

Адаптация детей к условиям образовательного учреждения

Одна из самых характерных трудностей в воспитании детей раннего возраста — это проблема адаптации к новым условиям в ОУ.

Поступление ребенка в ясли вызывает, как правило, серьезную тревогу у взрослых. И она не напрасна. Известно, что изменение социальной среды сказывается и на психическом, и на физическом здоровье детей.

Некоторые дети с большим трудом переживают даже кратковременную разлуку с мамой: громко плачут, всего боятся, сопротивляются всяким попыткам вовлечь их в какое-либо занятие.

Здесь требуется терпение, умение вызвать доверие к себе и сотрудничество с мамой ребенка. И, конечно же, индивидуальный подход: одним детям нужны ласка и физическая близость, другие, напротив, избегают прямого контакта и предпочитают побыть в одиночестве, третьих можно заинтересовать новой игрушкой.

Изменение условий жизни и необходимость выработки новых форм поведения требуют и от ребенка, и от взрослого больших усилий. От того, насколько ребенок подготовлен в семье к переходу в детское учреждение, и от того, как организуют период его адаптации воспитатели и родители, зависят и течение адаптационного периода, и дальнейшее развитие малыша.

Изменение образа жизни приводит в первую очередь к нарушению эмоционального состояния ребенка.

Степени адаптации

Врачи и психологи различают три степени адаптации: легкую, среднюю и тяжелую. Основными показателями степени тяжести являются сроки нормализации эмоционального самочувствия малыша, его отношения к взрослым и сверстникам, предметному миру, частота и длительность острых заболеваний.

Период **легкой адаптации** длится 1–2 недели. У ребенка постепенно нормализуется сон и аппетит, восстанавливается эмоциональное состояние и интерес к окружающему миру, налаживаются взаимоотношения со взрослыми и сверстниками. Отношения с близкими людьми не нарушаются, ребенок достаточно активен, но не возбужден. Снижение защитных сил организма выражено незначительно, и к концу второй-третьей недели они восстанавливаются. Острых заболеваний не возникает.

Во время адаптации **средней тяжести** нарушения в поведении и общем состоянии ребенка выражены ярче, привыкание к яслям длится дольше. Сон и аппетит восстанавливаются только через 30–40 дней, настроение неустойчиво, в течение месяца значительно снижается активность малыша: он часто плачет, малоподвижен, не проявляет интереса к игрушкам, отказывается от занятий, практически не разговаривает. Эти изменения могут длиться до полутора месяцев. Отчетливо выражены изменения в деятельности вегетативной нервной системы: это могут быть функциональное нарушение стула, бледность, потливость, тени под глазами,

пылающие щечки, могут усилиться проявления эксудативного диатеза. Особенно ярко эти проявления отмечаются перед началом заболевания, которое протекает, как правило, в форме острой респираторной инфекции.

Особую тревогу родителей и воспитателей вызывает состояние **тяжелой адаптации**. Ребенок начинает длительно и тяжело болеть, одно заболевание почти без перерыва сменяет другое, защитные силы организма подорваны и уже не выполняют свою роль. Другой вариант тяжелого протекания адаптационного периода — неадекватное поведение ребенка, которое граничит с невротическим состоянием. Аппетит снижается сильно и надолго, может возникнуть стойкий отказ от еды или невротическая рвота при попытке накормить ребенка. Ребенок плохо засыпает, вскрикивает и плачет во сне, просыпается со слезами; сон чуткий и короткий. Во время бодрствования ребенок подавлен, не интересуется окружающим, избегает других детей или ведет себя агрессивно.

Тихо плачущий и безучастный, равнодушный ко всему ребенок, прижимающий к себе свою любимую домашнюю игрушку, не реагирующий на предложения воспитателей и сверстников, или, наоборот, ребенок, бурно выражающий свой протест против новых условий криком, капризами, истериками, разбрасывающий предлагаемые ему игрушки, агрессивный — таким может быть ребенок в период тяжелой адаптации. Улучшение его состояния происходит очень медленно — в течение нескольких месяцев. Темпы его развития замедляются по всем направлениям.

Факторы влияющие на успешность привыкания ребенка к детскому учреждению?

1. Физическое состояние как фактор, влияющий на адаптацию.

Прежде всего характер адаптации связан с физическим состоянием ребенка. Здоровый, физически развитый малыш обладает лучшими возможностями, он лучше справляется с трудностями. Дети нервно и соматически ослабленные, быстро утомляющиеся, имеющие плохой аппетит и плохой сон, испытывают, как правило, большие трудности в период адаптации. Частые заболевания неблагоприятно сказываются на иммунитете, могут затормозить психическое развитие. Отсутствие правильного режима и достаточного сна приводит к хроническому переутомлению, истощению нервной системы. Такой ребенок хуже справляется с трудностями адаптационного периода, у него возникает стрессовое состояние и, как следствие этого, — заболевание.

2. Возраст ребенка как фактор, влияющий на адаптацию.

Следующим фактором, влияющим на характер адаптации ребенка к новым условиям, является возраст, в котором малыш поступает в детское учреждение. Этот фактор имеет глубинную связь с привязанностью ребенка к маме и возникающими на этой основе невротическими формами поведения.

Многие дети в возрасте от 6 месяцев до 2,5 лет трудно адаптируются к яслям, но особенно это заметно в возрасте от 8 месяцев до 1 года 2 месяцев, т.е. в период, когда совпадают беспокойство при разлуке с матерью и страх посторонних.

Происходит дальнейшая дифференциация социального мира. В нём появляются «другие».

3. Степень сформированности общения и предметной деятельности.

Не менее важным фактором, влияющим на характер адаптации, является степень сформированности у ребенка общения с окружающими и предметной деятельности.

Каким образом ведущая деятельность и общение отражаются на характере взаимоотношений ребенка с другими людьми, в том числе посторонними? Как они могут повлиять на характер адаптации к детскому учреждению?

В ходе делового общения у ребенка формируются особые связи с окружающими людьми. На смену непосредственным, эмоциональным контактам младенца с матерью, которые имеют избирательный характер, интимную, личностную основу, приходят контакты, в центре которых стоит предмет.

Установлено, что дети, которые испытывают трудности в привыкании к ОУ, чаще всего имеют в семье преимущественно эмоциональные контакты со взрослыми. Дома с ними мало играют, а если и играют, то не слишком активизируют инициативу, самостоятельность малышей.

Психологи выявили четкую закономерность между развитием предметной деятельности ребенка и его привыканием к ОУ.

Легче всего адаптация протекает у малышей, которые умеют длительно, разнообразно и сосредоточенно действовать с игрушками. Впервые попав в ясли, они быстро откликаются на предложение воспитательницы поиграть, с интересом исследуют новые игрушки. В случае затруднения такие дети упорно ищут выход из ситуации, не стесняясь, обращаются за помощью к взрослому. Они любят вместе с ним решать предметные задачи: собрать пирамидку, матрешку, элементы конструктора. Для ребенка, умеющего хорошо играть, не составляет труда войти в контакт с любым взрослым, так как он владеет необходимыми для этого средствами.

Характерной особенностью детей, которые с большим трудом привыкают к яслям, является низкий уровень предметной деятельности, в том числе игровой. Их действия с предметами чаще имеют характер манипуляций, игры с сюжетными игрушками не увлекают их, они бедны по содержанию и по составу игровых действий. Возникающие трудности либо оставляют ребенка равнодушным, либо вызывают слезы или капризы.

4. Отношение ребенка к ровесникам.

Большое влияние на течение адаптации оказывает и отношение ребенка к ровесникам. Дети, которые с трудом привыкают к детскому учреждению, часто

сторонятся сверстников, плачут при их приближении, иногда ведут себя агрессивно по отношению к ним. Неумение общаться с другими детьми в сочетании с трудностями в установлении контактов со взрослыми еще больше отягощает сложность адаптационного периода.

Таким образом, состояние здоровья, умение общаться со взрослыми и сверстниками, сформированность предметной и игровой деятельности ребенка — вот основные критерии, по которым можно судить о степени его готовности к поступлению в ясли и благополучного привыкания к ним.

5. Характер взаимоотношений в семье.

Следует принять во внимание еще один немаловажный фактор, который может осложнить период адаптации ребенка к яслям. Он связан с психологическими особенностями родителей, особенно матери, и характером взаимоотношений в семье. Если мать тревожно-мнительна и слишком опекает ребенка, если она обладает конфликтным характером и предпочитает авторитарный стиль воспитания, если родители испытывают трудности в общении с окружающими, если в семье часто происходят ссоры, — всё это может явиться причиной невротизации ребенка и его трудной адаптации к дошкольному учреждению.

Как помочь ребенку адаптироваться к детскому учреждению?

Прежде всего, необходимо предварительное знакомство воспитателя с ребенком и родителями. И начинаться такая работа должна до прихода ребенка в детское учреждение.

Знание об индивидуальных особенностях детей, их темпераменте, о предпочтениях и вкусах в еде, играх и игрушках, о протекании режимных моментов поможет воспитателю лучше наладить взаимодействие с ребенком с первых дней его пребывания в ОУ.

Мама может в течение нескольких недель приводить ребенка на детскую площадку в то время, когда на ней играют дети, познакомить ребенка с воспитателем, помочь педагогу организовать совместную игру. То же самое можно сделать в групповой комнате, где ребенок познакомится с игрушками, обстановкой. Такое посещение должно быть достаточно регулярным, *но не длительным*.

Главное — заинтересовать малыша новой для него ситуацией, вызвать у него желание приходить в ясли, предупредить возникновение страха перед посторонними людьми и обстановкой.

Правила поведения для мам в период адаптации ребенка к детскому учреждению.

1. Поддерживайте инициативу воспитателя и сотрудничайте с ним во всём. Выказывайте ему доверие.
2. Активно играйте не только со своим ребенком, но и с другими детьми.

3. Если вы поиграли с малышом, соберите игрушки и поставьте их на место, чтобы и другие могли поиграть.
4. Предоставьте выбор игры ребенку. Взрослый следует за ребенком, поддерживает его интерес, становится партнером по игре.
5. Взаимодействуя с ребенком, старайтесь держаться на уровне его глаз.
6. Активно радуйтесь удачам малыша.

Признаком завершения периода адаптации является хорошее физическое и эмоциональное самочувствие ребенка, его увлеченная игра с игрушками, доброжелательное отношение к воспитателю и сверстникам.

Список использованной литературы:

1. Галигузова Л. Н. Ступени общения от года до семи лет. / Л. Н. Галигузова, Е. О.Смирнова. М.: Просвещени, 1992. 143 с.
2. Галигузова Л. Н. Педагогика детей раннего возраста. / Л. Н. Галигузова, С. Ю. Мещерякова. М.: ВЛАДОС, 2007. 301 с.
3. Лисина М.И. Формирование личности ребенка в общении. Питер, 2009. (Серия «Мастера психологии».)
4. Рузская А.Г., Мещерякова С.Ю. Развитие речи. М.: Мозаика- Синтез, 2007.
5. Павлова Л.Н. Раннее детство: развитие речи и мышления. М.: Мозаика-Синтез, 2003
6. Смирнова Е.О. Детская психология. Учебник. Питер, 2009