

Проблемы адаптации детей раннего возраста к условиям дошкольного образовательного учреждения

Авторы – воспитатели Жук Е.А., Брехт В.В.

Почему одни малыши, когда приходят в детский сад, ведут себя спокойно, а другие неутешно плачут, как только закроется дверь за мамой или папой? Почему некоторые дети при поступлении в детский сад отказываются играть, не вступают в контакт с воспитателем, долго не могут освоиться в группе, а другие с первых дней чувствуют себя уютно?

Отрыв от дома и близких, встреча с новыми взрослыми, незнакомыми детьми – все это может стать для ребенка серьезной психической травмой. Малыш может воспринять это как отчуждение, лишение родительской любви, внимания и защиты. Очень важно, чтобы этот переход был плавным, мягким, атравматичным.

Что такое адаптация?

Традиционно под адаптацией понимается процесс вхождения человека в новую для него среду и приспособление к ее условиям.

С поступлением в детский сад у ребенка начинается новый этап в его жизни.

Каким бывает адаптационный период?

Выделяют три степени тяжести адаптационного периода:

○ легкая адаптация: к 20-му дню пребывания в детском учреждении нормализуется сон, ребенок нормально ест, не отказывается от контактов со сверстниками и взрослыми, сам идет на контакт.

Заболеваемость не более одного раза сроком не более 10-ти дней, без осложнений. Вес без изменений;

○ адаптация средней тяжести: поведенческие реакции восстанавливаются к 30-му дню пребывания в детском учреждении. Нервно-психическое развитие несколько замедляется (замедление речевой активности). Заболеваемость до двух раз сроком не более 10-ти дней, без осложнений. Вес не изменился или несколько снизился;

○ тяжелая адаптация: характеризуется, значительной длительностью (от двух до шести месяцев и больше) и тяжестью всех проявлений.

Чем обусловлены сроки адаптационного периода?

Длительность периода адаптации зависит от многих причин:

- особенностей высшей нервной деятельности и возраста ребенка;
- наличия или отсутствия предшествующей тренировки его нервной системы;
- состояния здоровья;
- резкого контакта между обстановкой, в которой ребенок привык находиться дома и той, в которой находится в дошкольном учреждении;
- разницы в методах воспитания.

Трудности адаптации возникают в тех случаях, когда ребенок встречает непонимание, его пытаются вовлечь в общение, содержание которого не отвечает его интересам, желаниям.

Как помочь ребенку преодолеть адаптационный период максимально легко?

1 этап – подготовка родителями ребенка к условиям детского сада

Вопрос о том, как подготовить ребенка к поступлению в детский сад, волнует многих родителей. Если малыша не готовить к этому важному в его жизни событию, поступление в детский сад может быть сопряжено для него с неприятностями, а порой и тяжелыми переживаниями, а также вегетативными явлениями.

Готовить ребенка к поступлению в детский сад следует заблаговременно. Для этого необходимо: с первых дней жизни ребенка укреплять его здоровье, приучать к режиму дня, в первую очередь необходимо привести в соответствие распорядок дня ребенка дома с режимом дошкольного учреждения.

В процессе подготовительного этапа следует уделить внимание рациону питания, приучить есть разнообразные овощные блюда, творожные запеканки, рыбное суфле и т.д.

В это же время необходимо обратить внимание на формирование навыков самостоятельности.

О поступлении в детский сад следует говорить с ребенком как о желанном, радостном событии.

2 этап – приход родителя с ребенком в детский сад

Здесь очень важна организация привычного приема и первые впечатления ребенка.

Основная задача родителя в данной ситуации – помочь малышу в создании положительного образа воспитателя. Не следует торопить его, тормошить. Пусть привыкает. Родитель помогает ребенку быстрее освоиться, поддерживает его интерес к окружающему: — «Как мне здесь нравится!», — «Какие забавные зверушки сидят за столом!» и т.д.

Освоившись, ребенок делает первые попытки пройтись по группе. Ему уже хочется посмотреть, что же интересного делает воспитатель. Первую неделю ребенок приходит в детский сад и остается в группе в течение 2-3 часов. За это время он осваивает новые для него помещения, знакомится с другими детьми.

3 этап – постепенное привыкание

Постепенная адаптация может включать несколько периодов.

Первый период: Педагог побуждает ребенка включаться в новые виды деятельности, и сам активно играет с ним во все игры.

Рано или поздно настает момент, когда малыш сам начинает проявлять стремление к самостоятельной игре. Ребенку важно объяснить, что родители отлучились ненадолго и скоро вернутся за ним.

Второй период: Постепенно малыш начинает осознавать, что новая обстановка не несет опасности. Игры и игрушки вызывают у него интерес. Любознательность и активность побуждают его отрываться от мамы на продолжительное время. Ребенок уже может находиться в группе, подходить к детям, играть рядом или вместе с ними.

В какой момент можно говорить об успешном преодолении адаптационного периода?

Об успешной адаптации к детскому саду можно судить по двум критериям:

- внутренний комфорт ребенка (эмоциональная удовлетворенность);
- внешняя адекватность поведения (способность легко и точно выполнять новые требования).

Адаптационный период считается законченным, если ребенок с аппетитом ест, быстро засыпает и вовремя просыпается в бодром настроении, играет один или со сверстниками.

Советы родителям на период адаптации детей к ДОУ

- ✓ старайтесь не нервничать, не показывать свою тревогу накануне посещения детского сада;
- ✓ в выходные дни не меняйте режим дня ребенка;
- ✓ не отучайте ребенка от вредных привычек в адаптационный период (лучше сделать это заранее);
- ✓ создайте спокойную, бесконфликтную обстановку в семье;
- ✓ эмоционально поддерживайте малыша: чаще обнимайте, поглаживайте, называйте ласковыми именами;
- ✓ будьте терпимее к его капризам;
- ✓ выполняйте советы и рекомендации воспитателя;
- ✓ не наказывайте, «не пугайте» детским садом, забирайте домой вовремя;
- ✓ когда ребенок привыкнет к новым условиям, не принимайте его слез при расставании всерьез – это может быть вызвано просто плохим настроением.