***Кеңес - әңгіме***

***Баланың балабақшаға бейімделуін қалай жеңілдетуге болады***

Балабақша-баланың өміріндегі жаңа кезең. Бала үшін бұл, ең алдымен, ұжымдық қарым-қатынастың алғашқы тәжірибесі. Барлық балалар жаңа ортаны, бейтаныс адамдарды бірден және қиындықсыз қабылдай бермейді. Олардың көпшілігі балабақшаға жылап жауап береді. Кейбіреулер топқа оңай кіреді, бірақ кешке үйде жылайды, қырсығады және топқа кірер алдында жылайды.

Бейімделу кезеңі қалай өтеді? Алдымен, бұл қиын кезеңді әр бала жеке басынан кешіретінін атап өткен жөн. Кейбір балалар тез үйренеді - 2 аптада, басқа балалар ұзағырақ - 2 ай, кейбіреулері бір жыл бойы үйрене алмайды. Бейімделу процесінің жүруіне келесі факторлар әсер етеді:

- жас;

- денсаулық жағдайы;

- өзіне-өзі қызмет көрсету дағдыларының даму деңгейі;

- үлкендермен және құрдастарымен тіл табыса білу;

- үй режимінің балабақша режиміне жақындығы.

Кез келген жастағы балаларға балабақшаға баруды бастау өте қиын. Олардың өмірінде бәрі күрт өзгереді. Келесі өзгерістер баланың үйреншікті, қалыптасқан өмір салтына тікелей әсер етеді:

• күнделікті тәртіпті айқындау;

• жақын жерде туыстарының болмауы;

• құрдастарымен ұзақ уақыт байланыста болу;

• бейтаныс ересек адамға бағыну қажеттілігі;

• оған жеке көңіл бөлудің күрт төмендеуі;

• жаңа кеңістіктік-объективті ортаның ерекшеліктері.

Баланың мектепке дейінгі тәрбиеге бейімделуі әртүрлі жағымсыз физиологиялық және психологиялық өзгерістермен қатар жүреді.

Бейімделетін бала келесі белгілермен ерекшеленеді:

• жағымсыз эмоциялардың, соның ішінде қорқыныштың басым болуы;

• құрбыларымен немесе ересектермен қарым-қатынасқа түсуді қаламау;

• өзін-өзі күту дағдыларын жоғалту;

• ұйқының бұзылуы;

• тәбеттің төмендеуі;

• сөйлеу регрессиясы;

• қозғалыс белсенділігінің өзгеруі, ол не тежелген күйге түседі, не гиперактивтілік деңгейіне дейін көтеріледі;

• иммунитеттің төмендеуі және көптеген аурулар

• Қоршаған ортаның өзгеруіне байланысты мазасыздық. Анасы жақын жерде және кез келген сәтте көмекке келе алатын үйдегі таныс, тыныш атмосферадан ол бейтаныс кеңістікке ауысады, достық болса да, бейтаныс адамдармен кездеседі.

• Баланың балабақшаға психологиялық дайын болмауы. Бұл мәселе ең қиын және жеке даму ерекшеліктерімен байланысты болуы мүмкін. Көбінесе бұл баланың анасымен эмоционалды қарым-қатынасы болмаған кезде болады.

• Өзін-өзі күту дағдыларының болмауы. Бұл баланың балабақшада болуын айтарлықтай қиындатады. Бала балабақшаға келген кезде ол:

- орындыққа өз бетінше отыру;

- кеседен өз бетінше ішу;

- қасықты қолданыңыз;

- киіну, шешіну, жууға белсенді қатысу.

• Көрсеткіштердің шамадан тыс болуы. Мектепке дейінгі кезеңде нәресте көптеген жаңа жағымды және жағымсыз тәжірибелерді бастан кешіреді, ол шамадан тыс шаршап, соның салдарынан қобалжып, жылап, капризді болуы мүмкін.

• Ойыншықпен айналыса алмау.

• Баланың ерекше әдеттері бар.

Ешқашан не істеу керек

• Балаңызды қоштасарда немесе балабақшаға бару қажет болғанда үйде жылайтындықтан жазалай алмайсыз немесе оған ашулана алмайсыз! Есіңізде болсын, оның мұндай реакцияға құқығы бар. «Ол жыламауға уәде берді» деген қатаң ескерту де мүлдем тиімсіз. Бұл жастағы балалар әлі сөзінде тұруды білмейді. Міндетті түрде келетініңізді тағы да еске салғаныңыз жөн.

• Сіз адамдарды балабақшамен қорқыта алмайсыз («Өзіңді жаман ұстасаң, тағы да балабақшаға барасың!»). Қорқынышты орын ешқашан сүйікті немесе қауіпсіз болмайды.

• Балаңыздың көзінше мұғалімдер мен балабақша туралы жаман айтуға болмайды. Бұл балаға балабақша жаман жер және оны жаман адамдар қоршап алады деп ойлауы мүмкін. Сонда уайым мүлде кетпейді.

• Мысалы, сәби жарты күн, тіпті бір күн балабақшада қалуы керек болса, тез келемін деп балаңызды алдай алмайсыз. Ол үшін анасының жақын арада келмейтінін білгені дұрыс, оны күні бойы күтіп, жақын адамға деген сенімін жоғалтуы мүмкін.

Балаңыздың күйзелісін азайту жолдары

• Баланың үйдегі күнделікті тәртібін алдын ала жасау қажет (ұйқы, ойын, тамақтану, мектепке дейінгі режимге сәйкес.

• Алғашқы күндері нәрестеңізді балабақшада 5 сағаттан артық қалдыруға болмайды. Тұру уақытын біртіндеп арттыру керек. Бірнеше күннен кейін нәрестенің тілектерін ескере отырып, оны күні бойы қалдыра аласыз.

• Күн сайын баладан күннің қалай өткенін, қандай әсер алғанын сұрау керек. Жағымды аспектілерге назар аударған жөн, өйткені ата-аналар осындай қысқа ескертулер арқылы мектепке дейінгі тәрбиеге деген оң көзқарасты қалыптастыра алады.

• Баланы ерте ұйықтатып, ұйықтар алдында онымен ұзағырақ болу, балабақша туралы сөйлескен жөн. Балабақшаға қандай ойыншықтарды алып баратынын кешке келісіп, таңертең қандай киім киетінін бірге шешуге болады.

• Демалыс күндері мектепке дейінгі мекемеде қабылданған күнделікті тәртіпті ұстаныңыз, іс-әрекеттің барлық түрін қайталаңыз.

• Балабақшаға барудан үзілді-кесілді бас тартса, балаға екі күн демалу ұсынылады. Осы уақыт ішінде ол балабақша туралы, онда оны қанша қызықты нәрселер күтіп тұрғаны туралы айту керек.

Балабақшаға бейімделу кезеңінде бала қатты күйзеліске ұшырайды. Ал бала күйзеліске ұшыраған сайын, бейімделу кезеңі ұзаққа созылады. Баланың денесі әлі күшті соққыларға төтеп бере алмайды, сондықтан оған балабақшада болған кезде жинақталған шиеленісті жеңілдету үшін көмек қажет. Балабақша қаншалықты керемет болса да, онда қандай мамандар жұмыс жасаса да, балаңызға сізден артық ешкім көмектеспейді.