

Адаптация ребенка в новом коллективе?

Появление ребенка в коллективе — всегда стресс. Это может быть садик, первый класс или же позже переход из одного коллектива в другой.

Предсказать реакцию ребенка сложно. Существуют разные факторы, влияющие на его адаптацию в коллективе. И здесь, родители, должны быть крайне внимательны к детям, чтобы вовремя помочь, поддержать и изменить ситуацию к лучшему.

Если ваш ребенок идет впервые в детский сад, желательно окружить его повышенным вниманием, он должен чувствовать, что он не один. Очень важно подстроить распорядок дня под новые условия, заранее приучать ребенка к раннему подъему, чтобы первый день в новом коллективе не осложнил и без того напряженное состояние малыша. Будите ребенка с улыбкой, передавая ему свой позитивный настрой. Рассказывайте свои детские истории, чтобы у него складывалось мнение, что детский сад или школа — самые обычные для всех дела.

Бывает, совершенно домашний ребенок практически не общался ни с кем кроме родных и близких, такого будет полезно побольше водить на игровые площадки, где будет много незнакомых детей. При этом внимательно наблюдайте за его поведением. Не старайтесь сразу решать какие-то конфликтные ситуации (если у него забирают игрушку или не хотят с ним играть), дайте ему возможность решить проблему самостоятельно. Не лишним будет посещение образовательных кружков или спортивных секций, где малыш научится первым навыкам поведения в незнакомом обществе, а вы сами сможете понаблюдать за ним со стороны и сделать определенные выводы о его характере. Как часто бывает, что бойкие и активные дома дети в коллективе превращаются в незаметных и скромных, и наоборот, тихони вдруг раскрываются до неузнаваемости. Появление в садике можно сделать

проще, постепенно погружая ребенка в новый коллектив. В первый день вы можете оставить его на пару часов, затем на полдня и затем уже на весь день. При этом внимательно слушайте, что малыш рассказывает о новом круге общения, как он реагирует на вопросы, приятна ли ему беседа.

Отрицательное отношение к коллективу может выражаться в нежелании говорить, бывает замкнутость, раздражение, агрессия, беспокойный сон.

Постарайтесь убедить ребенка, что детский сад или школа — это своеобразная работа для него, такая же, как и для вас ваша. Объясните, что вы не можете быть с малышом постоянно, что каждый выполняет свою работу и что когда малыш будет расти, будет меняться и его «работа».

Сначала это садик, затем школа, институт, и когда он совсем вырастет, то будет ходить на настоящую работу как папа и мама. При благоприятных условиях (чуткость и внимание родителей и воспитателей) ребенок адаптируется в новом коллективе от 2 до 4 месяцев. Но сами понимаете, назвать определенные сроки сложно. Поэтому постарайтесь набраться терпения, чтобы пройти все трудности вместе. Адаптация будет проходить сложнее если: — ребенок единственный в семье; — ребенок сверхопекаем родными; — ребенок неуверенный в себе; — часто болеющий ребенок; — тревожный ребенок. Чем взрослые могут помочь ребенку? Прежде всего ему крайне необходимо чувствовать, что он не один. Он окружен друзьями и людьми, готовыми протянуть ему руку помощи. Зная своего малыша, вы заранее можете обсудить особенности его характера с воспитателем, учителем или тренером. Опытный педагог всегда сможет поддержать новичка и заинтересовать в нем других детей. Постарайтесь ненавязчиво присутствовать в жизни ребенка, стройте разговор о прошедшем дне таким образом, чтобы ему самому захотелось поделиться с вами своими сомнениями и переживаниями. Рассказывайте своему ребенку об аналогичных ситуациях из вашего детства, подсказывая, как вы находили

выход из затруднительного положения. Давая оценку ситуации, лучше ставить акценты таким образом, чтобы складывалось впечатление, что у всех бывают такие проблемы и, возникнув однажды, они проходят. Проблемы, вызванные адаптацией в новом коллективе, бывают разными по своей сложности, но не пытайтесь сразу разобраться со всеми обидчиками ребенка, дайте ему возможность проявить твердость, настойчивость и разумность. Решив проблему самостоятельно, конечно, с вашей невидимой помощью, малыш сможет стать сильнее и уверенней в этой непростой жизни. В тот период, когда ваш ребенок появляется в новом коллективе, постарайтесь, чтобы все остальное в его жизни осталось прежним, не создавая дополнительного дискомфорта. Отложите на время ремонт, если вы его затеяли, подождите с новой секцией или кружком, пусть все остальное останется прежним на время его адаптации. Поверьте, появление в садике или в школе — более чем сильное потрясение для малыша. До того, как ваш ребенок появится в новом коллективе, постарайтесь посещать людные места, расширяя его кругозор: театр, музеи, выставки, где помимо множества людей будет еще и большой поток информации. Это будет своеобразная тренировка. Настраивая своего малыша на перемены, постарайтесь позитивно настроиться на эти перемены и сами. Позитивный настрой непременно будет передаваться и ребенку, так же как и ваши страхи и сомнения. Расскажите с теплотой пару историй из вашей собственной жизни, дайте понять и почувствовать то, что вы с удовольствием вернули бы это замечательное время и как вам было хорошо. Оставляя малыша в садике или в школе, постарайтесь, чтобы прощание не было продолжительным. За эти минуты ребенку крайне важно почувствовать, что он любим и что вы за ним обязательно вернетесь. Пребывание в садике или школе — не наказание, а что-то обычное, что было в жизни каждого. Не старайтесь настаивать на чем-то, просто умеете выслушать и прислушивайтесь к

сказанному. Если малыш не хочет быть вовлечен во что-то в новом коллективе (играть, например, с определенными детьми), не нужно настаивать, дайте ему почувствовать, что вы его понимаете и поддерживаете. Важно, чтобы тема садика или школы почаще присутствовала в разговорах, но сделайте эти обсуждения ненавязчивыми, перенося тему на других лиц (А что нового было сегодня? Чем сегодня занимались? А что ребятам понравилось больше всего? Что было самое интересное? А вот когда я ходила в садик (школу), мы делали... Помню, как мы готовили этот праздник... У нас в группе (классе) был такой мальчик...). Можно и даже интересно проигрывать ситуации. Можно устроить мини-театр, создав тему истории, связанную с новым коллективом, искусственно создавая проблемы перед кукольными героями и давая возможность ребенку «потренироваться». Здесь главное, увидеть и подсказать правильный выход из сложной ситуации. Терпения вам, дорогие родители. Удачи вам и малышу. И пусть появление вашего ребенка в новом коллективе станет удивительным приключением для всех вас, воспоминания о котором будут согревать ваши сердца и вызывать улыбку всю жизнь!