

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное
учреждение детский сад №7 «Жар-птица»



Психологическая консультация

Тема:

**«Адаптационный период в ДОУ:
сложности и предубеждения»**



Нижевартовск

Тема: «Адаптационный период в ДОУ: сложности и предубеждения»

Период привыкания ребенка раннего и младшего возраста к условиям дошкольного учреждения трудный период и для него самого и для его семьи.

Адаптация ребенка к новым социальным условиям протекает подчас очень болезненно. Когда ребенок впервые приходит в детский сад, происходит серьезная перестройка всех его отношений с людьми, ломка привычных форм жизни. Эта резкая смена условий существования может сопровождаться тяжелыми переживаниями, снижением речевой и игровой активности, а нередко сказывается и на здоровье ребенка.

Для ребенка, не посещавшего детское учреждение, непривычно все: отсутствие близких, присутствие незнакомых взрослых, большое количество детей, новый распорядок дня и т.п. Обращение персонала с детьми также резко отличается от того, к которому они привыкли дома. Новая обстановка выводит ребенка из равновесия и нередко вызывает у него бурные реакции.

Приспособление организма к новым условиям социального существования, новому режиму сопровождается изменением и на психическом, и на физическом здоровье ребенка. Особенно уязвимым для адаптации является ранний возраст, поскольку именно в этот период детства ребенок менее всего приспособлен к отрыву от родных, более слаб, и раним.

Прием новых детей в группу связан с некоторыми трудностями и для воспитателей. Не всегда им, так же, как и родителям, удается облегчить процесс привыкания детей к условиям общественного воспитания. Зачастую это связано с тем, что в группу сразу приводят нескольких новичков, постоянно нуждающихся во внимании и ласке. Это не позволяет воспитателю обеспечить необходимый контакт с детьми, найти правильный подход к ним.

Адаптация - это приспособление индивида к новым условиям существования.

Адаптация делится на биологическую и социальную.

Биологическая адаптация - изменение физиологической активности органов и их систем ребенка в ответ на изменение условий существования. В условиях тяжелой адаптации к ДОУ, у ребенка возможны замедление речевого, психического развития.

Социальная адаптация - формирование новых социальных отношений и связей ребенка в группе. Речь является при этом очень важным связующим компонентом между детьми.

Биологическая и социальная адаптация тесно взаимосвязаны, что отражается, например, в снижении функциональной активности организма в период возникновения сложных социальных взаимоотношений, что проявляется в снижении иммунитета малыша, например, в период адаптации.

Цель адаптационного периода - приспособление малыша к новым условиям его существования.

Задачи:

1. Благополучное изменение физиологической активности органов и их систем ребенка в ответ на изменение условий существования.
2. Благополучное формирование новых социальных отношений и связей ребенка в группе.

Адаптацию малыша к детскому саду можно разделить на три вида: легкая, тяжелая и средняя.

Тяжелая адаптация может длиться месяцами. В этот период у ребенка наблюдаются ухудшение аппетита, вплоть до полного отказа от еды, нарушение сна и мочеиспускания, на лицо - резкие перепады настроения, частые срывы и капризы. Кроме того, малыш очень часто болеет, что связано в первую очередь с нежеланием ребенка идти в детский сад. Такие дети в коллективе чувствуют себя неуверенно, практически ни с кем не играют.

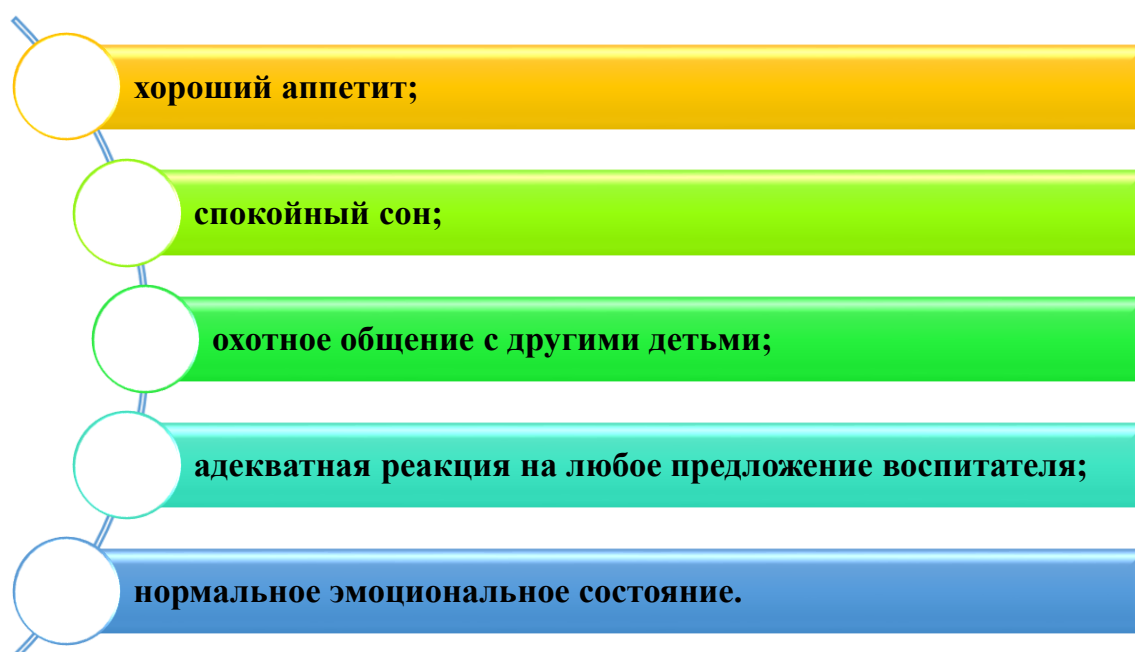
При тяжелой адаптации возможен ее срыв, который может привести к психосоматическому заболеванию ребенка:

Разлука → страх → стресс → срыв адаптации → болезнь.

Легкая адаптация - противоположная той, что была описана выше. В этом случае ребенок вливается в новый коллектив безболезненно, ему там комфортно, он не устраивает скандалов, когда мама ведет его в детский сад. Такие дети, как правило, болеют нечасто, хотя в период адаптации физиологические "срывы" все же возможны.

Средняя адаптация - когда малыш более-менее терпимо переносит походы в детский сад, может периодически "всплакнуть", но ненадолго. Этот период может длиться до двух-трех месяцев. Чаще всего в это время заболеваний не избежать.

Первые признаки того, что ребенок адаптировался



К невротическим реакциям, сопровождающим срыв адаптации, можно отнести

1. Рвота



2. Пристрастие к личным вещам



3. Наличие страхов



4. Неуправляемое поведение



5. Стремление спрятаться от взрослых



6. Истерические реакции



7. Тремор подбородка, пальчиков



Чтобы адаптация ребенка к детскому саду прошла успешно, рекомендуется начать готовить малыша к саду заранее:

1. Следует рассказать ребенку, что такое детский сад, зачем туда ходят дети, почему мама и папа хотят, чтобы малыш пошел в детский сад (чтобы было интересно, например).
2. Показать ребенку детский сад, понаблюдать за прогулкой ребят, которые уже ходят в садик. Подробно рассказать о режиме детского сада, чтобы ребенка не пугала неизвестность. Для этого следует проконсультироваться с сотрудниками детского сада, чтобы рассказ о режиме дня был правдив, иначе ребенка может ждать разочарование.
3. Поговорить с ребенком о возможных трудностях, к кому он может обратиться за помощью, как он это сделает. Следует проговаривать вместе с ребенком модели поведения, тогда малыш будет чувствовать себя увереннее.
4. Научить ребенка знакомиться с другими детьми, вместе играть, обмениваться игрушками, прощаться.
5. Следует в присутствии ребенка не выказывать своих страхов по поводу детского сада, не давать знакомым высказываться критически в отношении принятого вами решения отдать ребенка в детский сад. Уверенность родителей в правильности своего решения вселяет в ребенка, что все будет хорошо.

В период адаптации необходимо эмоционально поддерживать малыша, чаще обнимать его, больше общаться.

От того, как воспитатели и родители организуют период его адаптации, зависит и течение адаптационного периода, и дальнейшее развитие малыша.

Как помочь ребенку адаптироваться к детскому саду? Перед тем как ребенок поступит в детский сад, воспитатель должен познакомиться с ребенком и родителями и при этом важно выяснить:

1. Поведение ребенка, связанное с удовлетворением органических потребностей - навыки самообслуживания.
2. Уровень нервно-психического развития - обладает ли ребенок активной речью.
3. Некоторые черты личности ребенка - уровень социализации - наличие инициативности, самостоятельности, умение общаться с другими детьми.
4. Привязанность к матери.
5. Физическое состояние ребенка.

Таким образом, состояние здоровья, умение общаться с взрослыми и сверстниками, сформированы ли навыки самообслуживания, предметная и игровая деятельность - вот основные критерии, по которым можно судить о степени готовности малыша к поступлению в детский сад и благополучному привыканию к ним.

Если у ребенка не сформированы навыки самообслуживания (не садится на горшок, самостоятельно не ест ложкой, не пьет из кружки), то он во всех режимных процессах чувствует себя не уверенно. Не успевая за темпом жизни группы, он испытывает отрицательные эмоции и, как правило, эти дети плохо переносят усвоение и подчинение себя распорядку дня.

Еще один немаловажный фактор, который может осложнить период адаптации - психологические особенности родителей, особенно матери, и стиль взаимоотношений в семье. Тревожно - мнительный или конфликтный характер матери, излишняя опека. Попустительство или авторитарный стиль, могут являться причинами невротизации ребенка и его трудной адаптации к дошкольному учреждению.

Детей, которые, по прогнозам, легко привыкнут к детскому саду, можно начинать приводить сразу на время с начала работы группы (7.00 час) до дневного сна (12.30-13.00), при этом ориентируясь на эмоциональное состояние ребенка.

Детей с прогнозируемой адаптацией средней тяжести предлагается приводить на прогулку к 10.00 часам. Родитель гуляет вместе с ребенком. За время прогулки взрослые и дети ближе знакомятся друг с другом. Через некоторое время ребенка приглашают на обед, но не настаивают.

Детей с прогнозируемой тяжелой и очень тяжелой адаптацией приводят также к 10.00 часам на прогулку с детьми (около двух недель), после обеда мама с ребенком может поиграть в группе. Через какое-то время ребенка приглашают в группу сразу после прогулки без мамы.

Таким образом, адаптация малыша к детскому саду - очень сложный и ответственный процесс. Главнее в нем - не навредить ребенку, а способствовать его успешному психофизиологическому развитию.

И чтобы малыш чувствовал себя комфортно, в первое время следует, как можно раньше забирать ребенка домой, чтобы он привыкал к новому окружению постепенно, приложить все усилия, чтобы создать спокойный, бесконфликтный климат в семье, необходимо в выходные дни организовывать дома такой же режим, как и в детском саду. И, конечно, родители ребенка должны тесно сотрудничать с воспитателями, психологом детского сада.

Для успешной адаптации необходима совместная работа с родителями. Задача родителей сделать все необходимое, чтобы малыш как можно меньше страдал в отрыве

от родных, чтобы у него было как можно меньше поводов для ломки устоявшихся стереотипов.

Для этого родителям необходимо:

1. Привести домашний режим в соответствии с режимом ДООУ.
2. Научить малыша разнообразно играть самостоятельно, занимать себя интересным делом.
3. На некоторое время приучать оставаться дома в отсутствии матери с другими членами семьи.
4. Научить ребенка необходимыми навыками самообслуживания. Чтобы он не чувствовал себя беспомощным, мог обслуживать себя с незначительной помощью взрослых.

Лучше всего адаптацию проводить вместе с участием мамы. Первую встречу хорошо организовать на территории детского сада, во время прогулки детей, где мама присутствует с ребенком во время игры с детьми и знакомиться с воспитателем. Воспитатель рассказывает маме о тех трудностях, с которыми он может столкнуться в группе, и для облегчения их, просит маму привести ребенка в группу, в те часы, когда детей в группе небольшое количество (вечерние часы), где ребенок может познакомиться с игрушками, обстановкой. Маме разрешается самой ввести ребенка в групповую комнату, немного побыть с ним, а затем попрощаться и уйти, пообещав скоро вернуться.

Для облегчения переживания одиночества, уменьшая страх разлуки, помогает любимая игрушка, вещь, принадлежащая маме и папе, оформление семейного альбома, где ребенок в любую минуту может рассматривать фотографии близких ему людей.

Наиболее эффективные варианты воздействия адаптации ребенка к яслям:

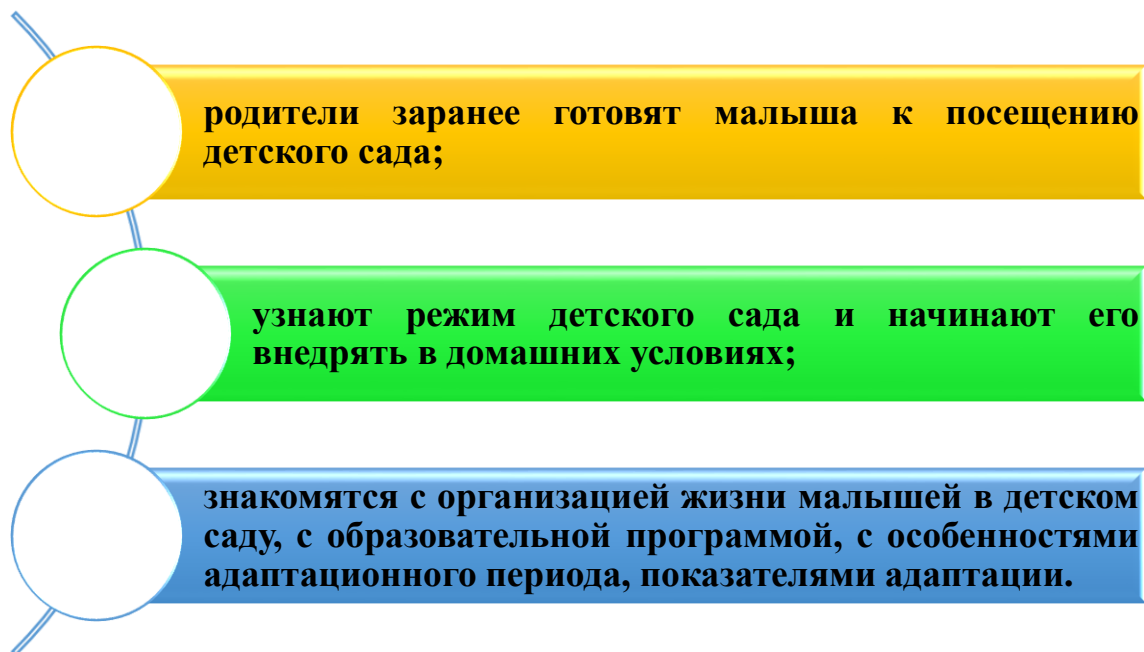
1. Прием новых детей, практикуем не более двух в неделю.
2. Постоянные ритмы режима дня, для того, чтобы ребенок усвоил распорядок дня и подчинение ему.
3. Приобретая опыт постоянства и последовательности, ребенок формирует, в себе ритмы укрытости и защиты, будущее становится предсказуемым и тем, самым становится важнейшим условием душевного благополучия и возможности войти в здоровый жизненный ритм, и чувство психологической защищенности.
4. Проводя режимные процессы, создаётся доброжелательная атмосфера сотрудничества. Приучая детей к самостоятельности, учитывается индивидуальные особенности малыша, активно используем игровые и речевые приемы (стихи, потешки).
5. Вовлечение ребенка в совместную деятельность путем организации игр, направленных на коммуникацию и знакомство со средой.
6. Занятие и режимные моменты сопровождаются музыкой.

Полная адаптация ребенка к детскому саду возможна у некоторых малышей не раньше, чем через 2-3 месяца.

С уверенностью можно сказать, что те условия, которые будут созданы в ходе адаптационного периода, помогут безболезненно приспособиться малышам к новым жизненным условиям, и будут способствовать формированию положительного отношения детей и родителей к дошкольному учреждению.

Результаты работы в этом направлении позволяют говорить, что у ребенка с легкой адаптацией быстро нормализуется сон, малыш с аппетитом ест, охотно идет на контакт со сверстниками и взрослыми, настроение бодрое и спокойное. Умеет играть рядом с другими детьми.

Следует отметить, что возможность легкой адаптации ребенка к детскому саду возможна при соблюдении следующих условий:



Можно рассматривать два основных критерия успешной адаптации: внутренний комфорт (эмоциональная удовлетворенность) и внешняя адекватность поведения (способность легко войти в новые жизненные условия).

Показателями успешной адаптации выступают: уменьшение заболеваний, их длительное отсутствие, положительная динамика нервно-психического развития.

Только тогда, когда и в группе, и дома ребенок спокойно засыпает и спит положенное по режиму время, ест с аппетитом, спокойно общается с окружающими, действует с предметами, можно считать, что он адаптировался новым условиям.

Создавая у ребенка положительное отношение ко всем процессам, развивая различные умения в соответствии с возрастными возможностями детей, формируя потребность в общении с взрослыми и детьми, мы обеспечиваем эффективность решения образовательных задач уже в период привыкания ребенка к новым условиям и тем самым ускоряя протекание адаптационного периода.

