

Консультация для родителей

Адаптация ребенка

подготовила воспитатель Черкашина О.И.

Традиционно под **адаптацией** понимается процесс вхождения человека в новую среду и приспособление к новым условиям. Это универсальное явление всего живого, которое можно наблюдать как в растительном, так и в животном мире.

Адаптация - от латинского "приспосаблию" - это сложный процесс приспособления организма, которые происходят на разных уровнях: физиологическом, социальном, психологическом. Приспособления организма к новым условиям социального существования, к новому режиму сопровождается изменениями поведения ребенка, расстройством сна, аппетита.

Адаптационный период – серьезное испытание для детей раннего возраста: вызванные адаптацией стрессовые реакции надолго нарушают эмоциональное состояние детей.

Врачи и психологи различают три степени тяжести прохождения острой фазы адаптационного периода: легкую, среднюю и тяжелую.

Период лёгкой адаптации длится 1 - 2 недели. У ребёнка постепенно нормализуются сон и аппетит, восстанавливаются эмоциональное состояние, интерес к окружающему миру, налаживаются взаимоотношения со взрослыми и сверстниками. Отношения с близкими людьми не нарушаются, ребёнок достаточно активен, но не возбуждён. Снижение защитных сил организма выражено незначительно и к концу 2 - 3-й недели они восстанавливаются. Острых заболеваний не возникает.

Во время **адаптации средней тяжести** нарушения в поведении и общем состоянии ребёнка выражены ярче, привыкание к яслям или детскому саду длится дольше. 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, молчалив. Это продолжается до полутора месяцев.

Состояние **тяжёлой адаптации** особенно беспокоит родителей и воспитателей. Ребёнок может длительно и тяжело болеть: то есть одно заболевание почти без перерыва сменяет другое, защитные силы организма подорваны и уже невыполняют свою роль - не предохраняют малыша от инфекций. Частые болезни сочетаются с неадекватным поведением ребёнка, которое граничит с невротическим состоянием. Аппетит снижается сильно и надолго, может возникнуть стойкий отказ от еды или невротическая рвота при попытке накормить ребёнка. 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. Улучшение его состояния происходит очень медленно, в течение нескольких месяцев. Темпы развития ребёнка в этот период замедляются по всем направлениям.

Факторы, определяющие характер адаптации.

Какие факторы влияют на успешность привыкания ребенка к яслям?

1. состояние здоровья ребёнка;
2. умение общаться с взрослыми и сверстниками;
3. сформированность предметной деятельности т.е. умение действовать с предметами;

Следует принимать во внимание еще один немаловажный фактор, который может осложнить период адаптации ребенка к яслям. Он связан с психологическими особенностями родителей, особенно матери, и характером взаимоотношений в семье. Если мать тревожно-мнительна и слишком опекает ребенка, аффективно реагирует на все его состояния, если она обладает конфликтным характером и предпочитает авторитарный стиль воспитания, если родители

испытывают трудности в общении с окружающими, если в семье часто происходят ссоры – всё это может явиться, причиной невротизации ребенка и его трудной адаптации к дошкольному учреждению.