



## **Адаптация ребенка к условиям детского сада.**

С поступлением ребенка в дошкольное учреждение, переход в другую группу, в его жизни происходит множество изменений: строгий режим дня, отсутствие родителей в течение долгого времени, 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.*

*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.*

### **Фазы адаптации к детскому учреждению**

1. **Фаза «протеста».** В этот период ребенок испытывает тяжелое потрясение, плачем зовет мать, проявляет признаки паники, не отпускает мать, когда она приходит и плачем провожает.
2. **Фаза «отчаяния».** Ребенок погружается в себя, становясь жалким и несчастным, нарушается процесс кормления, ритм сна, он нередко начинает сосать пальцы, раскачивается.
3. **Фаза «отчуждения».** Ребенок утрачивает интерес к родителям, для него уже безразлично, навещают его или нет. По возвращении домой ребенок вначале может игнорировать родителей, отворачиваться от них. В последующие несколько недель или даже месяцев его поведение нарушается: ребенок становится непослушным, неуравновешенным, стремится держаться возле родителей, боится отпустить их. Если капризы и аффективные вспышки ребенка вызывают отрицательную реакцию и осуждение родителей, то это приводит к усилению капризного поведения и еще большему стремлению «цепляться» за мать.

**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, беззащитности, 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.*