

Адаптация ребёнка в детском саду

Адаптация в детском саду – это приспособление у условиям окружающей среды. Между организмом и этой средой устанавливаются правильные взаимоотношения, происходит адаптация организма к окружающим влияниям. Организм ребёнка постепенно приспосабливается, живя в семье в определённых сравнительно устойчивых условиях, ребёнок постепенно привыкает к определенной температуре помещения, к окружающему микроклимату, к характеру пищи и т.д. Под влиянием систематических воздействий со стороны окружающих ребёнка взрослых, у него образуются различные привычки: он привыкает к режиму, способу кормления, укладывания, у него формируются определенные взаимоотношения с родителями, привязанность к ним.

В случае если установленный в семье порядок почему-либо изменяется, обычно поведение ребёнка временно нарушается. Эти нарушения поведения объясняются тем, что малышу трудно приспособиться к возникшим изменениям, у него не могут быстро затормозиться старые связи, а вместо них также сформироваться новые. Недостаточно развиты у ребёнка адаптационные механизмы. Однако, мозг ребёнка очень пластичен, и если эти изменения условий жизни происходят не так часто и не очень резко нарушают привычный образ жизни, то у ребёнка, при правильном воспитательном подходе быстро восстанавливается уравновешенное поведение и не остаётся каких-либо отрицательных последствий, т.е. ребёнок адаптируется к новым условиям своей жизни. Анализ поведения детей в первые дни пребывания в детском учреждении показывает, что адаптация к новым социальным условиям не всегда и не у всех детей проходит легко и быстро.

У многих детей процесс адаптации сопровождается рядом, хотя и временных, но серьёзных нарушений поведения и общего состояния. К таким нарушениям относят:

- нарушение аппетита (отказ от еды и недоедание);
- нарушение сна (дети не могут заснуть, сон кратковременный, прерывистый);
- меняется эмоциональное состояние (дети много плачут, раздражаются).

Иногда можно отметить и более глубокие расстройства:

- повышение температуры тела;

- изменение характера стула;
- нарушение некоторых приобретённых навыков (ребёнок перестаёт проситься на горшок, его речь затормаживается).

Длительность привыкания, а также характер поведения детей в первые дни пребывания в детском учреждении зависят от индивидуальных особенностей. Дети одного и того же возраста ведут себя по-разному: одни в первый день плачут, отказываются есть, спать, на каждое предложение взрослого отвечают бурным протестом, но уже на другой день с интересом следят за игрой детей, хорошо едят и спокойно ложатся спать, другие, наоборот, в первый день внешне спокойны, несколько заторможены, без возражений выполняют просьбы воспитателей, а на другой день с плачем расстаются с матерью, плохо едят в последующие дни, не принимают участия в игре, и начинают хорошо себя чувствовать только через 6-8 дней или даже позже.

Ниже приведена информация, следуя которой родители и воспитатели сделают адаптационный период более лёгким и безболезненным. Итак, что должны знать и уметь родители:

1. Чем чаще ребёнок будет общаться со взрослыми, детьми в квартире, во дворе, на игровой площадке, около дома т.е. различной обстановке, тем быстрее и увереннее он сможет перенести приобретенные умения и навыки и обстановку детского сада.
2. Неформальное посещение детского сада, т.е. прогулки по территории и сопроводительный рассказ о детском садике, причём рассказ должен быть очень красочный и несомненно, позитивный. Старайтесь в своём рассказе показать ребёнку, как весело и хорошо другим детям в детском саду.
3. Так как каждый поступивший ребёнок требует к себе внимательного индивидуального подхода, то принимать детей следует постепенно, по 2-3 человека, с небольшими перерывами (2-3 дня).
4. В первые дни ребёнок должен пребывать в группе не более 2-3 часов.
5. Для первых посещений рекомендуются часы, отведённые для прогулок, игр. Всё это позволяет быстрее определить форму поведения ребёнка, наметить правильный подход и снять эмоциональное напряжение от первых контактов.
6. Установление эмоционального контакта ребёнка и воспитателя должно осуществляться в привычной обстановке в присутствии близкого человека.

7. Очень полезны экскурсии по группе, в которых чувствует воспитатель, родители и ребёнок.
8. Отрицательное влияние на течение адаптации, а также на поведение детей при поступлении в детское учреждение оказывает отсутствие единства системы воспитания в семье и в детском учреждении.

Для этого необходимо:

- до приёма выяснить режим, применяемый в семье, индивидуальные особенности поступающего ребёнка (анкета).
- в первые дни не нарушать, имеющиеся у ребёнка привычки, нужно постепенно менять режим и приучать ребёнка к новому укладу жизни.
- приблизить домашние условия к особенностям детского сада: а именно внести элементы режима, упражнять ребёнка в самостоятельности, чтобы он мог сам себя обслуживать.

Заметим, что не все мгновенно увидят плоды своих трудов, адаптация некоторых детей может протекать от 20 дней до 2-3 месяцев. Особенно, если ребёнок заболел, в процессе адаптации. Иногда, после выздоровления/, ребёнку приходится привыкать заново. Но хочу Вас заверить, что это не показатель. Не следует беспокоиться, глядя на ребёнка подруги, который с первых дней вошёл в новую среду без особых осложнений. Повторяюсь, что все дети разные, каждый индивидуальность, к каждому нужен свой подход. Я думаю, что с Вашей помощью мы найдём ключик к каждому ребёнку. Богатый опыт воспитателей, Ваша любовь и забота, иными словами согласованная работа с семьёй позволит решить проблему адаптации на должном уровне.

Факторы, влияющие на адаптацию

В период адаптации необходимо учитывать следующие факторы:

1. Состояние здоровья и уровень развития ребёнка.
2. Возраст малыша.
3. Биологические факторы - заболевания малыша и социальные факторы - они выражаются в том, что родители должны организовывать правильный режим для своего ребёнка.

Все эти факторы нужно знать, чтобы облегчить адаптацию ребёнка в детском учреждении.

Существуют следующие степени адаптации:

Легкая степень: к 20-му дню пребывания в детском саду нормализуется сон, ребёнок нормально ест, не отказывается от контактов со сверстниками и взрослыми, сам идёт на контакт. Заболеваемость не более 10 дней, без осложнений и без изменений.

Средняя степень: поведенческие реакции восстанавливаются к 30-му дню пребывания в детском саду. Нервно- психологическое развитие несколько замедляется, снижается речевая активность. Заболеваемость до двух раз сроком более 10 дней без осложнений, вес несколько снизился.

Тяжёлая степень: Поведенческие реакции нормализуются к 60-му дню пребывания в детском саду. Нервно- психологическое развитие отстаёт от исходного на 1-2 квартала. Респираторные заболевания более 3-х раз сроком более 10 дней. Ребёнок не растёт, не прибавляет в весе в течении 1-2 квартала.

В этом случае можно использовать ***алгоритм постепенного вхождения ребёнка в детский сад:***

1-й шаг – приход ребёнка вместе с родителями только на прогулку;

2-ой шаг – приход ребёнка вместе с родителями в группу во время свободной игровой деятельности;

3-ий шаг – ребёнок остаётся один на 1-2 часа во время прогулки либо во время свободной игровой деятельности;

4-ый шаг – ребёнок завтракает в присутствии родителей и остаётся один на 2-3 часа;

5-ый шаг – ребёнок остаётся один с завтрака до обеда;

6-ой шаг – ребёнок остаётся на сон, но сразу после сна его забирают родители;

7- ой шаг – ребёнок остаётся один на целый день.

Следовательно, на характер привыкания ребёнка к условиям дошкольного учреждения влияет ряд факторов: возраст ребёнка, состояние здоровья, форсированности опыта общения, а также степень родительской опеки.

Особенности поведения детей в период адаптации.

Не все дети при поступлении в группу плачут. Многие приходят в группу уверенно, внимательно рассматривают окружающее, самостоятельно находят занятие. Другие делают это с меньшей уверенностью, но тоже не проявляют особого беспокойства. Они внимательно наблюдают за воспитательницей, выполняют предложенные ею действия. И те и другие дети спокойно прощаются с родными, которые приводят их в детский сад и идут в группу. Например, ребёнок, расставаясь с мамой, заглядывая ей в глаза, спрашивает: «Ты меня любишь?». Получив ответ, идёт в группу. Он подходит к воспитательнице заглядывает ей в глаза, но задать вопрос не решается. Воспитатель ласково поглаживает его по голове, улыбается, проявляет внимание, тогда ребёнок чувствует себя счастливым. Он неотступно следует за воспитателем, подражает его действиям. Поведение ребёнка показывает, что он испытывает потребность в общении со взрослыми, в получении от него ласки, внимания. И эта потребность удовлетворяется воспитателем, в котором ребёнок находит доброго близкого человека.

Клиника адаптации:

Как же ребёнок проявляет себя в период адаптации?

1. Изменяются первичные формы поведения: аппетит, сон, эмоциональное состояние.
2. 2. Нарушается ориентировочная реакция, игровая, двигательная активность.
3. Клиника адаптации имеет место у каждого ребёнка, но она может быть разной по степени тяжести. Персонал группы должен знать проявления клиники адаптации и уметь помочь ребёнку в этот трудный для него промежуток времени.

Меры облегчающие адаптацию- необходимо заранее готовить ребёнка к поступлению в детское учреждение.

Исход адаптации:

Адаптационный период считается законченным, если: ребёнок с аппетитом ест, быстро засыпает, вовремя просыпается, играет. Длительность адаптации зависит от уровня развития ребёнка:

- если с ребёнком систематически занимаются дома, то ребёнок растёт общительным и самостоятельным и период адаптации заканчивается за 10-12 дней.;

- если у ребёнка слабо развита речь, низкий уровень самостоятельности, он не может обходиться без помощи взрослых ни в игре, ни при кормлении, ни при укладывании на сон, то период адаптации будет проходить сложнее и может растянуться на месяц и более.