

Теоретические основы особенностей адаптационного периода и способы его оценки

Проблема адаптации ребёнка раннего возраста достаточно широко представлена в психологических и педагогических исследованиях отечественных и зарубежных учёных: Н.И Аксариной, В.Тонковой-Ямпольской, Н.Д. Ватутиной, А.А Солнцева, М. Рутгера, А.И. Баркана, где вопрос адаптации рассматривается как один из важнейших аспектов развития личности на начальном этапе её становления. Эта проблема активно разрабатывается в психологических исследованиях, однако вопрос педагогического воздействия на положительный результат адаптации, проблема методов, средств, содержания и педагогических условий представлены недостаточно, а следовательно, затруднена их реализация в воспитательно-образовательном процессе.

Тенденция, существующая в теоретических разработках авторов относительно пред адаптационного периода и собственно адаптационного периодов детей раннего возраста к дошкольному учреждению, сводится к следующим основным положениям:

Фазы адаптационного процесса:

□ **Острая фаза**, 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 и *длится примерно 1 месяц*.

Различают **три степени тяжести прохождения острой фазы адаптационного периода:**

- **легкая адаптация**. Поведение ребёнка нормализуется в течении 10-15 дней. К двадцатому дню пребывания в саду у ребёнка стабилизируется сон и малыш начинает нормально есть. Настроение бодрое, есть заинтересованность, которая между тем не отменяет утреннего плача: "НЕ ХОЧУ В САД!" Отношения с близкими взрослыми не нарушаются, ребёнок, достаточно легко прощается с родителями, быстро отвлекается, его интересуют другие взрослые. Отношение к детям может быть как безразличным, так и заинтересованным. Интерес к происходящему восстанавливается в течении двух недель при участии взрослого. Речь затормаживается, но ребёнок может откликаться и выполнять указания взрослого. К концу первого месяца восстанавливается активная речь. Возникает не более одного лёгкого заболевания, сроком не более 10 дней, без осложнений. Вес не изменяется.

- **адаптация средней тяжести**. Негативные изменения в поведении нормализуются в течении месяца. Нарушения в общем состоянии ребёнка выражены ярче. Сон нормализуется лишь через 20-40 дней. Аппетит восстанавливается примерно в эти же сроки. Настроение неустойчивое в течение месяца, плаксивость проявляется в течение всего дня поведенческие реакции восстанавливаются к концу первого месяца пребывания в детском саду. Отношение ребёнка к близким- эмоционально-возбуждённое (плач, крик при расставании и встрече). Отношение к детям, как правило, безразличное, но может быть и заинтересованным. Речь либо не используется в качестве инструмента общения, либо речевая активность замедляется.

Исследования педагогов медиков Н.М. Аксариной, Н.П.Жуковой показали, что характер адаптации зависит:

1. **От возраста.** Наиболее трудно приспосабливаются к новым условиям дети от 9 мес. до 2 лет. В этом возрасте начинают формироваться довольно устойчивые привычки, а возможности к их перестройке ещё нет.

После двух лет приспособление к новым условиям происходит несколько быстрее, так как изменяется подвижность нервных процессов. Дети становятся более любознательными, их можно заинтересовать новой игрушкой, занятием. Они неплохо понимают речь взрослого, их легче успокоить, у многих уже есть опыт общения с разными людьми.

3.**От индивидуальных особенностей** их нервной системы. Это можно выяснить в индивидуальных беседах с родителями, в результате наблюдений за ребёнком. Один активен, коммуникативен, любознателен. Его адаптационный период проходит довольно легко и быстро. Другой медлителен, невозмутим, любит уединяться с игрушками. Шум, громкие разговоры сверстников раздражают его. Он если и умеет сам есть, одеваться, то делает это медленно, отставая от всех. Эти затруднения накладывают свой отпечаток на отношения с окружающими. Такому ребёнку необходимо больше времени, чтобы привыкнуть к новой обстановке. Болезненным, плачущим детям 2 раза в неделю нужно устраивать "выходные", щадя их нервную систему. Часто их адаптация самая затяжная.

4.**Ребёнок**, имеющий достаточно высокий уровень игровых действий. По предложению воспитателя с интересом включается в занятие, демонстрируя свои умения и вызывая похвалу взрослого. Такое деловое сотрудничество значительно сокращает период адаптации.

5. **От неумения** сообщать пользоваться общими игрушками, предметами. В данном случае надо показать малышу, как просить вещь, игрушку у другого, как поблагодарить, как подождать, когда кто-то пользуется общими предметами.

6. **От отсутствия** подготовки ребёнка в интеллектуальной сфере развития (сенсорика, умение слушать художественный текст, музыку и т.д.)

7. **Отсутствие** навыков самообслуживания у ребёнка - фактор риска для его здоровья. Оно может привести к дискомфортному состоянию, т.к. привычная потребность ребёнка в своевременной помощи со стороны взрослого (няни или воспитателя, у которых "на руках" много детей) не будет удовлетворяться так быстро как дома.

8. **От поведения и настроения** родителей при расставании с малышом утром.

9. **От обстановки в семье**, которая может способствовать дополнительным стрессом: расхождение с режимом дошкольного учреждения, от нервных перегрузок (посещение гостей, магазинов, театров, громкой музыки, длительного просмотра ТВ и т. д.).

Сложнее всего адаптируются в детском саду дети:

- у которых нет братьев и сестёр, поэтому не имеющие опыта делить близкого взрослого с другими детьми;
- застенчивые и замкнутые дети;
- агрессивные дети;
- эмоционально неустойчивые;

- дети, не имеющие элементарных навыков самообслуживания;
- дети, чрезмерно опекаемые родителями или бабушками (дедушками);
- дети, родители которых слишком сильно переживают за ребёнка в связи с необходимостью отдавать его в детский сад;
- дети, чьи родители находятся в острых конфликтных отношениях;
- дети, чьи родители и другие члены семьи не поддерживают того, что ребёнок начинает ходить в детский сад.

В результате научных исследований последних десятилетий в области педагогики, педиатрии и психологии раннего возраста таких учёных, как С.Ю. Мещерякова, Л.Н., Галигузова, Н.Е.Веракса и др. была создана чёткая система вхождения ребёнка в социум, своеобразная лесенка по которой поднимаются двое - **Взрослый и Ребёнок**.

I ступень - **ребёнок и мама**

II ступень - **ребёнок, мама и другие взрослые**

III ступень - **ребёнок и ближайшее окружение (взрослые дошкольного учреждения)**

IV ступень - **ребёнок и другие дети**

Первая и вторая ступень преодолевается в семье, а третья и четвертая в дошкольном учреждении.

Чем полнее и разнообразнее деятельность ребёнка, тем успешнее пойдёт его развитие. Л.С.Выгодский в работе "Игра и её роль в психическом развитии ребёнка" писал: «В дошкольном возрасте ребёнок очень восприимчив и открыт окружающему миру. Чем он младше, тем больше влияния можно оказать на его поведение и чувства. Ребёнок, играя, адаптируется к внешнему миру. Игра - путь обретения взаимопонимания взрослого и ребёнка».

Игровая деятельность - это наиболее близкий для малышей вид деятельности.

Выбрав такой вид обучения, как игра, мы даём ребёнку возможность на всю жизнь запомнить, что обучение - это захватывающее, жизнерадостное приключение.

Ещё одна группа причин, когда оказываются разными варианты прохождения острого периода адаптации, касается возможностей детского сада, особенностей программы, а также особенностей личности воспитателя. Это зависимость от характера и структуры деятельности педагогического коллектива.

Все проблемы, которые возникают в период адаптации ребенка к детскому учреждению, необходимо решать посредством совместных усилий воспитателей, педагогов, родителей и психолога.

Определение поведенческой реакции в соответствии с оценкой факторов адаптации

1. Эмоциональное состояние ребёнка.

- +3 Весел, жизнерадостен, подвижен, активен;
- +2 Улыбается, настроение хорошее, спокоен;
- +1 Иногда задумчив, замкнут;
- 1 Лёгкая плаксивость, хныканье;
- 2 Плачет за компанию; плач приступообразный;

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

Трудности адаптации возникают в тех случаях, когда ребенок встречает непонимание, его пытаются вовлечь в общение, содержание которого не отвечает его интересам, желаниям. Невыполнение основных педагогических правил при воспитании детей приводит к нарушениям интеллектуального, физического развития ребенка, возникновению отрицательных форм поведения.

Адаптационный период у детей 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. (Бывает также, что у родителей нет терпения подождать, пока ребенок выполнит их просьбу, и они все делают за него);
- воспитатель не поощряет усилий и стараний ребенка, а только критикует его недостатки.

Адаптационный период считается законченным, если: ребенок приходит в детский сад с хорошим настроением, спокойно прощается с родителями; не стоит у окна и не ждет, когда за ним придут; не вспоминает в течение дня о маме; принимает участие и проявляет заинтересованность к какой-либо деятельности; не плачет; засыпает и спит спокойно; ест с аппетитом; отсутствуют отрицательные эмоции (гнев, страх, отвращение и т.п.).

Таким образом, необходима целенаправленная организация жизни ребенка раннего возраста в дошкольном учреждении, которая приводила бы к наиболее адекватному, безболезненному приспособлению организма к новым условиям, позволяла бы формировать положительное отношение к детскому саду, навыки общения со взрослыми и детьми.