

Адаптационный период

Адаптация – это не что иное, как приспособление организма и психики ребенка к новым условиям. Детям любого возраста может быть тяжело адаптироваться, ведь их жизнь полностью меняется.

Адаптация протекает у всех по-разному, в зависимости от ребенка, его характера, состояния здоровья и темперамента. В среднем, адаптационный период около 1-2 месяца, однако может растянуться на полгода и больше.

Первое пребывание в саду длится у всех по-разному. Один ребенок будет целый час плакать, а второй полдня играть. Если вы пообещали прийти за ребенком через час или до обеда, обязательно выполните свое обещание.

Следует помнить, что в адаптационный период нужно уменьшить нагрузку на нервную систему ребенка.

Надо:

- Уменьшить просмотр телевизора
- Читать книги
- Играть в спокойные игры
- Обнимать и целовать ребенка как можно чаще, скажите, что понимаете, что ребенку страшно. Скажите, что любите его, что справитесь вместе.

Не нужно:

- Ругать за то, что ребенок стал себя хуже вести
- Посещать шумные мероприятия
- Ходить в цирк, зоопарк, кафе
- Плохо говорить о саде
- Наказывать ребенка садом, забирать домой последним
- Наказывать за детские капризы
- Говорить “не бойся”, “не плачь”, “не расстраивайся”. Ребенок уже боится и переживает и такими фразами он услышит только то, что вы его не понимаете и не можете помочь. Также может появиться негатив, я боязливый, пугливый, плохой.