

## **Особенности адаптационного периода.**

Почему одни дети ведут себя спокойно, а другие неутешно плачут? 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 себе подобными могут стать для ребенка серьезной психической травмой. Малыш может воспринять это как отчуждение, лишение родительской любви, внимания и защиты. Очень важно, чтобы этот переход был плавным, мягким, бестравматичным.

Традиционно под адаптацией понимается процесс вхождения человека в новую для него среду и приспособление к ее условиям. Адаптация является активным процессом, приводящим или к позитивным (адаптированность, т.е. совокупность всех полезных изменений организма и психики) результатом, 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 в ясли у ребенка начинается новый этап в его жизни.

Длительность периода адаптации зависит от многих причин:

- от особенностей высшей нервной деятельности и возраста ребенка;
- 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.

### ***Выделяют три фазы адаптационного процесса.***

**1<sup>^</sup>. Острая фаза или период дезадаптации.** Она сопровождается разнообразными колебаниями в соматическом состоянии и психическом, что приводит к снижению веса, частым респираторным заболеваниям, нарушению сна, снижению аппетита, регрессу в речевом развитии. (длится в среднем 1 месяц)

**2<sup>^</sup>. Подострая фаза или собственно адаптация.**

Характеризуется адекватным поведением ребенка, сдвиги по отдельным параметрам на фоне замедленного темпа развития, особенно психического (длится 3-5 месяцев)

**3<sup>^</sup>. Фаза компенсации или период адаптированности.** Убыстрение темпа развития, в результате дети преодолевают задержку темпов развития, дети начинают ориентироваться и вести себя спокойнее.

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 со сверстниками и взрослыми, 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 дет.саду. Нервно-психическое развитие несколько замедляется (замедление речевой активности). Заболеваемость до двух раз сроком не более 10-ти дней, без осложнений. Вес не изменился или несколько снизился.
- Тяжелая адаптация: характеризуется значительной длительностью (от двух до шести месяцев и больше) и тяжестью всех проявлений.  
(ребенок пассивен, чрезмерно активен, восприимчив, раздражителен, агрессивен, плаксивый и т.п.)

Поведенческие реакции нормализуются к 60-му дню пребывания в дет.саду. Нервно-психическое развитие отстает от исходного. Респираторные заболевания – более трех раз сроком более 10-ти дней. Ребенок не растет и не прибывает в весе в течении 1-2 кварталов.

Хуже всего адаптируются дети частоболеющие, из семей с гиперопекой со стороны взрослых, заласканные, занимающие центральное место в семье.

Мы стремимся к тому, чтобы ребенок справился с трудностями привыкания к новой среде на уровне лёгкой адаптации, и всячески предупреждаем и не допускаем проявлений тяжёлой адаптации. Именно поэтому необходима такая организация жизни ребёнка в дошкольном учреждении, которая приводила бы к наиболее адекватному, почти безболезненному приспособлению его к новым условиям, позволяла бы формировать положительное отношение к дет.саду, навыки общения, прежде всего со сверстниками.

*Адаптация – это выработка умений и навыков в повседневной жизни ребёнка в детском саду.*