

Круглый стол

**«Адаптация детей раннего
возраста к детскому саду»**

Тема круглого стола: «Адаптация детей раннего возраста к детскому саду»

Цель: помощь в построении взаимоотношений между детьми, родителями и персоналом д/с (педагогами).

Ведущий: Добрый день, уважаемые коллеги. Тема круглого стола «Адаптация детей раннего и младшего возраста к детскому саду»

План работы:

- I. Дать определение адаптации.
- II. Влияние адаптации на здоровье ребенка.
- III. Способы облегчения адаптации.

I. Что такое адаптация

Ведущий. Ранний возраст имеет исключительно большое значение в развитии человека. В этот период закладываются наиболее важные и фундаментальные человеческие способности, познавательная активность, уверенность в себе и доверие к другим людям, целенаправленность и настойчивость, воображение и творческая направленность и многие другие. Все эти способности не возникают сами по себе, как следствие возраста, но требуют неперемennого участия взрослого и определенных воздействий.

Исследования Н.М. Аксариной, Л.Н. Галигузовой, Р.В. Тонковой-Ямпольской, Е. Шмидт-Кольмер С.Н. Тепляк, убедительно доказывают, что возраст от 2-х до 3-х лет не является благоприятным для серьезных изменений в жизни ребенка, к которым, безусловно, относится и поступление в детский сад. Поступление ребенка в детский сад протекает для него не безболезненно.

Чем, по вашему мнению, является детский сад при поступлении ребенка раннего возраста. Детский сад для него это...?

- новое окружение – взрослые, другие дети, новые игрушки, новые предметы, процесс вхождения в новую среду и т.д.

Ведущий. Толковый словарь русского языка И.С. Ожигова, Н.Ю. Шведовой дает нам следующее определение:

«**Адаптация** – приспособление организма к изменяющимся внешним условиям»

Адаптация — это реакция организма и психики на меняющиеся условия среды.

Адаптацию необходимо рассматривать не как пассивное приспособление к меняющимся условиям, а как процесс выработки новых форм и способов активности, обеспечивающих эффективность деятельности в изменяющихся условиях и сохранение своего психофизического благополучия

II. Влияние адаптации на здоровье ребенка.

Ведущий. Значение адаптации, т.е. приспособление детского организма к окружающей среде отражается на дальнейшем здоровье и самочувствии в новых условиях.

? Какое влияние оказывает адаптация на здоровье ребенка?

- *Ребенок начинает плакать, отказывается от общения с воспитателями, другими взрослыми, отказывается от еды, с детьми не играет, сон его короткий, не глубокий.*

Ведущий. Ребенок, поступая в дошкольную среду, переживает стрессовое состояние, у него появляется торможение, возникают ориентировочные реакции (можно, нельзя), напряженное состояние, он попадает под целый комплекс воздействий. Возникает синдром адаптации, т.е. скопление неизвестных воздействий, что вызывает у него страх, отрицательные эмоции.

Поступление ребенка в детский сад является для него новым неизвестным, следовательно, он пребывает в стрессовом состоянии. Стресс имеет свои особенности:

1-я особенность: ребенок находится в состоянии срыва динамического стереотипа (стереотип – система выработанных условий рефлексов).

Происходит ломка старых стереотипов и формирование новых в конце адаптации. Чем дальше стоит новый стереотип от старого, тем тяжелее протекает адаптация.

2-я особенность: стрессовое напряжение в период адаптации связано с изменениями гормональной системы организма. Стресс, безусловно, вреден, но он и необходим, по мнению психологов, так как жизнь часто бросает детей и взрослых в разные ситуации, и если бы организм не был приспособлен к перенесению стресса, то люди бы сразу умирали. Следовательно, задача детского учреждения облегчить стрессовую ситуацию, правильно воздействовать на детей и искать способы облегчения адаптации.

3-я особенность: в период адаптации иммунная система организма, его защитные силы ослабевают. Следовательно, ребенок заболевает.

Неблагоприятное протекание адаптационного периода, длительное пребывание в состоянии психического стресса могут привести к задержке психического развития ребенка, невозможности нанести ущерб процессу формирования навыков самостоятельного обслуживания и личностных качеств, к нарушению хода образования социальных потребностей, соответствующих возрастным нормам развития.

III. Способы, облегчающие адаптацию.

Ведущий. Привыкание ребенка к новым для него условиям дошкольного учреждения, в основном зависит от того, как взрослые в семье смогли подготовить малыша к этому ответственному периоду в жизни.

? Какова, по вашему мнению роль семьи в подготовке ребенка к детскому саду?

- *Родителям необходимо заранее познакомиться с воспитателями группы, режимом дня, пройти консультацию у педагога-психолога, медицинского работника, старшего воспитателя. Так же следует рассказать воспитателям об особенностях поведения ребенка, его интересах.*

Необходимо особое внимание уделить родителям рациону питания, приучить ребенка к разнообразным овощным, молочным и рыбным блюдам. Тогда ребенок не останется голодным.

Режим дома следует максимально приблизить к режиму детского сада, так как коррекцию желательно проводить в домашних условиях, оберегая нервную систему малыша от переутомления.

Необходимо сформировать у ребенка навыки самостоятельности, которые будут проявляться в процессе умывания, во время приема пищи, одевания и раздевания. Самостоятельность в действиях с игрушками, положительно скажется на самочувствии ребенка.

Воспитатель, имея полную информацию о ребенке, быстрее поймет его и установит контакт, да и ребенку будет легче.

?Какова роль воспитателя для обеспечения легкой адаптации?

- Для поступившего в детский сад ребенка следует установить щадящий режим, позволить ему подольше поспать, пораньше лечь, вовлечь его в игру, позволив принести любимую игрушку из дома.

Ведущий. Воспитателям необходимо заранее познакомиться с семьей будущего воспитанника, выяснив какие привычки сложились в семье во время еды, засыпания, чем больше всего ребенок любит заниматься.

В период прихода ребенка в группу детского сада воспитателю следует дать ему понять, что только его и ждали, что о нем скачали и вспоминали. В группе создать условия максимально приближенные к домашним, эмоционально благоприятную атмосферу.

В период адаптации необходимо учитывать следующие факторы:

1. Состояние здоровья и уровень развития ребенка.

Показатели: возраст поступления в детский сад; состояние здоровья; характеристики познавательной сферы ребенка (уровень развития познавательных процессов и познавательной активности, обучаемость, сформированность ориентировочной основы действия и др.); индивидуально-психологические черты (психодинамические и личностные качества, уровень

развития социальных эмоций); сформированность навыков общения со взрослыми и сверстниками.

Ослабленные, часто болеющие дети нуждаются в специальной организации адаптационного периода, щадящих нагрузках и соблюдении ряда предписаний медицинского характера, поэтому часто ставится вопрос о необходимости пребывания ребенка в ДООУ. Если родители все же принимают решение отдать ребенка в ДООУ, их необходимо ознакомить с типичными трудностями адаптационного периода. К ним можно отнести: рост числа заболеваний (в т. ч. инфекционного характера, обусловленные снижением иммунитета; эмоциональные нарушения, связанные с изменением режима дня и разлукой с родителями; отклонения в поведении, в частности возникновение гиперактивности и агрессивности.

Здоровый, хорошо развитый ребенок легче перенесет всякие трудности, в том числе и трудности социальной адаптации.

Единственные в семье дети, которые по разным причинам не приобрели опыта взаимодействия с ровесниками, оказываются в более уязвимом положении. Некомпетентность детей в коммуникативной сфере, неумение конструктивно разрешать возникающие конфликты, тревожность и неуверенность в себе (свойственные многим дошкольникам в период адаптации к новой ситуации) снижают популярность таких детей в группе и препятствуют успешному вхождению в детский коллектив.

2. **Возраст ребенка.** После полутора лет временная разлука с матерью постепенно теряет свое стрессовое влияние.

Причины переживаний у ребенка

Существуют определенные причины, которые вызывают слезы у ребенка:

Резкая смена обстановки и распорядка дня. Для ребенка в возрасте до 3-х лет важно получать достаточно внимания со стороны взрослых. Он трудно переносит то, что еще недавно весь день находился дома, рядом с внимательными, любящими родителями, которые чутко реагировали на

любую просьбу со стороны малыша, а теперь попал в незнакомое место, в компанию улыбчивых, но чужих людей. В результате индивидуальный распорядок ребенка изменяется, что может спровоцировать резкое ухудшение эмоционального состояния (вплоть до истерик перед выходом из дома в детский сад).

Негативное впечатление от первого визита в детский сад. Первое впечатление может играть решающую роль при подготовке ребенка к адаптационному периоду и его нахождении в ДОО. Именно поэтому важным является первый день в детском коллективе.

3. Характеристики семейной ситуации.

Показатели: положение ребенка в семье, привязанность ребенка к родителям; воспитательная позиция родителей; стиль детско-родительских отношений.

В период адаптации ребенка к детскому саду особое значение приобретает воспитательная позиция родителей, понимаемая как совокупность установок, связанных с воспитанием детей, определенной мотивации отношения к ребенку и ее осознания. Воспитательная позиция родителей обусловлена "знаемыми" и "реально действующими" мотивами, степень осознанности которых может различаться. Ее важными характеристиками являются адекватность, гибкость и прогностичность. Адекватность заключается в умении родителей видеть и понимать индивидуальность своего ребенка, его личностные и мотивационные особенности, в способности замечать изменения, происходящие в его психической сфере. Гибкость предполагает способность к изменению педагогических воздействий по ходу взросления ребенка или в связи с различными изменениями условий жизни семьи. Прогностичность оценивается как способность родителей предвосхищать появление новых психических и личностных качеств детей, в том числе тех, которые обусловлены семейным воспитанием.

Воспитательная позиция родителей является основой для формирования стиля воспитания ребенка в семье. Стилевые особенности детско-родительских отношений оказывают существенное влияние на процесс адаптации дошкольника к детскому саду. Родители, придерживающиеся демократического типа отношения к ребенку, поощряют ответственность и самостоятельность своих детей в соответствии с их возрастными возможностями и личными интересами. При этом они последовательно реализуют воспитательные требования, добиваясь осмысленного поведения детей, оказывая им принятие и поддержку. Доверительные отношения с родителями, уверенность в справедливости их оценки способствуют благоприятному прохождению периода адаптации и снижению уровня тревожности.

Авторитарный стиль воспитания в семье, основанный на психологической дистанции между родителями и детьми, жестком контроле и ограничении самостоятельности ребенка, может привести к возникновению в период адаптации агрессии или тревоги. Страх быть наказанными за "неправильное" поведение в детском саду ведет к росту невротизации тревожных, неуверенных в себе детей. Однако сопротивляющихся, "бунтующих" против родителей дошкольников высокая требовательность со стороны взрослых и угроза наказания могут вызвать агрессию и враждебность к семье. И в том, в другом случае возникает риск дезадаптации, предполагающей возможность формирования у тревожных детей невротических отклонений и отклоняющегося поведения - у агрессивных.

Попустительский стиль семейного воспитания (гипоопека) может серьезно осложнить привыкание детей к дошкольному учреждению. Отсутствие четких требований, неумение родителей контролировать поведение детей приводят, с одной стороны, к неуверенности в себе и тревожности, а с другой - к трудностям в принятии новых норм и правил.

Часто у дошкольников формируется асоциальное поведение, поскольку они не умеют и не хотят выполнять требования взрослых.

Гиперопека снижает адаптационные возможности ребенка, поскольку стремление родителей контролировать каждый его шаг, ограничивать самостоятельность и решать за него возникающие проблемы затрудняет социальное развитие и ведет к росту тревожности и неуверенности в себе. Сопутствующая данному стилю семейного воспитания симбиотическая связь ребенка с родителями усиливает тревожность и неуверенность в себе, особенно когда дошкольник остается один.

Хаотический стиль семейного воспитания, связанный с отсутствием четких требований или противоречивым их характером, служит препятствием для успешной адаптации ребенка к детскому саду, поскольку непредсказуемость родительского поведения лишает дошкольника ощущения стабильности и упорядоченности социальных отношений и провоцирует повышенную тревожность, неуверенность, импульсивность, а в сложных ситуациях - агрессивность и неуправляемость, увеличивая риск дезадаптации. При таком воспитании у детей не формируются самоконтроль и чувство ответственности, отмечаются незрелость суждений и заниженная самооценка.

4. Социальная и педагогическая среда дошкольного учреждения.

Показатели: особенности педагогического процесса (содержание, формы, методы работы с детьми, индивидуализация образовательных и воспитательных стратегий, организация совместной работы с родителями); влияние педагога (стиль педагогического общения, личностные качества воспитателя); влияние сверстников (принятие в группе, характер общения, особенности игровых взаимоотношений детей).

Поступление в детский сад связано со значительным изменением привычного образа жизни, в частности стиля общения со взрослыми. Воспитатели, педагоги и другие сотрудники ДОО активно включаются в процесс социального развития ребенка. Речь, личный пример, стиль

поведения и общения воспитателя и педагога оказывают огромное влияние на формирование личности дошкольника. Потребность в положительных эмоциональных контактах со взрослыми особенно ярко проявляется в период первичной адаптации детей к дошкольному учреждению. **Успешность привыкания детей к ДОО во многом зависит от отношения к ним педагога и выбранного им стиля общения с воспитанниками.**

Стиль педагогического общения представляет собой систему индивидуально-типологических особенностей социально-психологического взаимодействия педагога и детей. Основными параметрами, характеризующими стиль педагогического общения, являются:

- степень эмоционального принятия ребенка, его особенностей и проблем;
- степень контроля за выполнением правил, за поведением детей и т. д.;
- учет индивидуальных особенностей детей в организации учебно-воспитательного процесса.

В настоящее время выделяют три основных стиля педагогического общения: демократический (авторитетный), авторитарный и попустительский.

Демократический (авторитетный) стиль педагогического общения проявляется в высокой степени эмоционального принятия воспитанников при строгом контроле за их деятельностью, общением и поведением, который реализуется с учетом индивидуальных особенностей и возможностей детей. В результате у дошкольников развивается уверенность в себе, стимулируется инициативность и самостоятельность, возрастают общительность и доверительность при межличностных контактах.

Авторитаризм педагога характеризуется наличием жестких рамок и ограничений. При авторитарном стиле педагогического общения педагог использует жесткое управление и строгий контроль, сохраняет дистанцию в отношениях с воспитанниками и недооценивает важность индивидуальных особенностей детей.

Авторитарность педагога затрудняет адаптацию детей к дошкольному учреждению, особенно если стиль семейного воспитания прямо противоположен: избалованные дети, не знающие запретов и ограничений, бурно реагируют не только на содержание требований, но и на эмоциональный тон, выражение лица воспитателя, поэтому строгость педагогических воздействий вызывает противоположную реакцию, делая дошкольников неуправляемыми. Усвоение новых требований при авторитарном стиле педагогического общения носит, как правило, внешний характер, протекает за счет подавления индивидуальности детей и влечет за собой рост негативных проявлений, таких как тревожность, недоверие к себе, депрессивность и враждебность.

При попустительском стиле педагогического общения воспитатель стремится как можно меньше вмешиваться в жизнедеятельность детей, практически устраняется от руководства ими, ограничиваясь формальным выполнением обязанностей и указаний администрации. Отсутствие дисциплины и четких требований, незаинтересованность в успехах и достижениях детей, не налаженный контакт с родителями осложняют адаптацию детей к детскому саду, так как дети, предоставленные сами себе, острее переживают разлуку с родными и более подвержены риску возникновения нарушений поведения.

Процесс перехода ребенка из семьи в детское дошкольное учреждение сложен и для самого малыша и для родителей. Ребенку предстоит приспособиться к совершенно иным условиям, чем те, к которым он привык в семье. А это совсем не просто. Возникает необходимость преодоления психологических преград.

5. Недостаток подготовки ребенка к ДОУ.

Это популярная проблема, при которой необходимо учитывать особенности развития каждого малыша в раннем возрасте. Зачастую проблема возникает в том случае, когда ребенку необходимо побольше общаться с матерью. Среднестатистический ребенок не в состоянии быстро

привыкнуть к ДООУ, т. к. он имеет достаточно сильную эмоциональную связь с родителями, а их отсутствие вызывает бурную негативную реакцию. Эта проблема особенно остро проявляется, если малыш впечатлителен и чувствителен к любым изменениям. Дети дошкольного возраста часто подвержены страхам встреч с чужими людьми, сталкиваясь в саду сразу с целым незнакомым коллективом. Такие детские опасения являются распространенной причиной длительного привыкания ребенка к группе. Из-за боязни незнакомых малыш становится плаксивым, нервным, что провоцирует ухудшение здоровья.

6. Неспособность самостоятельно обслуживать себя. Именно этот фактор значительно мешает привыканию к детскому саду, ведь отсутствие самостоятельности ребенка вынуждает его больше контактировать с другими малознакомыми взрослыми.

7. Избыток впечатлений. В первые дни малыш узнает много нового и испытывает яркие впечатления, как негативные, так и позитивные. Излишнее эмоциональное возбуждение переутомляет малыша, а следствием этого являются нервозность и капризы.

8. Неприязнь в общении с конкретными детьми и персоналом. Этот фактор не настолько распространен, но конфликтные ситуации возможны.

Необходимо помнить, что у малыша до трехлетнего возраста нет острой потребности в общении с другими детьми, поскольку эта потребность формируется несколько позже. Для детей этого возраста именно взрослый является интересным собеседником. Напротив, сверстники не могут обеспечить малышу должного внимания, поскольку имеют те же потребности

9. Биологические и социальные факторы. Частые заболевания ребенка до поступления в дошкольную организацию также оказывают влияние на степень адаптации. Переутомление ребенка способствует задержке его нервно-психического развития, формированию

самостоятельных навыков и личностных качеств, которые соответствуют возрасту.

10. Уровень тренированности адаптационных возможностей. Формирование этого важного качества должно идти параллельно с общей социализацией ребенка.

Ведущий: По каким параметрам можно определить, как прошел период адаптации ребенка к условиям дошкольного учреждения?

Период адаптации детей раннего возраста условно разделяют на три уровня:

1 уровень - Легкий уровень адаптации (10-15 дней).

При ознакомлении с окружающим легко включается в предметную, самостоятельную деятельность или игру. В игре могут играть как самостоятельно, так и со сверстниками. Быстро устанавливают контакт со взрослыми.

У ребенка постепенно нормализуется сон и аппетит, восстанавливается эмоциональное состояние и интерес к окружающему миру, налаживаются взаимоотношения со взрослыми и сверстниками. Отношения с близкими людьми не нарушаются, ребенок достаточно активен, но не возбужден. Снижение защитных сил организма выражено незначительно и к концу 2-3 недели они восстанавливаются. Острых заболеваний не возникает.

2 уровень - Средний уровень адаптации (20-40 дней)

Дети этого уровня характеризуются привыканием к детскому саду, адекватным поведением: наблюдают за действиями взрослых и сверстников, в первые дни плачут, вспоминают родителей после их ухода, а в течение дня играют со сверстниками, общаются со взрослыми.

Сон и аппетит восстанавливаются только через 15-40 дней, настроение неустойчиво в течение месяца, значительно снижается активность малыша: он часто плачет, малоподвижен, не проявляет интереса к игрушкам, отказывается от занятий, не пользуется речью. Эти изменения длятся до полутора месяцев. Отчетливо выражены изменения в деятельности

вегетативной нервной системы: это могут быть функциональное нарушение стула, бледность, потливость, тени под глазами, пылающие щеки, могут усиливаться проявления эксудативного диатеза. Особенно ярко эти проявления отмечаются перед началом заболевания, которое протекает, как правило, в форме острой респираторной инфекции.

3 уровень Тяжелый уровень адаптации (от 2 до 6 месяцев).

В период адаптации к детскому дошкольному учреждению дети проявляют тревогу, беспокойство. Требуют к себе постоянного внимания со стороны воспитателя, не замечают сверстников.

Ребенок начинает длительно и тяжело болеть, одно заболевание почти без перерыва сменяет другое, защитные силы организма подорваны и уже не выполняют свою роль – не предохраняют его от инфекций. Частые болезни сочетаются с неадекватным поведением ребенка, которое граничит с невротическим состоянием. Аппетит снижается сильно и надолго, может возникнуть стойкий отказ от еды или невротическая рвота при попытке накормить ребенка. Он плохо засыпает, вскрикивает и плачет во сне, просыпается со слезами; его сон чуткий и короткий. Во время бодрствования малыш подавлен, не интересуется окружающим, избегает других детей или ведет себя агрессивно.

Причины тяжелой адаптации к условиям ДОО

- Несоответствие распорядка дня дома и в детском саду.
- У ребенка сформировались своеобразные привычки.
- Малыш не приучен к непродолжительному одиночеству и не может играть игрушками наедине с собой.
- Отсутствие навыков в соблюдении гигиены.
- Малыш редко находится в компании незнакомых людей

Показателями окончания адаптационного периода является:

- спокойное, бодрое, веселое настроение ребенка в момент расставания и встреч с родителями;
- уравновешенное настроение в течение дня;

- адекватное отношение к предложениям взрослых;
- общение с ними по собственной инициативе;
- умение общаться со сверстниками, не конфликтовать;
- желание есть самостоятельно, доедать положенную норму до конца;
- спокойный дневной сон в группе до назначенного по режиму времени.

Следовательно, знание данных факторов позволит, обеспечит адаптацию ребенка к дошкольному учреждению.

Ведущий.

- Вывод: Для того, что бы период адаптации протекал с наименьшими осложнениями для ребенка необходимо:

- Научить ребенка вступать в общение со взрослым и сверстниками.
- Выработать привычку к режиму дня.
- Повышать уровень культурно-гигиенических навыков, навыков самообслуживания.
- Не только упражнять детей в применении сформированных навыков, но и контролировать выполнение бытовых правил в разных ситуациях, пояснять их значение.

Следовательно, дети, у которых в соответствии с возрастом сформированы и навыки общения, и культурно-гигиенические навыки, быстро и безболезненно привыкают к условиям общественного дошкольного воспитания, успешно развиваются умственно и нравственно, растут физически крепкими, здоровыми и самостоятельными.

Используемая литература

1. Заводчикова, О. Г. Адаптация ребенка в детском саду: взаимодействие дошкольного образовательного учреждения и семьи: пособие для воспитателей/ О. Г. Заводчикова. – М.: Просвещение, 2007. – 79 с.
2. Зворыгина, Е. В. Первые сюжетные игры малышей. Пособие для воспитателя детского сада / Е. В. Зворыгина – М.: Просвещение 1988. – 96 с.
3. Кутузова И. Развитие игровой деятельности /И. Кутузова // Журн. «Дошкольное воспитание». – 2003. - №5. – С. 25 – 27.
4. Костяк Т. В. Психологическая адаптация в детском саду. - М., 2008
5. Крулехт М. В. Социализация ребенка. Психологические и педагогические проблемы. - Спб., 1999
6. Кузнецов П. В. Адаптация как функция развития личности. - Саратов, 1991
7. Мудрик А. В. Социальная педагогика. - М., 2002
8. Печора, К. Л. Дети раннего возраста в дошкольном учреждении. Кн. для воспитателя детского сада / К. Л. Печора – М.: Просвещение, 1986. – 144 с.
9. Печора, К. Л. Проблемы адаптации детей к новым условиям жизни/ К. Л. Печора // Научно-методический журн. « Дошкольное воспитание» - 2013. - №9. - С. 44- 53.
10. Психическое здоровье детей и подростков в контексте психологической службы. Руководство практического психолога/ под ред. И. В. Дубровиной. - М., 1995
11. Смирнова, Е. О. Первые шаги. Программа воспитания и развития детей раннего возраста / Е. О. Смирнова, Л. Н. Галигулова, С. Ю. Мещерякова – М.: Мозаика-Синтез, 2007. – 160 с.