

Адаптация ребенка к условиям детского сада

С поступлением ребенка в дошкольное учреждение в его жизни происходит множество изменений: строгий режим дня, отсутствие родителей в течение 9 и более часов, новые требования к поведению, постоянный контакт со сверстниками, новое помещение. Это требует от ребенка перестройки ранее сложившегося стереотипа поведения, что является очень трудной задачей и часто приводит к стрессу. Чем ребенок младше, тем труднее ему переходить от старых контактов к новым. Это особенно справедливо для детей в возрасте от 6 месяцев до 2 лет.

Адаптация как приспособление организма к новой обстановке включает широкий спектр индивидуальных реакций в зависимости от психофизиологических и личностных особенностей ребенка, конкретного характера семейных отношений и воспитания, условий пребывания в яслях и детском саду

Психологи выделяют 3 фазы адаптационного процесса

1. Острая фаза – сопровождается разнообразными колебаниями в соматическом состоянии и психическом статусе, что приводит к снижению веса, нарушению сна, снижению аппетита, регрессу в речевом развитии. В начале посещения детского сада адаптационный стресс изменяет защитные силы организма, и ребенок начинает часто болеть ОРЗ, бронхитами, инфекциями. Срывы приспособления к яслям проявляются в среднем на 4-ый день в виде различных заболеваний. Благоприятная адаптация завершается между 11 и 24 днями после поступления в детское учреждение. Дети в дневных яслях приспособляются, в среднем, 4-6 недель (в круглосуточных – 3-4 месяца).

2. Подострая фаза – характеризуется адекватным поведением ребенка, то есть все сдвиги уменьшаются и регистрируются лишь по отдельным параметрам, на фоне замедленного темпа развития, особенно психического, по сравнению со средними возрастными нормами. Фаза длится 3 – 5 месяцев

3. Фаза компенсации – характеризуется убыстрением темпа развития, и дети к концу учебного года преодолевают указанную выше задержку в развитии

Каждый из детей по-своему реагирует на трудности адаптации, однако есть и общие черты:

* У детей до трех лет проявляются беспокойство, страх, депрессивные реакции (заторможенность, вялость, безучастность);

* У детей старше трех лет наблюдается повышенная возбудимость, раздражительность, капризность, упрямство и негативизм, в полной мере выражаемые дома в качестве протеста и своеобразной эмоциональной разрядки сдерживаемого в детском саду психического напряжения.

* У плохо адаптируемых детей старшего возраста больше вероятности появления или закрепления психомоторных нервных нарушений – тиков и заикания.

Естественно, что не у каждого ребенка возникают эти реакции на отрыв от семьи, это зависит как от самого ребенка, так и от того, что он встретит в больнице или в яслях. Наибольшая вероятность появления ярко выраженных реакций приходится на возраст от 7 месяцев до 4 лет и у тех детей, которые не были подготовлены к отделению от матери, редко бывали в чужих домах или недавно уже тяжело пережили разлуку с родителями.

Тяжело адаптируются дети, являющиеся единственными в семье, чрезмерно опекаемые родителями, невротически привязанные к матери, зависимые от нее. Дети, привыкшие к исключительному вниманию, не имеющие навыков самообслуживания, неспособные наладить контакт со сверстниками из-за большого количества страхов, неуверенности в себе, незащитности, общей эмоциональной неустойчивости и недостаточно развитой ролевой структуры, неумения принимать и играть роли (в старшем дошкольном возрасте).

Различают три степени тяжести прохождения адаптационного периода:

1. Легкая адаптация – поведение нормализуется в течение 10-15 дней, ребенок прибавляет в весе соответственно возрастной норме, адекватно ведет себя в коллективе, не более в течение первого месяца посещения дошкольного учреждения.

2. Адаптация средней тяжести – сдвиги нормализуются в течении месяца, ребенок на короткое время теряет в весе, может наступить однократное заболевание длительностью 5 – 10 дней без осложнений, есть признаки психического стресса.

3. Тяжелая адаптация – длится от 2 до 6 месяцев; ребенок часто болеет, теряет уже полученные навыки, может наступить как физическое, так и психическое истощение организма, могут проявиться стойкие нарушения поведения (старается спрятаться, уйти куда – то, сидит в приемной, зовет маму и т.д.

Объективными показателями окончания периода адаптации у детей является глубокий сон, хороший аппетит, бодрое эмоциональное состояние, восстановление имеющихся привычек и навыков, активное поведение, соответствующая возрасту прибавка в весе.

**Желаем Вам и Вашим малышам прекрасного настроения
и хорошего здоровья!!!**