
Основные проблемы адаптации болеющих детей в ясельной группе:
ещё большее понижение иммунитета;
рост восприимчивости к инфекциям;
повышение эмоциональной лабильности (периоды плаксивости, истощённости);
возникновение несвойственной агрессивности, повышенной активности или, напротив, медлительности.

Перед поступлением в дошкольное учреждение дети обязаны пройти медосмотр. Не нужно этого пугаться, наоборот, у родителей появится возможность ещё раз посоветоваться с врачами по поводу того, как пережить адаптацию с минимальными потерями.

Степень психологического развития

Ещё один момент, который может воспрепятствовать успешному привыканию к ДОУ – отклонение от усреднённых показателей познавательного развития. Причём привести к дезадаптации может как задержанное психическое развитие, так и одарённость.

В случае задержки умственного становления применяют особые коррекционные программы, помогающие восполнить пробелы в знаниях и повысить познавательную активность малышей. При благоприятных условиях такие дети к школьному возрасту догоняют ровесников.

Одарённый ребёнок, как это ни удивительно, также попадает в группу риска, поскольку его познавательные способности выше, чем у сверстников, к тому же он может испытывать сложности с социализацией и коммуникацией с одногруппниками.

Уровень социализации

Адаптация ребёнка к детскому саду предполагает рост контактов с ровесниками и с незнакомыми взрослыми. При этом существует определённая закономерность – скорее привыкают к новому обществу те малыши, чей социальный круг не ограничивался родителями и бабушками.

Те же ребятишки, кто редко взаимодействовал с другими детьми, наоборот, сложно адаптируются к изменившимся условиям. Слабые коммуникативные навыки, неумение разрешать конфликтные ситуации вызывает рост тревоги и приводит к нежеланию посещать садик.

Безусловно, данный фактор во многом зависит от педагогов. Если воспитатель хорошо ладит с ребёнком, адаптация заметно ускорится. Вот почему, если имеется такая возможность, следует записываться в группу к той воспитательнице, отзывы о которой чаще всего позитивные.

Этапы адаптации маленького ребёнка к детскому саду

Адаптация детей – процесс неоднородный, поэтому специалисты выделяют несколько периодов, характеризующихся выраженностью негативных реакций. Конечно, подобное разделение довольно условно, однако помогает понять, насколько успешным будет привыкание.

Первый этап – он же острый. Основная его особенность – максимальная мобилизация детского организма. Ребёнок постоянно возбуждён и напряжён, неудивительно, что родители и педагоги отмечают плаксивость, нервность, капризность и даже истеричность. Помимо психологических изменений, можно обнаружить и физиологические перемены. В некоторых случаях отмечается увеличение или уменьшение частоты сердечного ритма, показателей кровяного давления. Повышается восприимчивость к инфекциям.

Вторую фазу называют умеренно острой, поскольку выраженность негативных реакций снижается, а ребёнок приспосабливается к изменившимся условиям. Отмечается снижение возбудимости и нервности малыша, улучшение аппетита, сна, нормализация психоэмоциональной сферы.

Однако говорить о полной стабилизации состояния пока не приходится. На протяжении всего этого периода возможно возвращение негативных эмоций, появление нежелательных реакций в виде истерик, плаксивости или нежелания расставаться с родителями.

Третий этап – компенсированный – стабилизирует детское состояние. В заключительном адаптационном периоде происходит полное восстановление психофизиологических реакций, ребёнок успешно вливается в коллектив. Более того, он может приобрести новые умения – например, пользование горшком или самостоятельное одевание.

Как адаптировать ребёнка к детскому саду? 6 полезных умений для детсадовца

Чтобы процесс привыкания прошел максимально успешно, быстро и безболезненно, специалисты советуют заранее прививать будущему дошколёнку важнейшие навыки. Вот почему родителям следует знать, чему желательно научить ребёнка, отправляющегося в ДОУ.

Самостоятельно одеваться и раздеваться. В идеале трёхлетки уже должны снимать плавки, носочки, колготки, надевать майку и кофточку, куртку. С застёжками могут возникнуть сложности, однако приучать к ним всё же следует. Для этого можно купить игрушки-шнуровки. Кроме того, развесьте в комнате картинки с последовательностью одевания (их можно скачать бесплатно в интернете).

Пользоваться ложкой/вилкой. Облегчению привыкания способствует умение орудовать столовыми приборами. Для этого нужно отказаться от поильничков, бутылок, непроливаек, которые не способствуют скорому взрослению.

Проситься и ходить на горшок. Следует избавляться от подгузников уже в полуторагодовалом возрасте, тем более что умение проситься и ходить в ночную вазу существенно упростит адаптацию, поскольку ребёнок будет увереннее себя ощущать среди умелых ровесников.

Воспринимать разную пищу. Для многих трёхлеток характерна избирательность в пище. В идеале родителям следует приблизить домашнее меню к садиковскому. Тогда завтраки и обеды в ДОУ не станут напоминать войну между детьми и воспитателями.

Общаться со взрослыми. Довольно часто можно услышать своеобразную речь ребёнка, которая понятно только маме. Некоторые малыши вообще общаются жестами, справедливо полагая, что родители всё поймут. Перед садиком следует проследить за снижением лепетных слов и жестов.

Играть с детьми. Чтобы улучшить коммуникативные навыки ребёнка, необходимо почаще вводить его в детский коллектив. Психологи советуют регулярно ходить в гости к семьям с маленькими детьми, гулять на детских площадках, играть в песочнице.

В яслях и садиках имеются специальные адаптационные группы для будущих дошкольников. Обязательно узнайте, имеется ли такая услуга в вашем ДОУ. Посещение подобных групп позволит познакомить малыша с воспитателями, самим зданием и новыми правилами поведения.

Советы психолога: 6 разговоров о садике

Рекомендации родителям по адаптации детей часто включают совет больше разговаривать с ребёнком о дошкольном учреждении. Только как это сделать правильно и о чём нужно говорить с малышом, чтобы облегчить будущее привыкание?

Объясните максимально простым языком, что такое детский сад, зачем туда ходят детки, почему так важно его посещать. Простейший образец: «Садик – большой дом для малышей, которые вместе кушают, играют и гуляют, пока их родители работают».

Расскажите ребёнку, что садик – это своего рода работа для ребятишек. То есть мама трудится учителем, врачом, менеджером, папа – военным, программистом и т.д., а малыш будет «работать» дошкольником, потому что стал совсем взрослым.

Каждый раз, проходя мимо детского сада, не забывайте напоминать, что через некоторое время ребёнок также сможет сюда ходить и играть с другими детьми. В его присутствии также можно рассказывать своим собеседникам о том, как гордитесь новоиспечённым дошколёнком.

Рассказывайте о дневном режиме садика, чтобы снять страхи и неуверенность. Пусть ребёнок не всё запомнит в силу возраста, зато он будет знать, что после завтрака будут игры, затем прогулки и кратковременный сон.

Не забудьте рассказать о том, к кому ребёнок сможет обратиться, если вдруг захочет воды или в туалет. Кроме того, ненавязчиво уточните, что не все просьбы будут выполняться мгновенно, поскольку для воспитателей важно уследить сразу за всеми детьми.
Поделитесь своей историей посещения дошкольного учреждения. Наверняка у вас сохранились фотографии с утренников, где вы рассказываете стихи, играете в куклы, идёте с родителями из садика и т.д. Родительский пример позволяет малышу скорее привыкнуть к садику.
Не нужно перехваливать детский сад, расписывая его уж совсем в радужных красках, иначе малыш разочаруется в воспитателе и одногруппниках. Одновременно нельзя пугать его дошкольным учреждением и педагогом, который «покажет, как следует хорошо себя вести!» Старайтесь выдерживать золотую середину.

Занятия с детьми по подготовке к садику
Сюжетно-ролевая игра и прослушивание сказочных историй – любимые развлечения маленьких детей. Поэтому советы психолога часто включают такие пункты, как занятия и сказки для успешной адаптации в детском саду. Цель подобных игр – в непринуждённой форме ознакомить малыша с режимом и правилами детского сада.
Заручитесь «поддержкой» детских игрушек – кукол, плюшевых медвежат. Пусть любимая пластиковая подружка станет воспитателем, а плюшевый мишка и робот – детсадовцами, которые только посещают дошкольное учреждение.
Причём занятия должны повторять практически весь день будущего дошкольника. То есть плюшевый мишка пришёл в садик, поздоровался с тётей-воспитательницей, поцеловал мамочку на прощание и начал играть с другими ребятишками. Затем он позавтракал и начал заниматься.
Если ребёнок с трудом расстаётся с мамой, особый упор нужно делать именно на данном моменте. Для этого лучше использовать специальные сказки для быстрой адаптации в детском саду, в которых, к примеру, котёнок перестаёт плакать после ухода матери и начинает весело играть с другими зверушками.
Ещё одна возможность облегчить адаптацию к садику – использование подручных средств: презентация, мультфильмы и сборник стихотворений про детский сад. Подобные полезные инновационные материалы адаптируют малышей не хуже, а порой и лучше обычных рассказов.
Рекомендации для родителей, как облегчить расставание с малышом
Обычно к трёхлетнему возрасту малыши достаточно легко отпускают от себя мам и прочих значимых взрослых, поскольку, как мы уж отмечали, на данном этапе возникает естественное желание быть самостоятельным, независимым от родителей.
И всё же встречаются ситуации, когда малыш и мать превращаются практически в единый организм. Из-за этого адаптация ребенка в детском саду может существенно усложниться, также повышается вероятность полной дезадаптации.
В идеале необходимо приучать малыша к родительскому отсутствию последовательно и заблаговременно. И всё же можно в короткий срок понизить психоэмоциональную зависимость детей от мамы. Рассмотрим основные советы родителям от опытных специалистов.
Необходимые действия
Старайтесь привлекать к взаимодействию с ребёнком папу и прочих близких родственников. Чем больше малыш будет контактировать с другими взрослыми (а не только с мамой), тем проще ему будет привыкнуть к воспитателю.
После этого познакомьте ребёнка со своими друзьями. Поначалу они играют с малышом в присутствии с родителями, чтобы он смог спокойно ощущать себя рядом с малознакомыми взрослыми. С адаптировавшимся ребёнком легче будет отлучаться.

Следующий этап – выход на улицу. Нужно объяснить малышу, что мама отлучится в магазин, пока бабушка или знакомая тётя будет рассказывать интересную сказку. При этом не нужно отпрашиваться у ребёнка, просто ставьте его в известность.
Последовательно приучайте малыша к той мысли, что ему нужно находиться одному в комнате. Вы можете готовить обед, пока ребёнок будет играть в детской. Затем данные правила можно применять во время занятия в песочнице или на прогулке.
Не называйте ребёнка застенчивым, букой, рёвой, плаксой, хвостиком и прочими малоприятными словами. Наоборот, как можно чаще рассказывайте ему и другим, какой он у вас коммуникативный, общительный и весёлый.
Ненужные действия
Нельзя сбегать от ребёнка тайком, пусть даже в этот момент он сидит с бабушкой. Обнаружив пропажу матери, он, во-первых, серьёзно испугается, а во-вторых, начнёт плакать и кричать при следующих попытках родителей отлучиться.
Не рекомендовано оставлять ребёнка в квартире одного, особенно если он отличается повышенной тревожностью и беспокойством. Кроме того, маленькие ребятишки даже за несколько минут способны найти «приключения» даже в самом безопасном доме.
Не следует поощрять ребёнка вкусностями и игрушками за то, что он позволяет вам отлучаться. Если подобное будет практиковаться, то малыш и в садике будет требовать материального поощрения буквально каждый день.
Вы можете придумать какие-либо облегчающие расставание ритуалы. Только не следует превращать их в полноценный обряд, больше напоминающий торжество или праздник. Это может быть обычный поцелуй, обоюдная улыбка или пожатие рук.
Консультация для родителей
Посещение дошкольного учреждения – важнейшее условие полноценного развития ребёнка. Как облегчить данный период?
начинайте посещение детского садика в тот момент, когда мать ещё не вышла на работу. Если ребёнок вдруг простудится, родительница сможет его забрать из ДОУ и побыть с ним дома одну-две недели;
лучше всего адаптировать детей к детскому саду в определённые сезоны – летнее и зимнее время. А вот межсезонье – не лучший период для начала посещения садика, поскольку повышается вероятность простудиться;
не будет лишней информация и о том, как проходит адаптация именно в конкретном детском саду. Возможно, воспитатели практикуют принудительное кормление или чрезмерно укутывают малышей на прогулки.
Чтобы происходила ускоренная адаптация в детском саду, придерживайтесь некоторых важных рекомендаций:
снизьте требования к ребёнку на начальных этапах привыкания к дошкольному учреждению. Даже если он плохо себя ведёт, нужно проявлять снисходительность;
обязательно подготавливайте ребёнка к расширению социальных контактов с помощью более частых и продолжительных прогулок, игр в песочнице.
обязательно занимайтесь повышением иммунитета. Если защитная система организма улучшится, ребёнок станет меньше болеть, следовательно, привыкание пройдёт значительно быстрее.
Что делать, если адаптация к детскому саду уже началась?
Итак, малыш уже начал ходить в дошкольное учреждение, но попросту ждать окончания привыкания не следует. Успешная адаптация ребенка в детском саду, советы по которой дают психологи и медики, заключается в активной позиции родителей. Чем можно помочь своему чаду?

Не следует сразу отдавать ребёнка на целый день. Лучше всего осуществлять постепенный переход от привычного режима к изменённым условиям, то есть отдавать малыша сначала на пару часов, а уже затем увеличивать срок пребывания в садике.

Обязательно проявляйте искренний интерес к тому, чем занимался ребёнок в ДОУ. Если он что-то слепил, нарисовал, поклеил, следует его похвалить и поставить поделку на полочку.
Изучайте любую информацию, которую предоставляет воспитатель или психолог дошкольного учреждения. Обычно в группе устанавливается папка передвижка «Адаптация ребёнка в детском саду».
Также следует чаще общаться с воспитателями, которые заполняют регулярно лист адаптации, специальный бланк посещения садика, также психологом заполняется карта на каждого ребёнка в ясельной группе.
Не переживайте особо, если ребёнок после садика кажется уставшим или осунувшимся. Разумеется, чужие люди, новые знакомства – это серьёзный стресс для детского организма. Пусть малыш отдохнёт и выспится.
Чтобы малыши поскорее адаптировались, необходимо ограничить повышенные эмоциональные нагрузки. Психологи советуют отказаться от посещения массовых развлечений; мультики и просмотр различных изображений, видео также нужно ограничить.
Если у малыша имеются определённые психоэмоциональные или физиологические особенности (гиперактивное поведение, проблемы со здоровьем), об этом необходимо сообщить педагогическому и медицинскому коллективу.
Слёзы и истерики – это «презентация», рассчитанная на маму. Именно поэтому специалисты советуют папам провожать ребёнка в детский сад, поскольку сильный пол обычно строже реагирует на подобное манипулятивное поведение.
Обеспечьте ребёнку спокойную семейную обстановку во время адаптационного процесса. Выражайте всячески своё расположение новоиспечённому дошкольнику: целуйте, обнимайте и т.д.
Памятка для родителей: адаптация ребёнка в детском саду и основные ошибки
Итак, были описаны основные правила по улучшению адаптации малышей к дошкольному учреждению. Однако никто из родителей не застрахован от ошибочных действий. Вот почему необходимо подробнее остановиться на наиболее распространённых заблуждениях:
сравнение с другими ребятишками. Адаптируемся мы все по-разному. Вот почему не следует сравнивать малыша с его ровесниками, которые гораздо быстрее привыкают к детскому коллективу и воспитателю;
обман. Не нужно обещать ребёнку, что вы заберёте его через часик, если планируете вернуться только в вечернее время. Подобные родительские обещания приведут к тому, что малыш будет ощущать себя преданным;
наказание садиком. Не следует наказывать ребёнка более длительным пребыванием в дошкольном учреждении, если он привык находиться в ДОУ всего несколько часов. Это приведёт лишь к усилению нелюбви к садику;
«подкуп» сладостями и игрушками. Некоторые мамы и папы подкупают ребятишек, чтобы те хорошо себя вели в дошкольном учреждении. В результате ребёнок будет в дальнейшем шантажировать взрослых, требуя от них гостинцы ежедневно;
отправление в садик заболевшего малыша. В адаптационный период любая простуда способна надолго выбить ребёнка из колеи, поэтому не следует при недомогании отводить дошкольника в садик, иначе существует риск усилить симптоматику недуга.
Ещё одна распространённая родительская ошибка – исчезновение мамы, которая не желает отвлекать ребёнка от игрушек или детей. Подобное поведение, как мы уже говорили, приведёт лишь к тому, что у малыша повысится тревожность и возникнут многочисленные страхи. Не исключено усиление истерик.
В качестве заключения
Детский сад и адаптация – понятия часто неразрывные, поэтому не следует воспринимать привыкание к ДОУ в качестве какого-то абсолютного зла и негатива. Наоборот, подобный

процесс достаточно полезен для ребёнка, поскольку готовит его к будущим переменам в жизни – школе, институту, семейным отношениям.
Обычно малыш привыкает к садику за пару-тройку месяцев. Но если детское состояние со временем не стабилизируется и возникают всё новые психологические проблемы (агрессия, тревожность, гиперактивность), следует обязательно пообщаться с психологом по поводу дезадаптации.
Если же проблема никак не решается, возможно, стоит рассмотреть вопрос о более позднем посещении детского сада. Бабушка может посидеть с малышом несколько месяцев? Вероятно, это будет наилучшим выходом из сложившейся ситуации. Удачной адаптации к садику!