

Адаптация детей к дошкольному учреждению

Поступление ребенка в детские ясли или сад – важный этап в его жизни. Он сопровождается изменением привычной для ребенка обстановки, режима дня, разлукой с мамой. Это вызывает необходимость приспособления к новым условиям жизни, т.е. адаптации. Что же такое адаптация?

Адаптация – это приспособление организма к новой обстановке, в данном случае и детскому дошкольному учреждению (ДДУ). Не все дети с этим хорошо справляются. Изменения в образе жизни ребенка часто сказываются на его психическом и физическом здоровье.

Врачи и психологи различают **3 степени адаптации**: легкую, среднюю и тяжелую.

Критерии степени тяжести адаптации:

- эмоциональное состояние малыша;
- его отношение со сверстниками;
- отношения со взрослыми;
- сон и аппетит;
- частота и длительность острых заболеваний.

При легкой адаптации: все показатели нормализуются как правило к 3-4 неделям.

При средней степени адаптации – к 5-6 неделям.

При тяжелой адаптации – от 2-6 мес. и более.

Адаптация определяется следующими факторами:

1. Состояние здоровья и уровень развития ребенка.

Здоровый, физически развитый малыш обладает лучшими возможностями адаптации. Нервно и соматически ослабленные, быстро утомляющиеся, имеющие плохой сон и аппетит дети, хуже справляются с трудностями адаптированного периода, у них возникают стрессовые состояния и как следствие они часто болеют.

2. Возраст ребенка на момент поступления в детское дошкольное учреждение.

Особенной уязвимы дети с 1 года до 3 лет, поскольку именно в этот период малышу очень тяжело «оторваться» от мамы. Привязанность к матери – необходимое условие нормального психического развития ребенка – способствует формированию таких важных качеств личности: как доверие к миру, положительное самоощущение, инициативность, любознательность. Привязанность к матери начинает формироваться уже в первом полугодии жизни ребенка и к концу первого года оформляется в виде устойчивых эмоционально

личностных связей с близкими, особенно матерью. В 7 месяцев ребенок регулирует на уход матери отчетливым волнением, беспокойством, тревогой.

В период с 7 мес. до 1,5 лет привязанность к матери выражается наиболее интенсивно. Иногда чувство тревоги при разлуке с мамой становится столь травмирующим, что остается на всю жизнь как страх одиночества. В 8 мес. малыш начинает бояться незнакомых взрослых, прижимается к матери – страх перед чужими длится до 1 года 2 мес. В последующие месяцы дети спокойнее воспринимают других людей. Именно в возрасте от 8 мес. до 1 года 2 мес. у ребенка обостряются и совпадают два страха – перед разлукой с матерью и перед незнакомыми взрослыми. В этом возрасте дети особенно тяжело адаптируются к яслям и родителям следует это учесть. Дети 2-3 лет испытывают страх перед незнакомыми людьми и новыми ситуациями общения. Эти страхи – одна из причин затрудненной адаптации ребенка к яслям. Нередко боязнь новых людей и ситуаций приводит к тому, что ребенок становится более возбудимым, ранимым, плаксивым, он чаще болеет.

Мальчики 3-5 лет более уязвимы в плане адаптации, чем девочки, поскольку в этот период более привязаны к матери и более болезненно реагируют на разлуку с ней.

3. Факторы риска биологического и социального анамнеза

Биологические факторы:

- заболевания матери во время беременности и родах, заболевания малыша в период новорожденности и до поступления в детское дошкольное учреждение.

Социальные факторы:

- неправильный режим дня ребенка;
- недостаточный дневной и ночной сон;
- вредные привычки;
- неправильная организация бодрствования;
- неумение общаться со взрослыми и детьми;
- несформированность предметной и игровой деятельности ребенка.

Таким образом, легче всего адаптация протекает у детей, рожденных от здоровых матерей, у детей редко болеющих до поступления в ДДУ. Как правило такие дети умеют длительно, разнообразно и сосредоточено играть с игрушками, в случае затруднения упорно ищут выход из ситуации, не стесняясь обращаться за помощью. Они любят вместе с воспитателем решать предметные задачи: собрать пирамидку, элементы конструктора и др. Для ребенка, умеющего играть, не составит труда войти в контакт с любым взрослым и ровесниками.

Нелегко привыкают к ДДУ единственные дети, дети чрезмерно опекаемые, неуверенные в себе.