

Ата-аналарға кеңес беру

Балаға балабақшадағы жаңа өмірге бейімделу үшін уақыт қажет.

Әр ата-ана үшін оның ең жақсы, ең ақылды баласы. Бірақ оны балабақшаға береді. Әрине, анам мен әкем бақшаға байланысты алғашқы тәжірибелерге ие. Бала қалай үйренеді? Оған ұнай ма?

Балалар балабақшаға әр түрлі жолмен үйренеді: біреу балабақшаға алғашқы күннен бастап қуанышпен барады, бірақ бұл ережелерден ерекше жағдай, ал біреу күні бойы тыныштала алмайды, ал ата-аналар кешке айқайлайды.

Көбінесе 2-3 жастағы балаларда анамен қоштасу көз жасымен бірге жүреді, содан кейін олар ойыншықтарға алаңдап, тынышталады. Және бұл қалыпты жағдай.

Сұрақ: "бала балабақшаға үйреніп, жылауды тоқтатқан кезде". Уақыт өтіп, бейімделу кезеңі аяқталады. Бұл кезеңнің ұзақтығы әр адамда болады.

Мұның бәрі балалардың бейімделу деңгейіне байланысты.

Бейімделу-бұл ағзаның жаңа ортаға бейімделуі немесе бейімделуі. Бала үшін балабақша, сөзсіз, әлі белгісіз кеңістік, жаңа орта мен қарым-қатынас. Бұл процесс ақыл-ой энергиясының үлкен шығындарын талап етеді және көбінесе дененің психикалық және физикалық күштерін шиеленістірумен немесе тіпті асқынумен өтеді.

* Жеңіл. 1-ден 16 күнге дейін созылады.

* Орташа. 16-дан 32 күнге дейін созылады.

* Ауыр. Ол 64 күнге дейін созылуы мүмкін.

Ауыр немесе қолайсыз бейімделудің түрі салмақ жоғалтуымен немесе кенеттен, ешқандай себепсіз, температураның қысқа мерзімді көтерілуімен сипатталады. Стресс баланың қорғаныш тосқауылдарын бұзады, денсаулық жағдайын қолдау үшін қажетті бірқатар маңызды физиологиялық реакцияларды бұзады және - барлық аурулардан қорғайтын қорғаныс қабығы жоқ. Желдің кез-келген соққысынан бала ауырады, бейімделу бұзылады, ал үзілістен кейін ол қайтадан бейімделуге мәжбүр болады.

Жеңіл бейімделудің түрі жаңа ортаға - жарты айға үйренумен сипатталады, ал баланың мінез-құлқында көрінетін өзгерістер қысқа мерзімді және шамалы, сондықтан бала ауырмайды.

Аралық нұсқа-балалар ағзасындағы әртүрлі бейімделу өзгерістері кезеңінің орташа ауырлығы бейімделу кезеңімен сипатталады - бір айдан астам, кейде оның барысында ешқандай асқынусыз аурулар мүмкін.

Баланың балабақшаға үйренбеуінің себептері

Таңертең аналарға қыздарымен және ұлдарымен бөлісуді жеңілдету үшін балалардың жылау себептерін қарастырыңыз. Оларды жойыңыз-көз жасы жоғалады.

* Бала балабақшаға баруға дайын емес:

* мәдени-гигиеналық дағдылар қалыптаспаған;

- * ол ойыншықтармен өз бетінше ойнауды білмейді;
- * отбасындағы режим Dow режиміне сәйкес келмейді.
- * Денсаулық жағдайы. Ауырған бала сау балаға қарағанда жаңа жағдайларға бейімделу қиынырақ.
- * Биологиялық себептер:
 - * жүктілік кезінде анадағы күшті токсикоз;
 - * босану кезіндегі асқынулар;
 - * өмірдің алғашқы үш айындағы аурулар.
- * Жеке себептер. Кейбір балалар мектепке дейінгі мекемеге барудың бірінші күнінде тыныш және тыныш әрекет етеді, ал 2-3 — ші күні олар жылай бастайды, ал басқалары, керісінше, алғашқы күндерде истерияны ұйымдастырады, содан кейін олардың мінез-құлқы қалыпқа келеді.
- * Отбасындағы өмір жағдайлары. Егер баланы туыстарына апарса, таныстарына барып, саяхаттап жүрсе, онда ол балабақшаның жаңа жағдайына тезірек үйренеді.
- * Құрдастарымен шектеулі байланыс. Әлеуметтік үйірмесі "ана-әже-әке" азайтылған балаларға бейімделу қиын. Мұндай нәрестелерде көптеген балалар қорқыныш тудырады, жалғыз болу үшін бір жерге тығылғысы келеді. Ата-аналар баланы балабақшаға түсуге қалай дайындауы керек.
- * Балаға балалармен және ересектермен қарым-қатынас жасау дағдыларының" құпияларын ашыңыз".
- * Баланы балабақшаға қабылдау үшін мүмкіндігінше оңды етіп орнатыңыз.
- * Бала кезінде сізді толғандыратын мәселелерді талқыламаңыз: бала тыңдамай, тыңдайды.
- * Балаңызды сізден уақытша бөлуге дайындаңыз және оған бұл үлкен болғандықтан ғана мүмкін емес екенін айтыңыз.
- * Балаңызға ол сіз үшін бұрынғыдай қымбат және сүйікті екенін үнемі түсіндіріп беріңіз.
- * Баланы үйде өзіне-өзі қызмет көрсетудің барлық қажетті дағдыларын үйретіңіз.
- * Күндізгі үй режиміне балабақша режимінің сәттерін енгізіңіз .
- * Шынықтыру шараларының рөлін арттырыңыз. Олар жұқпалы аурулардан қорғамайды, бірақ мүмкін асқынулардың ықтималдығын азайтады.
- * Баланы балабақшамен баланың күнәлары үшін, сондай-ақ оның тілазарлығы үшін жаза ретінде қорқытпаңыз.
- * Баланың балабақшаға түсуі қарсаңында немесе бала ауырып қалған жағдайда жүйке болмаңыз және өз алаңдаушылығыңызды көрсетпеңіз: бала ата-ананың жауап беру тәсілдерін белгілейді және оларды өзінің үлгісі мен мінез-құлық стиліне қосады.
- * Баланы үлкен күйге келтіріңіз. Оған оның бақшаға дейін өсіп, соншалықты үлкен болғанына өте керемет екенін үйретіңіз.
- * Бірінші рет үйге ертерек барыңыз, отбасында оған тыныш, жанжалсыз

климат жасаңыз.

* Жүйке жүйесіне жүктемені азайтыңыз: циркке, театрға, қонаққа және басқа да адамдар көп және шулы жерлерге баруды уақытша тоқтатыңыз, телешоуларды көруді азайтыңыз.

* Баланы орамаңыз, бірақ топтағы температураға сәйкес киіңіз.

* Баланың қатысуымен балабақша туралы жаман сөйлесудің немесе онымен байланысты мәселелерді талқылаудың қажеті жоқ.

* Баланы балабақшамен "жазалау" және соңғылардың арасында оны үйге апару.

* Оның топтағы балалармен қарым-қатынасына кедергі жасаңыз: маңызды ересек адам, топта қалу өз баласын бақылау екіұштылық жағдайын тудырады, бұл баланың шешілмеу сапасын нашарлатады және жаңа жағдайда стихиялық мінез-құлықты үйренуге кедергі келтіреді.

Баланың бейімделуін қиындататын ата-аналардың қателіктері

2-3 жастағы баланың балабақшаға бейімделуі кезінде анасы мен әкесі не істей алмайды:

* Баланы қорқытуға болмайды. Көбінесе ата — аналар балаларын балабақшамен қорқытады: "сіз маған бағынбайсыз-ертең балабақшаға барасыз". Ойланыңыз, қорқатын жер жағымды эмоциялар тудыруы мүмкін бе?

* Бөлу кезінде көз жасыңыз үшін жазаламаңыз. Ешқашан балаға балабақшаға барғысы келмейтіні және жылағаны үшін ашуланбаңыз. Бұл 2-3 жастағы балалар үшін қалыпты реакция. Жақсы поцелуй, оны құшақтап, оны өте жақсы көретіндігіңізге тағы бір рет сендіріңіз және оны балабақшадан алыңыз.

* Сіз балаға кейінірек орындай алмайтын нәрсені уәде ете алмайсыз.

Мысалы, егер анасы оны кешкі астан кейін бірден аламын десе, онда ол мұны істеуі керек. Орындалмаған уәдеге байланысты балалар жиі истерияға ұшырайды. Егер анасы уәде беріп, келмеген болса, онда ол түнде балабақшада қалуы мүмкін. Осылайша баланың сенімін біржола жоғалтуға болады. Сіз тек кешке ғана алып, "бос" уәделер бере алмайтыныңызды нақты айтқан дұрыс.

Баланы бақшаға бейімдеу туралы айтқанда, нәресте қаншалықты қиын және оған қандай көмек қажет екендігі туралы жиі айтылады. Бірақ ата-аналар әрдайым" кадрдан тыс " қалады, олар аз стресс пен тәжірибе алады! Олар сондай-ақ көмекке мұқтаж және оны ешқашан алмайды.

Көбінесе аналар мен әкелер олармен не болып жатқанын түсінбейді және эмоцияларын елемеуге тырысады. Бірақ мұны жасамаңыз. Сіз өзіңіздің барлық сезімдеріңізге құқығыңыз бар және бұл жағдайда олар табиғи.

Бақшаға кіру-бұл баланы ата-анасынан бөлу сәті және бұл барлығына арналған сынақ. Бізде ата-аналар да ұмтылмайды" сердце, олар көреді, қалай бастан кешіп, сәби, ал ең алдымен ол заплакать кезде ғана бір еске

алынғанда, ертең баруға тура келеді бақшасы.

Өзіңізге көмектесу үшін сізге:

* бақшаға бару отбасы үшін шынымен қажет екеніне сенімді болыңыз.

Мысалы, анасы отбасының кірісіне (кейде жалғыз) үлес қосу үшін жұмыс істеуі керек болған кезде. Кейде аналар қажет болған жағдайда ерте тұрып, бейімделуге көмектесу үшін баланы бақшаға ертерек береді. Бақшаға барудың орындылығы туралы күмән аз болған сайын, баланың ерте ме, кеш пе, оны жеңе алатынына сенім артады. Бала осы сенімді позицияға жауап бере отырып, тезірек бейімделеді.

* нәресте іс жүзінде "әлсіз" тіршілік иесі емес екеніне сену. Баланың бейімделу жүйесі бұл сынаққа төтеп бере алатындай күшті, тіпті көз жасы өзенге ағып кетсе де. Парадоксальды, бірақ факт: баланың жылағаны жақсы! Маған сеніңіз, оның нағыз қайғысы бар, өйткені ол ең қымбат адаммен — анасымен бөліседі! Ол сіздің міндетті түрде келетініңізді әлі білмейді, режим әлі орнатылмаған. Бірақ сіз не болып жатқанын білесіз және балаңызды бақшадан алып кететіндігіңізге сенімді боласыз. Ең жаманы, бала стресстің қысылуымен қатты қысылып, жылай алмайды. Жылау-жүйке жүйесінің көмекшісі, ол оның шамадан тыс жүктелуіне жол бермейді. Сондықтан баланың жылауынан қорықпаңыз, балаға "жалаңаш" үшін ашуланбаңыз. Әрине, балалардың көз жасы сізді алаңдатады, бірақ сіз оны да жеңе аласыз.