

## Родителям об особенностях адаптации детей к детскому саду

Попадая в незнакомую ситуацию, вынужденно вступая в общение с незнакомыми людьми, даже взрослый человек будет чувствовать себя некомфортно. Каково же тогда приходится 2-летним малышам?

У ребенка происходит сложный процесс приспособления организма:



К сожалению, этот процесс протекает зачастую сложно и болезненно. Посещение детского сада становится стрессовой ситуацией. Ребенок испытывает внутренний дискомфорт, который приводит к капризам, истерикам, отказам от еды, сна, общения со сверстниками, болезнями. У некоторых появляются нежелательные для его возраста привычки (снова начинает сосать палец, грызть ногти). Это свидетельствует о трудностях адаптационного процесса.

**Факторы, мешающие адаптации малыша к д/с:**

- Особенности высшей нервной деятельности (темперамента).
- Слишком сильная зависимость ребенка от мамы.
- Чрезмерная тревожность родителей.
- Нежелание взрослых давать большую самостоятельность малышу. Родители, несмотря на стремление ребенка сделать что-то самостоятельно, стараются помочь ему - так быстрее, меньше хлопот в итоге ребенок чувствует себя в детском саду беспомощным и не приспособленным к новым условиям.
- Воспитание ребенка в духе вседозволенности (а в группе живем по правилам).
- Неумение ребенка занять себя игрушкой.
- Наличие у ребенка своеобразных привычек. Неврологическая симптоматика у ребенка: астеничность, гиперактивность и т.п..
- Болезненность малыша.
- Несформированность элементарных культурно-гигиенических навыков.
- Отсутствие в доме адекватного малышу режима дня.
- Отсутствие опыта общения ребенка с незнакомыми людьми. Дети, привыкшие к общению только с родителями, лишены возможности общаться со сверстниками, также испытывают трудности, потому что навык общения уже сформирован (ребенок должен видеть, что существуют такие же, как он, дети, со своими потребностями, желаниями).
- Наличие у ребенка стереотипов, которые формируются в семье, и накладывают отпечаток на его поведение, и затрудняют процесс адаптации. Например, ребенок приучен засыпать только в том случае, если рядом ложится мама.

Итак, для того чтобы процесс адаптации привел к позитивным результатам заботливым родителям нужно грамотно и безболезненно помочь своему ребенку пережить процесс перехода из дома в детский сад. Необходимо по возможности уменьшить наличие и ослабить влияние мешающих факторов, а это в первую очередь работа окружающих ребенка взрослых над собой.

**И самое главное:**

Следите за собой, возможно, вам тяжелее расстаться с ребенком, чем ему с вами. Если у мамы есть уверенность в том, что садик – это хорошо, то такой оптимизм передается и ребенку. Если же мама изначально боится: вдруг ребенок будет болеть, вдруг его будут обижать – это тоже влияет на малыша. Ребенку такой тревожной мамы будет труднее адаптироваться в новых условиях.