

АДАПТАЦИЯ ДЕТЕЙ

Проблема адаптации детей второго – третьего года жизни к условиям дошкольного учреждения очень актуальна.

От того, как пройдет привыкание ребенка к новому распорядку дня, к незнакомым взрослым и сверстникам, зависят его физическая и психическое развития, дальнейшее благополучное существование в д/саду и в семье. К сожалению, этот процесс протекает зачастую сложно и болезненно. Ребенок может отказываться от еды сна, общения со сверстниками и взрослыми, у него появляются нежелательные для этого возраста привычки, от которых он уже избавился, например, снова начинает сосать палец, грызть ногти.

Отчего же возникает такое поведение? Дело в том, что в период адаптации ребенка к новым условиям жизни происходит своеобразная ломка, переделка сформированных ранее динамических стереотипов, касающихся определенного режима: укладывания, кормления и т.д., а также стереотипов общения.

Динамические стереотипы возникают с первых дней жизни ребенка и формируются в кругу семьи, накладывают свой отпечаток на его поведение. Так, укладывая малыша спать, мама действует в определенной последовательности, и стоит ей сделать первое движение, произвести знакомое действие, как он начинает зевать, закрывает глаза, т.е. реагирует на первый же раздражитель. Стереотипы помогают ребенку действовать, не задумываясь, не тратя лишней энергии.

Нужно отметить, что возникновение динамических стереотипов не всегда оправдано. Так, довольно часто при поступлении ребенка в дошкольное учреждение выясняется, что он приучен засыпать дома только в том случае, если рядом ложится мама. Еще один пример: малыш до 3 лет был лишен возможности общаться со сверстниками, хотя потребность в этом у него была. В первые же дни пребывания в д/саду у такого ребенка возникает множество серьезных проблем - ведь навык общения у него не сформирован.

Даже в том случае, когда дома стараются воспитывать малыша правильно (с педагогической точки зрения), в каждой семье есть свои особенности, а в соответствии с этим формируются и разные привычки. Во многих семьях с детьми много занимаются, играют, но одни родители сажают ребенка на колени, другие за обеденный стол, третьи за детский, маленький. Именно так привыкает малыш играть и общаться со взрослыми, именно этого он требует в детском саду.

Часто родители несмотря на стремление ребенка сделать что то самостоятельно, стараются помочь ему – так быстрее, меньше хлопот. Такой ребенок в саду будет чувствовать беспомощным, не приспособленным к новым условиям.

Итак, при поступлении в д/сад малыш не только расстается на длительный период с близкими людьми, но и оказывается в ситуации, в которой от него часто требуется другое поведение.

Для формирования адаптационных механизмов необходимо, с одной

стороны сочетание стереотипов, которые лежат в основе поведенческих реакций, а с другой насыщенность жизни ребенка в эмоциональной, познавательной, социальной сферах, где особенно важно развитие инициативности, самостоятельности.

С приходом ребенка в дошкольное учреждение его жизнь существенным образом меняется: строгий режим дня, отсутствие родителей или других близких взрослых, новые требования к поведению, постоянный контакт со сверстниками, новые помещения тающее в себе много неизвестного, а значит потенциально опасного, другой стиль общения.

Все это обрушивается на ребенка одновременно, создавая для него стрессовую ситуацию, которая может привести к невротическим реакциям (капризы, страхи, отказ от еды, частые болезни, психическая регрессия и т.д.) Повышение возрастного порога начала посещения дошкольного учреждения (с 1,5 до 3 лет) с одной стороны, и повышение образовательной нагрузки в дошкольном учреждении, с другой, делают проблему привыкания младшего дошкольника к условиям д/сада особенно актуальной.

Традиционно под адаптацией понимается процесс вхождения человека в новую для него среду и приспособление к её условиям. Адаптация является активным процессом, приводящим или позитивным (адаптированность т.е. совокупность всех полезных изменений организма и психики) результатом, или негативным (стресс). При этом выделяются два основных критерия успешной адаптации: внутренний комфорт (эмоциональная удовлетворенность) и внешняя адекватность поведения (способность легко и точно выполнять требования среды).

К сожалению проблемы, связанные с адаптацией, остаются на уровне теоретических исследований и сводятся к рекомендации перед поступлением ребенка в д/сад максимально приблизить домашний режим дня к режиму дошкольного учреждения.

В ходе комплексного исследования проведенного учеными в разных странах, было выделено три фазы адаптационного процесса.

- 1. Острая фаза**- сопровождается разнообразными колебаниями в соматическом состоянии и психическом статусе, что приводит к снижению веса, более частым респираторным заболеваниям, нарушению сна, снижению аппетита, регрессу в речевом развитии, фаза длится в среднем один месяц.
- 2. Подострая фаза** - характеризуется адекватным поведением ребенка, т.е. все сдвиги уменьшаются и регистрируются лишь по отдельным параметрам, на фоне замедленного темпа развития, особенно психического, по сравнению со средними возрастными нормами: фаза длится от 3-5 месяцев.
- 3. Фаза компенсации** - характеризуется убыстрением темпа развития и дети к концу учебного года преодолевают указанную выше задержку в развитии.

Педагог-психолог: Егоян С.В.