

«Особенности адаптационного периода»

Почему одни дети 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 как «рыба в воде»? Отрыв от дома и близких, встреча с новыми взрослыми, незнакомыми могут стать серьезной психической травмой. Малыш это может воспринять как отчуждение, лишение родительской любви, внимания и защиты. Очень важно, чтобы этот период был плавным, мягким, бестравматичным. Много здесь зависит от педагогов, берущих на себя ответственность за помощь родителям в психическом и физическом развитии ребенка, за его душевный комфорт, радостное восприятие нового образа жизни. Необходимо понять, выяснить причины этих различий, понять интересы, стремления каждого поступающего в детский сад.

Традиционно под адаптацией понимается процесс вхождения человека в новую для него среду и приспособления к ее условиям. Адаптация является активным процессом, приводящим или к позитивным (адаптированность, т. е. совокупность всех полезных изменений организма и психики) результатам, или негативным (стресс). При этом выделяются два основных критерия успешной адаптации: внутренний комфорт (эмоциональная удовлетворенность) и внешняя адекватность поведения (способность легко и точно выполнять новые требования). С приходом ребенка в детский сад у него начинается новый этап жизни.

В ходе комплексного исследования, проведенного учеными в разных странах, было выделено три фазы адаптационного процесса:

I. Острая фаза или период дезадаптации. Она сопровождается разнообразными колебаниями в соматическом состоянии и психическом статусе, что приводит к снижению веса, частым респираторным заболеваниям, нарушению сна, снижению аппетита, регрессу в речевом развитии (длится примерно один месяц).

II. Подострая фаза или собственно адаптация. Характеризуется адекватным поведением ребенка, т. е. все сдвиги уменьшаются, и регистрируется лишь по отдельным параметрам на фоне замедленного темпа развития, особенно психического, по сравнению со средними возрастными нормами (длится три-пять месяцев).

III. Фаза компенсации или период адаптированности. Характеризуется убыстрением темпа развития, в результате дети к концу учебного года преодолевают указанную выше задержку темпов развития, дети начинают ориентироваться и вести себя спокойнее.

Кроме того, различают три степени тяжести прохождения острой фазы адаптационного периода:

- легкая адаптация: к 20-му дню пребывания в детском учреждении нормализуется сон, ребенок нормально ест, не отказывается от контактов с взрослыми и сверстниками, 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 изменился или несколько снизился;

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

Исследования показали, что последний вид адаптации может протекать в двух вариантах, каждый из которых имеет свои признаки:

1-й вариант

Поведенческие реакции нормализуются к 60-му дню пребывания в детском учреждении.

Нервно-психическое развитие отстает от исходного на 1-2 квартала.

Респираторные заболевания - более трех раз сроком более 10-ти дней.

Ребенок не растет и не прибавляет в весе. В течение 1-2 кварталов.

2-й вариант

Дети старше трех лет, частоболеющие, из семей с гиперопекой со стороны взрослых, заласканные, занимающие центральное место в семье.

Поведенческие реакции нормализуются к 3-4 месяцу пребывания в детском учреждении. Нервно-психическое развитие отстает от исходного на 2-3 квартала.

Замедляются рост, прибавка в весе.

Учитывая исследования ученых, мы в своей практике используем критерии, разработанные Институтом педиатрии:

- нарушение сна;
- нарушение питания;

- проявление отрицательных эмоций в общении;
- боязнь пространства;
- частые заболевания;
- снижение веса.

Мы стремимся к тому, чтобы ребенок справился с трудностями привыкания к новой среде на уровне легкой адаптации.

Адаптация – это не только процесс привыкания к дошкольному учреждению на первых порах, но и выработка умений и навыков в повседневной жизни.

Длительность периода адаптации зависит от многих причин:

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

Адаптационный период может сопровождаться различными негативными поведенческими реакциями:

Упрямство (причины):

- перевозбуждение нервной системы ребенка сильными впечатлениями, переутомлением, переживанием;
- стремление к самостоятельности и независимости, неумелые попытки проявить свою волю;
- привычная форма поведения избалованного ребенка;
- своеобразная форма протеста против грубого и необоснованного подавления взрослыми его самостоятельности и инициативы.

Грубость, дерзость, неуважительное отношение к взрослым (причины):

- отсутствие уважения взрослых к ребенку;
- реакция на несправедливое. Грубое обвинение ребенка во лжи, лени, в неблагоприятном поступке;

- недостаточное развитие воли, неумение владеть собой;
- утомление от однообразной деятельности

Лживость (причины):

- болезнь, страх наказания;
- желание привлечь к себе внимание, хвастливость.

Лень (причины):

- неразумная воспитательная тактика родителей, стремление уберечь ребенка от лишнего трудового усилия;
- воспитатель не поощряет усилий и стараний ребенка, а только критикует его недостатки.

Безусловно, в проведении любого процесса главная роль принадлежит воспитателю. Создавая у ребенка положительное отношение ко всем процессам, развивая различные умения, соответствующие возрастным возможностям, формируя потребность в общении с взрослыми и детьми, он обеспечивает решение воспитательно-образовательных задач уже в период привыкания ребенка к новым условиям и тем самым ускоряет и облегчает протекание адаптационного процесса.