**«Адаптація дитини з вадами зору в дитячому садку.»**

***Поради батькам.***

Практично перед усіма молодими батьками рано чи пізно постає питання про необхідність віддавати дитину в дитячий сад, адже, на жаль, але декретна відпустка може тривати максимум три роки. І далеко не в кожній сім’ї є можливість скористатися послугами няні. Та й бабусі далеко не завжди мають можливість дні безперервно проводити з онуками. Ось тут на допомогу батькам і приходить дитячий сад. Важливим етапом для дитини та її батьків є адаптація до умов дитячого садка. Іноді цей процес може ускладнюватися, викликаючи активний протест дітей. Всі діти є абсолютно унікальними особистостями, зі своїм способом мислення, поглядом на життя і способами прояву емоцій. Причини, з яких дитина активно протестує проти відвідування дитячого саду, також можуть бути самими різними. А, відповідно, і способи вирішення даної проблеми також мають бути різними. Більше того — кожна дитина вимагає свого індивідуального підходу. Дану проблему необхідно не ігнорувати, а в терміновому порядку вирішувати. І перше, що необхідно зробити, це зрозуміти, чому дитина вередує, не хоче ходити в дитячий садок.Як показує статистика, нерідко самі батьки є винуватцями формування у дитини негативного ставлення до дитячого садка. І починаються ці проблеми на самому початку — під час адаптаційного періоду, через який проходять всі діти без винятку. Дитячі психологи та лікарі — терапевти поділяють всіх діток на три основних групи, залежно від того, як у них протікає цей самий адаптаційний період:

1. ***Перша група адаптації***. У цю групу потрапляють ті малюки, які переносять адаптаційний період найбільш важко. Подібні малюки відразу ж після початку відвідування дитячого садка починають безперервно хворіти, причому абсолютно незалежно від пори року. Крім того, в подібній групі малюків не рідкісні різні нервово — психічні розлади, часто досить серйозні.
2. ***Друга група адаптації***. Дітлахи, які потрапляють у другу групу адаптації, також відразу ж після початку відвідування садка починають хворіти різними простудними та гострими респіраторними захворюваннями. Однак, на відміну від першої групи, у подібних малюків ніяких нервово — психічних розладів не спостерігається, хіба що якесь легке занепокоєння в перші дні.
3. ***Третя група адаптації***. Ну,а до третьої групи адаптації фахівці відносять тих дітей, у яких адаптаційний період проходить абсолютно без всяких ускладнень. Адаптація дітей у дитячому садку пройде в цьому випадку гладко.

Як правило, тривалість адаптаційного періоду дорівнює приблизно одному місяцю. Але, природно, вона може дуже сильно варіюватися — від тижня і до декількох місяців, залежно від індивідуальних особливостей кожної конкретної дитини.

***Що може доставляти психологічний дискомфорт дитині?***

До речі кажучи, небажання дитини йти в дитячий сад, страх перед ним в перші дні, і навіть тижні, після початку відвідування цілком зрозумілі і природні. Більше того — вони свідчать про те, що психологічний розвиток дитини протікає абсолютно нормально. Існує кілька основних факторів, що доставляють дитині найбільший психологічний дискомфорт: *Навколишня обстановка:* як всім відомо, найголовнішою умовою для психологічного комфорту і впевненості дитині життєво необхідна стабільність. Однак навколишнє оточення в дитячому садку радикально відрізняється від домашньої обстановки. Причому найчастіше дитину з душевної рівноваги можуть виводити такі дрібниці, на які доросла людина навіть і уваги ніякої не звернула б — колір фіранок, постільної білизни, освітлення та інше. *Режим дня:* існує одна старовинна істина — перед тим, як віддати дитину в дитячий садок, обов’язково поступово переводьте її на той режим дня, який буде в садку. Однак практично завжди батьки ігнорують цю дуже розумну пораду. І в результаті дитина, яка звикла спати до 10 — 11 годин ранку, неминуче буде протестувати проти того, що її в 7 ранку насильно витягають із теплого ліжка і практично волоком тягнуть в дитячий садок. Та ще й улюблена матуся піде. Ну як тут гірко не розплакатись?Для того щоб уникнути зайвого дратівного фактора для психіки дитини, необхідно заздалегідь дізнатися розпорядок дня в тому дитячому садку, який буде відвідувати дитина. І починати, як мінімум за місяць до передбачуваної дати першого відвідування дитячого садка починати привчати дитину до нього. Цим самим батьки в дуже великій мірі полегшать життя і собі, і своєму малюкові. *Ущемлене ЕГО дитини:* ще один фактор, проти якого дуже сильно протестують дуже багато дітей — це колектив. І в цьому немає нічого дивного — кілька років весь світ крутився навколо дитини, її почуттів, бажань і потреб. А тепер дитина оточена великою кількістю дітей, і вона більше не є центром уваги, тому що вихователь при всьому своєму величезному бажанні просто фізично не може віддавати всю свою увагу кожній дитині окремо. Як правило, особливо сильним травмуючим фактором це є для тих дітей, які в сім’ї одні, або молодші. Адже чого гріха таїти — молодші дітки завжди бувають трохи більше розпещеними, навіть у тому випадку, якщо батьки з усіх сил намагаються ні в якому разі не розділяти дітей. Для того щоб знизити ступінь тяжкості даного травмуючого фактора, психологи радять якомога частіше оточувати малюка дітьми — на дитячих майданчиках, дитячих святах. *Незнайомі люди:*досить велика кількість незнайомих людей, які починають оточувати дитину, яка пішла в дитячий садок. Вихователі, няні, музичні та фізкультурні працівники — дитині вкрай важко звикнути до них. Дитина починає відчувати серйозний психологічний стрес, який і виявляється криками і плачем. Для того щоб уникнути цього, необхідно своєчасно турбуватися питанням соціалізації малюка. Не варто тримати дитину вдома, далеко від суспільства. Чим частіше дитина буде спілкуватися з дорослими людьми, тим безболісніше для неї пройде період адаптації в дитячому садку. Дитина може спілкуватися з далекими родичами, друзями мами і тата, в кінці — кінців, з бабусями на лавці біля під’їзду. До речі кажучи, дуже багато дитячих психологів радять батькам знайти можливість, і заздалегідь познайомити дитину з вихователем у дитячому садку. Для будь-якої дитини мама — це навіть не центр всесвіту, це весь всесвіт. А в садочку дитина змушена розлучатися зі своєю гаряче улюбленою матусею. І це не дивно — адже раніше  ви були разом нерозлучно практично весь час. Найчастіше цей стресовий фактор є одним з найбільш важких в період адаптації дитини. Не варто злитися на дитину, що плаче, яка відчайдушно хапає вас за одяг — вона дійсно щиро вірить у те, що мама може піти і не повернутися за нею. І той факт, що і вчора, і позавчора ви поверталися за нею, і сьогодні теж повернетеся, і будь-які інші розумні доводи не в силах вгамувати панічний страх дитини. Для того щоб полегшити моральний стан дитини, необхідно заздалегідь привчати дитину до того, що мама іноді йде. Але завжди повертається назад. З самого раннього віку залишайте малюка хоча б на короткий проміжок часу — з татом, бабусею, подругою. І під час адаптаційного періоду в дитячому садку дитині буде набагато легше. *Невідомість:* ще однією причиною того, чому дитина не хоче йти в дитячий сад, є банальний страх перед невідомістю. Дитина просто боїться того, чого вона не знає. Найчастіше батьки, чуючи про це від психологів, дивуються і заперечують — але ж дитина ходить у дитячий садок вже тиждень — два! Однак пам’ятайте про те, що для дитини вкрай важлива стабільність? А відчуття стабільності в кожної людини, а не тільки у дитини, виробляється приблизно через місяць після радикальних змін в житті.Так невже ж у цьому випадку не можна нічого вдіяти? Звичайно ж, можна. Батьки повинні заздалегідь, напередодні, дізнаватися у вихователя про те, що очікується наступного дня — які заняття, які ігри, меню. І обов’язково дуже докладно розповідайте дитині про все ввечері, перед сном. А по дорозі в садок ще раз розкажіть про це. Через кілька днів, коли дитина переконається в тому, що вона заздалегідь точно обізнанна про те, чого їй очікувати, вона перестане боятися невідомості в дитячому садку.