

Консультация для родителей "Особенности адаптации ребенка в санатории"



Многие родители, впервые отдавая своего малыша в санаторий на такой длительный срок, очень волнуются. Переживают: как ему будет, сможет ли он найти новых друзей, вольется ли в новый коллектив, будет ли ему комфортно психологически и прочее, прочее...

При поступлении ребенка в детский санаторий в его жизни сразу происходит множество изменений: строгий режим дня, отсутствие родителей в течение нескольких недель, новые требования к поведению, групповое круглосуточное или дневное пребывание.

Кроме того, начинается лечебный процесс: множество оздоровительных процедур, новые помещения, таящие в себе неизвестность, а значит, и «опасность», непривычный стиль общения. Дети приезжают в санаторий со всего Краснодарского края, из разных детских садов; дети имеют разный уровень физического и психического развития, воспитания, разные привычки,

обладают разными способностями. Смена коллектива и места пребывания является непривычной ситуацией, и, следовательно, наступает ожидаемый эмоциональный стресс.

Адаптационный период, т.е. привыкание, может длиться от двух до десяти суток. Это время знакомства с санаторием, приспособления к обычаям и распорядку дня, завоевания места в новом детском коллективе и налаживания отношений с персоналом. Как правило, уже на второй - третий день ребенок перестает жаловаться родителям на то, что ему скучно и/или не нравится в санатории.

От успешной психологической адаптации напрямую зависит эффективность лечебного процесса: дети с удовольствием принимают групповые и индивидуальные физиотерапевтические лечебные процедуры, активно воспринимают лечебную физкультуру, массаж. Активное участие в развлекательных и досуговых мероприятиях способствует созданию хорошего настроения, нормализации аппетита и сна.

Как же добиться, чтобы адаптационный период для ребёнка прошёл легче, а проблем и тревог у детей было меньше?

Процесс адаптации зависит от особенностей характера, темперамента и воспитания. Для более быстрого и безболезненного привыкания к санаторию желательно, чтобы ребенок умел сам заводить межличностные контакты со сверстниками и поддерживать их, то есть дружить. Чем больше опыт коммуникации у ребенка, тем легче ему будет в санатории. Быстрее всего адаптируются к санаторной жизни дети активные, общительные и контактные, те, которые активно посещают различные спортивные секции, кружки рукоделия, музыкальные и художественные школы.

А вот «домашние», робкие и застенчивые дети, ослабленные дети с хронической патологией зачастую адаптируются дольше. Они стесняются сами завести знакомство, не стремятся проявить инициативу, поэтому в первые дни, пока воспитатель знакомится со своими подопечными и группа только начинает формироваться, «тихони» больше скучают по дому, чувствуют себя лишними. Персоналу санатория требуется время на то, чтобы вовлечь таких детей в санаторную жизнь, завоевать их доверие.

Детские психологи советуют родителям и близким: *«Не стоит сразу остро реагировать на жалобы ребенка и его разочарование санаторной жизнью. Скорее всего, это временное явление, связанное с так называемым периодом адаптации».* Мы знаем, что некоторые родители, особенно те, кто впервые отправил ребенка в санаторий, начинают чрезмерно переживать, или, приняв поспешное решение, не дожидаясь конца потока, забирают своего ребёнка домой. Однако поверьте, пройдет несколько дней и ребенок успокоится, привыкнет и, вероятно, в конце смены даже не захочет уезжать домой!

Родители могут и должны подготовить каждого ребенка к санаторию, постараться привить ему те навыки, которые позволят скорее освоиться в группах, влиться в коллектив. Если ребенок отправляется в санаторий впервые или едет после неудачного опыта, родителям следует заранее узнать про распорядок и правила санаторной жизни (имеются на сайте) и подробно рассказать о них ребенку, чтоб он хорошо представлял себе куда едет. Не желательно отправлять ребенка в санаторий, если он сам совсем не хочет.

Непосредственно перед заездом родителям следует еще раз поговорить с ребенком, объяснить, что они будут по нему скучать и он, конечно, тоже; что первые дни самые сложные, что главное не робеть, не бояться спрашивать и знакомиться. Убедите ребенка, что даже будучи далеко от дома он не окажется брошенным, у него все равно будет защита и опора – это персонал санатория. Очень важно, чтобы родители объяснили ребенку, что в любой ситуации он может обратиться к медперсоналу или воспитателю за помощью или советом.

Маленьким детям можно дать с собой домашнюю любимую игрушку или книжку и сказать, что уж с такими верными и понимающими друзьями ему точно не будет одиноко!!!

Прекратить просьбы забрать ребенка домой можно различными способами. Наиболее эффективный способ - пообещать ребенку, что по окончании смены купите ему новую игрушку, сводите его в кинотеатр или зоопарк. Важно предлагать ребенку нечто желанное, не то, что, ему нужно, а то, что хочется. Обещание придется сдержать даже в том случае, если ребенку понравится в санатории и остаток смены он проведет с удовольствием!

Адаптация, естественный процесс, и все же это вовсе не означает, что не стоит обращать внимания на жалобы и слезные просьбы ребенка забрать его из санатория. Напротив, надо расспросить ребенка о том, что именно не нравится в санатории, предложить решение этих проблем, посоветовать обратиться к воспитателю, сказать, что вы тоже скучаете, но верите, что он быстро найдет новых друзей, в общем, следует настроить ребенка на хороший отдых и лечение. Ни в коем случае не обещайте забрать ребенка из санатория, если Вы не готовы сделать это! Ребенок может жаловаться на то, что ему плохо в санатории. Вам следует обязательно связаться с лечащим врачом и попросить прояснить ситуацию, чтобы понять, говорит ли ребенок правду или фантазирует с целью привлечения внимания.

Если же ребенка никто не обижал, то надо объяснить ему, что подобная ложь не только некрасива, но и чревата тем, что в следующий раз, когда действительно может потребоваться помощь, ему могут не поверить.

Демонстративный ребенок (у таких детей высока потребность в самоутверждении, поэтому они всё время озабочены тем, чтобы показать своё превосходство над другими детьми) в группе чувствует недостаток внимания

к себе и поэтому, с целью привлечения внимания, может кричать и ругаться. Однако, если поведение ребенка носит откровенно агрессивный и травмоопасный характер для него и других детей, мешает лечебному процессу, следует рассмотреть вопрос о возможной досрочной выписки или переводе из суточной группы в дневную.

Каждый ребёнок индивидуален, поэтому только родители могут решить, что для него будет лучше!