

Особенности адаптации детей раннего возраста к условиям ДОО

Часто родители сомневаются, нужно ли отдавать ребенка в детский сад и не будет ли это для него травматическим опытом. Да, начало посещения детского сада - это травматический опыт для ребенка, потому что меняется окружающий его социальный контекст. Но человек не может жить без общества, так что рано или поздно эту травму надо будет пережить. Кроме того, в 3 года ребенок уже нуждается в активном взаимодействии со сверстниками, а с каждым годом всё больше. Детский сад - это возможность развития коммуникативных навыков ребенка, его социализации.

Детский сад - это возможность сепарации детей от родителей и, прежде всего, от мамы. К 3 годам ребенок вполне готов к данному процессу. В этом возрасте ему важно понять, что он способен эффективно существовать самостоятельно, что он отдельная личность, а не одно целое с мамой. Родителям все это самостоятельно организовать дома не под силу.

С поступлением ребенка в дошкольное учреждение в его жизни происходит множество кардинальных изменений социального контекста. Ребенок попадает из семьи в совершенно другую среду: строгий режим дня, отсутствие родителей в течение нескольких часов, новые требования к поведению, необходимость слушаться и подчиняться новому «взрослому», постоянный контакт со сверстниками, новое помещение и резкое уменьшение персонального внимания.

Все эти изменения не следуют один за другим, а обрушиваются на ребенка как «снежный ком», вызывая стрессовую ситуацию. Эта абсолютно новая и незнакомая ребенку ситуация ставит перед ребёнком задачи социально-психологической адаптации. Ему необходимо, во-первых, привыкнуть к тому, что все внимание взрослых ему не принадлежит; во-вторых, усвоить правила группы, которые не всегда будут совпадать с его потребностями; в-третьих, научиться самостоятельно взаимодействовать, общаться, играть, договариваться с другими детьми.

Малышу необходимо «адаптироваться», т.е. приспособиться к этому «новому». Согласитесь, любой (даже самый здоровый) малыш в данной ситуации растеряется.

Один из ведущих специалистов по воспитанию детей раннего возраста профессор Аскарина, говоря о данной проблеме, часто приводит один и тот же пример. Садовник, пересаживая дерево, готовит участок, бережно окапывает дерево, стараясь не повредить его корневую систему, пересаживает вместе с землей - но, несмотря на все его усилия, дерево на новом месте болеет, пока не приживется. А теперь обратимся к детям.

То, насколько быстро и легко ваш малыш справится с новыми условиями, во многом зависит от нас с вами – взрослых. Поэтому я призываю Вас: не бросайте ребенка в воду, не научив плавать! Как показывает

практика, чем лучше родители подготовят своего ребенка к детскому саду, тем быстрее он адаптируется.

Привыкание детей к новым условиям протекает на уровне физиологическом и на уровне психологическом:

Физиологический (надо привыкнуть)	Психологический (предстоит привыкнуть)
1. Новый режим 2. Новая пища 3. Новая микросреда	1. Отсутствие значимого взрослого 2. Невозможность уединения 3. Требования к самостоятельности (необходимость самому справляться с возникающими проблемами) 4. Необходимость самоограничения
Зависит от:	Зависит от:
1. Возраста 2. Состояния здоровья, уровня иммунитета 3. Состояния нервной системы 4. Образа жизни, привычек семьи 5. Сформированности навыков самообслуживания	1. Индивидуальных особенностей ребенка (тип темперамента) 2. Степени привязанности к взрослым 3. Уровня самостоятельности 4. Уровня тренированности адаптационных механизмов 5. Знания и выполнения простейших социальных навыков 6. Психологического состояния на момент поступления в ДООУ

Адаптационный период может быть различен по продолжительности: от 2 недель до 1 мес. и даже полугода. Обычно в первые дни дети с удовольствием идут в детский сад: сказывается «эффект новизны». Наиболее сложными могут быть 3-й, 4-й дни посещения ДООУ, когда может появиться плач, нежелание уходить от мамы, отказ идти в группу. Отнеситесь к такому поведению с пониманием, заберите пораньше, однако не идите на поводу.

Дети по-разному могут входить в группу: во многом это зависит от их индивидуальных особенностей. Кто с первых минут начинает плакать и не отпускает маму, а кто-то приходит «как к себе домой». И то, и другое – норма. В самый острый период адаптации многие дети отказываются от еды,

плохо спят (чуткий, беспокойный сон), становятся капризными, утрачивают сформированные навыки и достижения развития. Могут появиться соматические расстройства: болит живот, голова, расстройства пищеварения. Но самое главное ребенок будет просить больше, чем обычно, вашего внимания и тепла: может проснуться ночью и звать маму. Все эти проявления выражены тем ярче, чем младше ребенок.

И еще одна ситуация, характерная для детей в период адаптации, о которой часто спрашивают родители: в саду и дома ребенок ведет себя совершенно по-разному (в детском саду послушен, спокоен, а дома в буквальном смысле «стоит на голове»). Это также абсолютно нормальная ситуация, характерная для многих детей. Дело в том, что по природе своей все дети – маленькие исследователи, которым необходимо все изучить и постоянно быть в движении. Однако в саду дети чаще всего не могут реализовать большинство своих импульсов. Так, что в конце дня таких нереализованных движений, эмоций накапливается довольно много. Ребенку необходимо дать возможность выплеснуть их приемлемым способом: дать вволю порезвиться на детской площадке, поиграть в подвижные, эмоциональные игры, дать возможность выплакаться, если это необходимо. В противном случае это может вылиться в истерики или повышенную двигательную активность.

По мере привыкания данные негативные проявления постепенно сходят на нет. О том, что малыш адаптировался, вы поймете, когда у него нормализуется аппетит, сон, эмоциональный фон, малыш с удовольствием начнет ходить в детский сад и радовать Вас новыми успехами.

Что можете сделать Вы, чтобы подготовить своего малыша к новым условиям и облегчить адаптационный период:

1. Как вы поняли из предыдущих слов – формировать навыки самообслуживания, подвести режим дня семьи под режим дня ДОО
2. Эмоционально настраивать малыша на посещение детского сада: всячески подчеркивать, что малышу ужасно повезло, что он пойдет в детский сад
3. Незнание всегда страшит. Поэтому необходимо заранее рассказать малышу, что его ждет в детском саду, что и в какой последовательности он будет там делать. Хорошо проиграть это в виде игры.
4. Подготовьте малыша к возможным трудностям, с которыми может столкнуться ваш малыш (захотелось пить, в туалет и т.д.).
5. Поддерживайте контакт с воспитателем: расскажите ему обо всех индивидуальных особенностях вашего малыша.
6. Старайтесь больше времени проводить с малышом, восполняйте недостаток общения.

7. При расставании обязательно говорите малышу, куда вы уходите, когда придете.

Признаки, которые вас должны насторожить:

- постоянный плач, не проходящий, доходящий до истерики. Ребенка долгое время не удастся успокоить и переключить;
- плач, доходящий до рвоты;
- появление патологических привычек: сосание пальца, грызение ногтей, раскачивается перед сном и т.д.

В данных ситуациях необходимо обратиться ко мне на консультацию!

Адаптация к детскому саду - это сложный и долгий процесс. Только любовь и принятие ребенка родителями в этот период, а также грамотная работа специалистов могут помочь ему преодолеть все трудности, открыв пути для дальнейшего благоприятного развития