

## **Адаптация воспитанников в детском саду**

В общем плане под адаптацией понимают приспособление индивида к новой среде и условиям. Такие изменения оказывают влияние на психику любого человека, в том числе и малышей, которые вынуждены приспосабливаться к саду. В первую очередь она требуется от ребёнка огромных энергетических затрат, в результате чего детский организм перенапрягается. К тому же нельзя сбрасывать со счетов изменившиеся жизненные условия, а именно: отсутствуют поблизости мамы с папой и прочие родственники; необходимо соблюдать чёткий дневной распорядок; нужно взаимодействовать с другими детьми; уменьшается количество времени, которое уделяется конкретному ребёнку (педагог общается одновременно с 15 — 20 малышами); малыш вынужден подчиняться требованиям чужих взрослых. Процесс адаптации ребёнка в детском саду может протекать по-разному. Одни ребята скорее привыкают к изменившейся обстановке, другие же надолго беспокоят родителей негативными поведенческими реакциями. Именно по выраженности и длительности вышеперечисленных проблем и судят об успешности адаптационного процесса. Что влияет на адаптацию ребёнка? Итак, период адаптации малышей в детском саду всегда протекает по-разному.

*Но что же влияет на его успешность?*

К числу важнейших факторов специалисты относят:

- возрастные характеристики,
- детское здоровье,
- степень социализации,
- уровень познавательного развития и пр.

Нередко родители, стремясь пораньше выйти на рабочее место, отдают малыша в детский сад в два года, а то и раньше. Однако чаще всего подобный шаг не приносит особой пользы, поскольку ребёнок раннего возраста ещё не способен взаимодействовать с ровесниками. Все дело в так называемом кризисном периоде трёх лет. Как только малыш пройдёт данный этап, у него повышается уровень самостоятельности, снижается психологическая зависимость от матери, следовательно, ему гораздо проще с ней расстаться на несколько часов. Кроме того, нельзя не отметить и большую самостоятельность трёхлеток: они, как правило, обладают горшечным этикетом, умеют пить из чашки, отдельные ребята уже

пытаются одеваться собственными силами. Подобные навыки существенно облегчают привыкание к саду.

Адаптация ребёнка к детскому саду предполагает рост контактов с ровесниками и с незнакомыми взрослыми. При этом существует определённая закономерность – скорее привыкают к новому обществу те малыши, чей социальный круг не ограничивался родителями и бабушками.

### *Этапы адаптации маленького ребёнка к детскому саду.*

*-Первый этап – он же острый.* Основная его особенность – максимальная мобилизация детского организма. Ребёнок постоянно возбуждён и напряжён, неудивительно, что родители и педагоги отмечают плаксивость, нервность, капризность и даже истеричность.

- Вторую фазу называют *умеренно острой*, поскольку выраженность негативных реакций снижается, а ребёнок приспосабливается к изменившимся условиям. Однако говорить о полной стабилизации состояния пока не приходится. На протяжении всего этого периода возможно возвращение негативных эмоций, появление нежелательных реакций в виде истерик, плаксивости или нежелания расставаться с родителями.

*Третий этап – компенсированный* – стабилизирует детское состояние. В заключительном адаптационном периоде происходит полное восстановление психофизиологических реакций, ребёнок успешно вливается в коллектив. Более того, он может приобрести новые умения – например, пользование горшком или самостоятельное одевание.

*Существуют определённые причины, которые вызывают слёзы у ребёнка:*

-Тревога, связанная со сменой обстановки (ребёнок до 3 лет ещё нуждается в усиленном внимании. При этом из привычной, спокойной домашней атмосферы, где мама рядом и в любой момент может прийти на помощь, он перемещается в незнакомое пространство, встречает пусть и доброжелательных, но чужих людей) и режима (ребёнку бывает сложно принять нормы и правила жизни группы, в которую он попал). В детском саду приучают к определённой дисциплине, а в домашних условиях она не была так важна. К тому же личный режим дня ребёнка нарушается, это может спровоцировать истерики и нежелание идти в ДООУ.

-Психологическая неготовность ребёнка к детскому саду. Эта проблема наиболее трудная и может быть связана с индивидуальными особенностями развития. Чаще всего это происходит, когда ребёнку не хватает эмоционального общения с мамой.

-Отсутствие навыков самообслуживания. Это сильно осложняет пребывание ребёнка в детском саду.

-Избыток впечатлений. В ДОУ малыш испытывает много новых позитивных и негативных переживаний, он может переутомиться и вследствие этого – нервничать, плакать, капризничать.

### **Как общаются малыши.**

Общение младших дошкольников совершенно не похоже на их общение со взрослыми. Они по-другому разговаривают, смотрят друг на друга, иначе ведут себя.

Первое, что бросается в глаза, - это чрезвычайно яркая эмоциональная насыщенность общения детей. Они буквально не могут разговаривать спокойно – кричат, визжат, хохочут, носятся, пугают друг друга и при этом захлёбываются от восторга. Повышенная эмоциональность и раскованность существенно отличает контакты малышей от их взаимодействия со взрослыми. В общении сверстников наблюдается примерно в 10 раз больше ярких экспрессивно – мимических проявлений, выражающих самые разные эмоциональные состояния: от яростного негодования до бурной радости, от нежности и сочувствия до драки.

Ещё одна важная особенность контактов детей заключается в нестандартности их поведения и в отсутствии всяких правил и приличий. Если в общении со взрослым даже самые маленькие дети придерживаются определённых норм поведения, то при взаимодействии со сверстниками малыши используют самые неожиданные и непредсказуемые звуки и движения. Они прыгают, принимают причудливые позы, кривляются, передразнивают друг друга, трещат, квакают, гавкают, придумывают невообразимые звуки, слова, небылицы и т.п. Такие чудачества приносят им необузданную весёлость – и чем чуднее, тем веселее.

Что же даёт дошкольникам такое странное общение?

Подобная свобода, нерегламентированность общения дошкольников позволяет ребёнку проявить свою инициативу и оригинальность, своё самобытное начало. Очень важно, что другие дети быстро и с удовольствием подхватывают инициативу ребёнка, умножают её и возвращают в преобразованном виде. Например, один крикнул, другой крикнул и подпрыгнул - и оба хохочут. Одинаковые и необычные действия приносят малышам уверенность в себе и яркие, радостные эмоции. В таких контактах маленькие дети переживают ни с чем не сравнимое ощущение своего сходства с другими. Ведь прыгают и квакают они одинаково и при этом испытывают общую непосредственную радость. Через эту общность, узнавая и умножая себя в ровеснике, дети пробуют и утверждают себя. Если взрослый несёт для ребёнка культурно – нормированные образцы поведения, то сверстник создаёт условия для индивидуальных, ненормированных, свободных проявлений. Естественно, что с возрастом контакты детей всё более подчиняются общепринятым правилам поведения. Однако особая раскованность, использование непредсказуемых и нестандартных средств остаётся

отличительной чертой детского общения до конца дошкольного возраста, а может быть, и позже.

Характерно, что введение привлекательного предмета в ситуацию общения детей может разрушить их взаимодействие: они переключают внимание со сверстника на предмет или же дерутся из-за него. Всем известны «разборки» в песочнице, когда два малыша цепляются за одну машинку и с криком тащат её каждый в свою сторону. Но беда в том, что играть вместе в игрушки малыши ещё не умеют. Их общение пока не связано с предметами и с игрой. Новая интересная игрушка для малыша более притягательный предмет, чем его ровесник. Поэтому предмет как бы закрывает собой другого ребёнка, внимание малыша притягивается к игрушке, а сверстник воспринимается как помеха. Трёхлетние дети, как правило, безразличны к успехам сверстника и к его оценке со стороны взрослого. Им гораздо важнее поддержка и признание взрослого, чем другого ребёнка. Малыш как бы не замечает действий и состояний своего сверстника. Ему в принципе всё равно, с кем возиться и носиться, важно, чтобы он (партнёр) был такой же, действовал и переживал тоже самое. Таким образом, сверстник ещё не играет существенной роли в жизни младших дошкольников.

В то же время его присутствие повышает общую эмоциональность и активность ребёнка. Это выражается, прежде всего, в радости и даже восторге, с которыми малыш подражает движениям и звукам сверстников, в его стремлении быть рядом с ними.

Они чувствуют свою схожесть, свою принадлежность к общему роду. Такие чувства общности, связи с другими очень важны для нормального развития общения и самосознания ребёнка. Они ложатся в фундамент отношений ребёнка к другим людям, создают ощущение причастности к другим, что в дальнейшем избавляет от мучительных переживаний одиночества.

Получается, что, несмотря на свою «разнузданность» и, казалось бы, бессмысленность, такое эмоциональное общение очень даже полезно. Конечно, если подобные забавы и шалости преобладают в общении 5-6-летних детей, это уже ненормально. Но в 2 – 4 года нельзя лишать ребёнка радости непосредственного эмоционального взаимодействия с ровесниками.