

Адаптация детей к детскому саду

При поступлении в детский сад все дети переживают адаптационный стресс. Адаптивные возможности ребенка ограничены, поэтому резкий переход в новую социальную среду, пребывание в стрессовом состоянии длительное время может привести к эмоциональным нарушениям или замедлению темпа психофизического развития. Поэтому необходимо помочь детям преодолеть стресс поступления и успешно адаптироваться в детском саду.

Адаптация ребенка к новым для него условиям среды - тяжелый и болезненный процесс. Процесс, сопровождающийся рядом негативных сдвигов в детском организме, затрагивающий все его уровни, и, возможно, приводящий к стрессу.

Что же провоцирует в подобной ситуации стресс у ребенка?

В огромной степени - отрыв от матери, внезапное прекращение поступления необходимого ему для жизни витамина "М". Чтобы в этой новой обстановке продержаться, ребенку необходимо здесь вести себя не так, как дома. Но он не знает этой новой формы поведения и от того страдает, боясь, что что-то сделает не так. А страх поддерживает стресс, и образуется порочный круг, который все-таки в отличие от всех других кругов имеет точное начало - отрыв от матери, разлука с матерью, сомнения в ее альтруистической любви.

Итак, разлука - страх - стресс - срыв адаптации - болезнь. Но все это обычно свойственно ребенку с тяжелой или неблагоприятной адаптацией к детсаду. При этом типе адаптации процесс, как правило, затягивается на длительное время, и ребенок приспособливается к организованному коллективу месяцами, а иногда не может приспособиться совсем.

Полярным типом для тяжелой адаптации, является тип легкой адаптации ребенка, когда малыш ваш адаптируется к новой обстановке обычно несколько недель, чаще всего - полмесяца. С таким ребенком почти нет хлопот, и изменения, которые видны вам в его поведении, обычно кратковременны и незначительны, поэтому ребенок не болеет.

Помимо двух полярных типов адаптации, имеется еще и промежуточный вариант - адаптация средней тяжести. При этом типе адаптации ребенок в среднем адаптируется к новому организованному коллективу больше месяца и иногда во время адаптации заболевает.

Педагог-психолог, сопровождая детей в период их адаптации к ДОУ придерживается следующих целей:

- исследование процесса адаптации детей раннего возраста к условиям дошкольного учреждения;
- помощь детям в период адаптации к условиям дошкольного образовательного учреждения;

Основные задачи:

- определение психолого-педагогических условий, при которых успешно проходит процесс адаптации к ДОУ;

- проведение диагностического исследования адаптации детей раннего возраста к условиям детского сада;
- анализ результатов опытно - экспериментальной работы;
- разработка методических рекомендаций для воспитателей и родителей;
- преодоление стрессовых состояний у детей раннего возраста в период адаптации к детскому саду;
- обучение воспитателей методам проведения групповых занятий в адаптационный период;
- формирование активной позиции родителей по отношению к процессу адаптации детей раннего возраста к дошкольному учреждению.

Параллельно с основными задачами поставлены задачи комплексного развития детей:

- снятие эмоционального и мышечного напряжения;
- снижение импульсивности, излишней двигательной активности, тревоги, агрессии;
- развитие навыков взаимодействия детей друг с другом;
- развитие внимания, восприятия, речи, воображения;
- развитие чувства ритма, общей и мелкой моторики, координации движений;
- развитие игровых навыков, произвольного поведения.

Практическая значимость исследования заключается в проведении практических занятий с детьми 2-4 лет в период адаптации их к условиям ДОО, разработке методических рекомендаций для родителей и воспитателей по адаптации детей раннего возраста. Данные материалы могут быть использованы при диагностике адаптации детей к условиям ДОО.

Работа проводится поэтапно:

1. Первичная диагностика (в период поступления ребенка в дошкольное образовательное учреждение).
2. Профилактическая и коррекционная работа психолога с детьми, родителями, воспитателями.
3. Контрольная диагностика (повторная) - через три месяца посещения ребенком дошкольного образовательного учреждения.

Исследование проводилось одновременно в двух направлениях: первое - характеристика родителями состояния своих детей преимущественно в семье (анкеты для родителей); второе - оценка воспитателями состояния детей в период адаптации к условиям детского сада («Карты наблюдений»).

Родителям предлагалась анкета, в которой они оценивают эмоциональное напряжение, состояние тревожности у ребенка и степень общения со сверстниками.

В процессе исследования, воспитатели заполняют «Карту наблюдений», позволяющую оценить эмоциональное состояние детей в начале периода адаптации и через три месяца после начала посещения ими детского сада.

Затем проводится психопрофилактическая работа и коррекционно-развивающие занятия, направленные на решение проблем, возникших в начальном периоде адаптации детей к условиям дошкольного образовательного учреждения.

Для успешной адаптации ребенка к условиям дошкольного учреждения взрослым необходимо сформировать у него положительную установку на детский сад, позитивное отношение к нему. Это зависит от профессионального мастерства воспитателей, атмосферы тепла, доброты, внимания.

На процесс адаптации ребенка влияют достигнутый уровень психического и физического развития, состояние здоровья, степень закаленности, сформированность навыков самообслуживания, коммуникативного общения со взрослыми и сверстниками, личностные особенности самого малыша, а также уровень тревожности и личностные особенности родителей.

В данной работе выделяются следующие направления:

- подготовка детей к поступлению в ДООУ и прогнозирование адаптации к нему;
- организация жизнедеятельности детей в период адаптации;
- контроль состояния здоровья детей в период адаптации и коррекция возникающих нарушений.

Психологическая готовность ребенка к ДООУ - это один из важнейших итогов психического развития в период дошкольного детства.

Трудности адаптации возникают в тех случаях, когда ребенок встречает непонимание, его пытаются вовлечь в общение, содержание которого не отвечает его интересам, желаниям. Ребенок должен быть готов к тому уровню общения, который задает атмосфера детского сада. Невыполнение основных педагогических правил при воспитании детей приводит к нарушениям интеллектуального, физического развития ребенка, возникновению отрицательных форм поведения.

Разделяют четыре варианта адаптации.

- легкая адаптация – около месяца требуется семье, чтобы приспособиться к новым условиям.
- адаптация средней тяжести – семья приспосабливается за два месяца.
- тяжелая адаптация – требуется три месяца.
- очень тяжелая адаптация – около полугода и более. Встает вопрос – стоит ли ребенку оставаться в детском саду, возможно, что он – «несадовый» ребенок.

Легкая адаптация. Ребенок вступает в контакт по своей инициативе, умеет обратиться с вопросом к другому человеку, может попросить о помощи. Умеет занять себя сам, использует в игре предметы-заместители, например, кормит куклу, способен длительное время удерживать внимание на одной игрушке, его речь хорошо развита, настроение бодрое или спокойное, эмоции легко распознаются. Он умеет играть рядом с другими детьми, доброжелателен к ним.

Адаптация средней тяжести. Напряженность первых минут постепенно спадает, ребенок может вступать в контакт по своей инициативе, может развернуть игровые действия. Речь может быть развита как в пределах возрастной нормы, так и ниже или выше ее. На замечания и поощрения реагирует адекватно, может нарушать установленные правила и нормы поведения (социальное экспериментирование).

Тяжелая адаптация. Контакт с ребенком удается установить только через родителей. Малыш переходит от одной игрушки к другой, ни на чем не задерживаясь, не может развернуть игровых действий, выглядит встревоженным, замкнутым. О развитии речи можно узнать только со слов родителей. Замечание или похвала специалиста оставляют ребенка либо безучастным, либо он пугается и бежит за поддержкой к родителям.

Очень тяжелая адаптация. С ребенком за время первой встречи не удается установить контакта. Родители находятся в слиянии с ребенком, сомневаются в том, что он сможет освоиться в детском саду. Часто родители авторитарны, вступают в конкуренцию со специалистами, демонстрируют свою сверхкомпетентность во всех вопросах.

Что же провоцирует стресс ребенка в период адаптации к детскому саду? Это - отрыв от матери. Известно, что в этом возрасте малыш неразрывно связан с мамой. Мама - это самое главное, что есть у него, его воздух, его жизнь. И вдруг мама «обменяла» его на какую-то работу. Предала. Именно так расценивает эту ситуацию трехлетний ребенок. Как произошло, что любимая и самая лучшая на свете мама бросила его в новой обстановке и среди незнакомых детей? Чтобы в этой обстановке «выжить» необходимо вести себя здесь не так, как дома. Но малыш еще не знает этой новой формы поведения и оттого страдает, боясь сделать что-то не так. При легкой степени адаптации ребенок быстро (до 1 мес.) вырабатывает новый стиль поведения. Если этот первый урок выживания пройден успешно, то в дальнейшем малыш быстро адаптируется в любой новой обстановке на протяжении всей жизни. И это один из основных аргументов сторонников детского сада. Стресс первых недель провоцирует быстрое развитие всех адаптационных механизмов ребенка, что является для него отличной школой жизни и «заделом» на долгие годы.

Детский сад - новый период в жизни ребенка. Для ребенка это, прежде всего, первый опыт коллективного общения. Новую обстановку, незнакомых людей не все дети принимают сразу и без проблем. Большинство из них реагируют на детский сад плачем. Одни легко входят в группу, но плачут вечером дома, другие - соглашаются идти в детский сад с утра, а перед входом в группу начинают капризничать и плакать.

