

Советы специалистов

Адаптация детей с нарушением зрения

Адаптация – сложный и постепенный процесс привыкания к новым **условиям**, требованиям, нормам, правилам.

Для всех детей, в том числе и детей с **нарушением зрения** приход в **детский сад** – это первый сильный стресс в их жизни; привыкание проходит бурно и более или менее продолжительно. Некоторые дети привыкают к **детскому саду быстро**, без каких-либо изменений в привычном поведении. Поступление в **детский сад** – первая ступень в формировании у ребёнка самостоятельных отношений вне дома. Ребёнок с **нарушением зрения** находится в более тяжёлых **условиях**, чем другие дети, поскольку **нарушение зрения** накладывает свой специфический отпечаток на период **адаптации ребёнка с нарушением зрения к детскому саду**.

С поступлением в дошкольное учреждение в жизни **ребенка с нарушением зрения** происходит множество **изменений**: определённый режим дня, отсутствие родителей в течение продолжительного времени, новые требования к поведению, постоянный контакт со сверстниками, новое помещение, другой стиль общения. Все эти изменения обрушиваются на ребёнка с **нарушением зрения одновременно**, создавая для него стрессовую ситуацию, которая без специальной организации может привести к невротическим реакциям, таким, как капризы, страхи, отказ от еды, частые болезни, психическая регрессия и т. д. Для начального этапа **адаптационного периода ребёнка с нарушением зрения** характерны: эмоциональная напряженность, беспокойство различной степени выраженности или напротив заторможенность.

Как родители могут помочь своему ребёнку с нарушением зрения в период адаптации к ДОУ

1. По возможности расширять круг общения ребёнка, помочь ему преодолеть страх перед незнакомыми людьми, обращать внимание ребёнка на действия и поведение посторонних

людей, высказывать положительное отношение к ним.

2. Помочь ребёнку разобраться в **игрушках**: использовать сюжетный показ, совместные действия, вовлекать ребёнка в игру.

3. Развивать подражательность в **действиях**: «**полетаем**, как **воробушки**», «**попрыгаем**, как **зайчики**».

4. Учить обращаться к другому человеку, делиться игрушкой, жалеть плачущего.

5. Не высказывать сожаления о том, что приходится отдавать ребёнка в дошкольное учреждение. Некоторые родители видят, ребёнок недостаточно самостоятелен в группе, например, не приучен к горшку. Они пугаются и перестают водить его в **детский сад**. Это происходит оттого, что взрослые не готовы оторвать ребёнка от себя.

6. Приучать к самообслуживанию, поощрять попытки самостоятельных действий.

*****Период адаптации может быть разным.** Одной из закономерностей является то, чем старше **ребенок**, тем длиннее **адаптационный период**. Длительность **адаптации** зависит также и от уровня развития **ребенка**. Если с ним систематически занимаются дома и **ребенок** растет и воспитывается общительным и самостоятельным, то в группе он быстро установит контакт с воспитателем, сможет занять себя содержательной игрой, по мере сил обслужить себя, не будет чувствовать себя брошенным и беспомощным. **Ребенок** с таким уровнем развития привыкает к **детскому саду** в течение 10 – 12 дней. Если у малыша слабо развита речь, уровень самостоятельности низок, он не сможет обходиться без взрослых ни в игре, ни в режимных моментах. В новых для него **условиях ребенок не отходит от мамы**, тут же начинает плакать, если не видит ее. Период **адаптации** такого **ребенка** может растянуться до месяца. Наиболее эмоционально уязвимы при поступлении в **детский сад** дети с сильной привязанностью к матери и малым социальным опытом (*отсутствие общения со сверстниками, контактов с взрослыми и т. п.*) – это дети от 1 года до 3 лет.

Это возникает, как правило, в связи с тем, что многие родители во многом жалеют **ребенка**, ссылаясь на имеющиеся зрительные **нарушения**, такие родители делают все за **ребенка**, во всем делают ему снисхождения. Для таких детей **адаптация** – это изнуряющий плач, отказ от всего, чем занимаются другие дети, рыдания при сборах на прогулку, подготовке к обеду. Дети с нормой **адаптируются относительно легко**, и негативные моменты у них уходят в течение 1–3 недель, иногда **адаптация** у детей с нормой затягивается до 3 месяцев. В сравнении, у детей с **нарушением зрения**, **адаптация** может длиться до 4-6 месяцев, а у некоторых детей – после года пребывания в саду.

Адаптационный период считается законченным, если ребёнок с аппетитом ест, быстро засыпает и вовремя просыпается в бодром настроении, играет один или со сверстниками.

Если родителям удалось сформировать у ребёнка с **нарушением зрения** навыки самообслуживания, научить играть, общаться со сверстниками, если домашний режим дня малыша совпадает с режимом **детского сада**, и наметился эмоциональный контакт ребёнка с воспитателем, то **адаптационный период** будет безболезненным и коротким.

Дети с **нарушением зрения** эмоциональны и впечатлительны. Им свойственно быстро заражаться сильными как положительными, так и отрицательными эмоциями взрослых и сверстников, подражать их действиям. Эти особенности и должны использоваться родителями при подготовке ребёнка с **нарушением зрения в детский сад**. Очень важно, чтобы первый опыт своего пребывания в **детском саду** **ребёнок с нарушением зрения** приобрёл при поддержке близкого человека.

Автор: Григорьева С. Н.