**Алексеева Людмила Николаевна**

**Воспитатель**

**МБОУ Наро-Фоминская СОШ №7 им. Героя Советского Союза Н.И. Григорьева**

**Г. Наро-Фоминск**

**«Успешная адаптация ребенка раннего возраста к дошкольному учреждению как условие его эмоционального благополучия»**

Адаптация ребенка к новым социальным условиям протекает подчас очень болезненно. Когда ребенок впервые приходит в детский сад, происходит серьезная перестройка всех его отношений с людьми, ломка привычных форм жизни. Эта резкая смена условий существования может сопровождаться тяжелыми переживаниями, снижением речевой и игровой активности, а нередко сказывается и на здоровье ребенка.

Для ребенка, не посещавшего детское учреждение, непривычно все: отсутствие близких, присутствие незнакомых взрослых, большое количество детей, новый распорядок дня и т.п. Обращение персонала с детьми также резко отличается от того, к которому они привыкли дома. Новая обстановка выводит ребенка из равновесия и нередко вызывает у него бурные реакции.

Прием новых детей в группу связан с некоторыми трудностями и для воспитателей. Не всегда им, так же, как и родителям, удается облегчить процесс привыкания детей к условиям общественного воспитания. Зачастую это связано с тем, что в группу срaзу приводят нескольких новичков, постоянно нуждающихся во внимании и ласке. Это не позволяет воспитателю обеспечить необходимый контaкт с детьми, найти правильный подход к ним**.**

В современной жизни мы мало уделяем внимания проблеме адаптации, а ведь успешная адаптация ребенка к изменяющимся условиям его существования – залог его будущей успешной взрослой жизни, залог его побед и достижений.

Любая адаптация – это приспособление индивида к новым условиям существования. Адаптация делится на биологическую и социальную.

Биологическая – изменение физиологической активности органов и их систем ребенка в ответ на изменение условий существования. Так, в условиях тяжелой адаптации в ДОУ у ребенка возможны замедление речевого, психического развития, и задача логопеда – помочь ребенку в процессе адаптации сохранить и приумножить речевое развитие малыша.

Социальная адаптация – формирование новых социальных отношений и связей ребенка в группе. Речь является при этом очень важным связующим компонентом между детьми.

Биологическая и социальная адаптация тесно взаимосвязаны, что отражается, например, в снижении функциональной активности организма в период возникновения сложных социальных взаимоотношений, что проявляется в снижении иммунитета малыша, например, в период адаптации.

Цель адаптационного периода – приспособление малыша к новым условиям его существования.

Задачи:

Благополучное изменение физиологической активности органов и их систем ребенка в ответ на изменение условий существования.

Благополучное формирование новых социальных отношений и связей ребенка в группе.

Если психолог, логопед и воспитатель, организуя деятельность детей, помогут новичку пережить хотя бы однажды, хотя бы в малом радость успеха, утвердиться в получении какого-либо результата и почувствовать свою нужность в группе — тогда ребенок будет открыт и подготовлен к дальнейшей жизни в детском саду.

По существующим литературным данным, адаптация ребенка к яслям длится 7-10 дней, к детскому саду в 3 года – 2-3 недели, в старшем дошкольном возрасте – 1 месяц.

Чаще всего дети приходят в детский сад в 3 года, поэтому остановимся на этом периоде подробнее.

**Виды адаптации.**

Адаптацию трехлетнего малыша к детскому саду можно разделить на три вида: легкая, тяжелая и средняя.

**Тяжелая адаптация** может длиться месяцами. В этот период у ребенка наблюдаются ухудшение аппетита, вплоть до полного отказа от еды, нарушение сна и мочеиспускания, на лицо - резкие перепады настроения, частые срывы и капризы. Кроме того, малыш очень часто болеет, что связано в первую очередь с нежеланием ребенка идти в детский сад. Такие дети в коллективе чувствуют себя неуверенно, практически ни с кем не играют.

При тяжелой адаптации возможен ее срыв, который может привести к психосоматическому заболеванию ребенка:

Разлука → страх → стресс → срыв адаптации → болезнь.

Второй тип адаптации - **легкая**, противоположная той, что была описана выше. В этом случае ребенок вливается в новый коллектив безболезненно, ему там комфортно, он не устраивает скандалов, когда мама ведет его в детский сад. Такие дети, как правило, болеют нечасто, хотя в период адаптации физиологические "срывы" все же возможны.

И последний тип адаптации - **средняя**, когда малыш более-менее терпимо переносит походы в детский сад, может периодически "всплакнуть", но ненадолго. Этот период может длиться до двух-трех месяцев. Чаще всего в это время заболеваний не избежать**.**

Первые признаки того, что ребенок адаптировался:

1.хороший аппетит;

2.спокойный сон;

3.охотное общение с другими детьми;

4.адекватная реакция на любое предложение воспитателя;

5.нормальное эмоциональное состояние.

К невротическим реакциям, сопровождающим срыв адаптации, можно отнести:

1. рвота;

2. пристрастие к личным вещам;

3. наличие страхов;

4. неуправляемое поведение;

5. стремление спрятаться от взрослых;

6. истерические реакции;

7. тремор подбородка, пальчиков.

Чтобы адаптация ребенка к детскому саду прошла успешно, рекомендуется начать готовить малыша к саду заранее.

1. Следует рассказать ребенку, что такое детский сад, зачем туда ходят дети, почему мама и папа хотят, чтобы малыш пошел в детский сад (чтобы было интересно, например).

2. Показать ребенку детский сад, понаблюдать за прогулкой ребят, которые уже ходят в садик. Подробно рассказать о режиме детского сада, чтобы ребенка не пугала неизвестность. Для этого следует проконсультироваться с сотрудниками детского сада, чтобы рассказ о режиме дня был правдив, иначе ребенка может ждать разочарование.

3. Поговорить с ребенком о возможных трудностях, к кому он может обратиться за помощью, как он это сделает. Следует проговаривать вместе с ребенком модели поведения, тогда малыш будет чувствовать себя увереннее.

4. Научить ребенка знакомиться с другими детьми, вместе играть, обмениваться игрушками, прощаться.

5. Следует в присутствии ребенка не выказывать своих страхов по поводу детского сада, не давать знакомым высказываться критически в отношении принятого вами решения отдать ребенка в детский сад. Уверенность родителей в правильности своего решения вселяет уверенность в ребенка, что все будет хорошо.

В период адаптации необходимо эмоционально поддерживать малыша, чаще обнимать его, больше общаться.

Детей, которые, по прогнозам, легко привыкнут к детскому саду, можно начинать приводить сразу на время с начала работы группы (7.00 час) до дневного сна (12.30-13.00), при этом ориентируясь на эмоциональное состояние ребенка.

Детей с прогнозируемой адаптацией средней тяжести предлагается приводить на прогулку к 10.00 часам. Родитель гуляет вместе с ребенком. За время прогулки взрослые и дети ближе знакомятся друг с другом. Через некоторое время ребенка приглашают на обед, но не настаивают. Обычно ребенку требуется от одной до двух недель, чтобы спокойно отпустить маму.

Детей с прогнозируемой тяжелой и очень тяжелой адаптацией приводят также к 10.00 часам на прогулку с детьми (около двух недель), после обеда мама с ребенком может поиграть в группе. Через какое-то время (оговаривается с психологом, логопедом) ребенка приглашают в группу сразу после прогулки без мамы.

Таким образом, адаптация малыша к детскому саду – очень сложный и ответственный процесс. Главнее в нем – не навредить ребенку, а способствовать его успешному психофизиологическому развитию.

И чтобы малыш чувствовал себя комфортно, в первое время следует как можно раньше забирать ребенка домой, чтобы он привыкал к новому окружению постепенно, приложить все усилия, чтобы создать спокойный, бесконфликтный климат в семье, необходимо в выходные дни организовывать дома такой же режим, как и в детском саду. И, конечно, родители ребенка должны тесно сотрудничать с воспитателями, психологом и логопедом детского сада.