

«Эмоциональные проблемы у детей в период адаптации к детскому саду»



1.Выявление основных причин эмоциональных проблем у детей раннего возраста в период адаптации к д/с.

Адаптация к дошкольному учреждению – сложный период как для детей, так и для взрослых, воспитателей и родителей. Когда мама впервые собирается отдать ребенка в детский сад, почти каждая представляет идеальную картину: ребенок машет маме ручкой и убегает играть с новыми игрушками и детьми. Иногда так и случается, но только до тех пор, пока ребенок не понимает, что остался без мамы. Тогда картина становится более реальной: ребенок цепляется за маму и умоляет ее не уходить, если уже умеет говорить, или же просто отчаянно плачет.

Такое поведение ребенка считается совершенно нормальным: природа не предусмотрела механизма адаптации ребенка в ситуации «остаться без мамы», тем более- в том юном возрасте, в котором в нашей стране дети, обычно, массово идут в ясли или сад. Детям трудно привыкать к новому учреждению, незнакомым сверстникам, требованиям со стороны взрослых, режимным моментам.

Все дети в период адаптации испытывают тревожность, связанную с общением со сверстниками, а так же те или иные страхи.

Все ли дети ведут себя одинаково при поступлении в детский сад?

Одни дети приходят в группу уверенно, внимательно рассматривают окружающее, выбирают, чем им заняться, начинают играть. Другие делают это с меньшей уверенностью, больше наблюдают за воспитателем и выполняют предложенные им действия. Третьи проявляют по отношению к воспитателю негативизм, отклоняют все предложения, боятся не только расстаться, но и отойти от мамы, много и громко плачут. Знакомство с новыми людьми, установление с ними контакта весьма затруднительно для

таких детей. Чем более узок был круг общения до поступления в детское учреждение, тем труднее ребенку, тем длительнее формируются у него отношения с воспитателем. Привязанность только к близким людям, умение общаться только с ними, неумение войти в контакт с незнакомыми людьми определяют характер поведения. Когда у ребенка опыт общения со сверстниками ограничен, большое количество детей в группе вызывает у него страх, стремление уединиться, скрыться ото всех.

При оценке психического здоровья не следует ограничиваться лишь выявлением невратических расстройств. У ребенка важно оценивать также показатели нервно-психического развития: в раннем возрасте это, прежде всего, речевое, моторное развитие, эмоциональное состояние. Следовательно, во все возрастные периоды при оценке психического здоровья необходимо давать характеристику эмоционального состояния ребенка, его социальной адаптации. Если говорить о причинах частых нарушений психического здоровья детей, то среди их многообразия особо хотелось бы остановиться на **двух аспектах:**

Первый аспект- рост частоты перинатальных повреждений нервной системы, возникающих еще в утробе матери или во время родов. Частота таких повреждений достигает 80%. В большинстве случаев это легкие повреждения, в основном, проявляющиеся в первые месяцы жизни ребенка возбуждением, нарушением сна, изменением тонуса мышц. К году эти расстройства, как правило, проходят. Но это период, так называемого, «мнимого благополучия», и уже к трем годам более чем у половины таких детей появляются изменения поведения, нарушения развития речи, двигательная расторможенность, т.е. появляются синдромы минимальной дисфункции мозга. У этих детей очень рано определяется вегетативные сдвиги и формируются болезни дисрегуляции, так называемая нейросоматическая патология. Это могут быть различные заболевания сердечно-сосудистой системы, бронхолегочной системы и другие.

Второй аспект частых нарушений психического здоровья – стрессовые ситуации в жизни ребенка. Они могут быть обусловлены как социально-экономическим неблагополучием семьи, так и неправильным воспитанием ребенка. Стрессовые ситуации могут возникать при отрыве ребенка от семьи, когда он поступает в дошкольное учреждение или школу. Причиной их может быть и плохая успеваемость, конфликты со сверстниками и педагогами. Особая роль отводится наказанию ребенка.

Неблагоприятному течению адаптации детей часто предшествуют имеющиеся с раннего возраста нарушения психического здоровья. Поэтому очень важно как можно раньше выявлять эмоциональные нарушения и проводить их коррекцию.

С другой стороны, неблагоприятное течение адаптации к детскому саду ведет к замедлению интеллектуального развития, негативным изменениям характера, нарушениям межличностных контактов с детьми и взрослыми. При продолжительной стрессовой ситуации у этих детей возникают неврозы

и психосоматическая патология, а это затрудняет дальнейшую адаптацию ребенка к новым факторам среды.

Известно, что изменение социальной среды сказывается и на психическом и на физическом здоровье детей. Особого внимания с этой точки зрения требует ранний возраст, в котором многие малыши впервые переходят из достаточно замкнутого семейного мира в мир широких социальных контактов.

Если трехлетний малыш, готовящийся к детскому саду, уже владеет речью, навыками самообслуживания, испытывает потребность в детском обществе, то ребенок раннего возраста менее приспособлен к отрыву от родных, более слаб и раним. Установлено, что именно в этом возрасте адаптация к детскому учреждению проходит дольше и труднее, чаще сопровождается болезнями.

В этот период происходит интенсивное физическое развитие, созревание всех психических процессов. Изменение условий среды и необходимость выработки новых форм поведения требуют от ребенка усилий, вызывают появление стадии напряженной адаптации.

От того, насколько ребенок в семье подготовлен к переходу в детское учреждение, зависят и течение адаптационного периода, который может продолжаться иногда в течение полугода, и дальнейшее развитие малыша.

Изменение образа жизни приводит в первую очередь к нарушению эмоционального состояния.

Для адаптационного периода характерны эмоциональная напряженность, беспокойство или заторможенность. Ребенок много плачет, стремится к контакту со взрослым или, наоборот, раздраженно отказывается от него, сторонится сверстников. Эмоциональное неблагополучие сказывается на сне, аппетите. Разлука и встреча с родителями протекает подчас бурно: малыш не отпускает от себя родителей, долго плачет после их ухода, а приход вновь встречает слезами. Меняется его активность и по отношению к предметному миру: игрушки оставляют его безучастным, интерес к окружающему снижается. Падает уровень речевой активности, сокращается словарный запас, новые слова усваиваются с трудом. Общее подавленное состояние в совокупности с тем обстоятельством, что ребенок попадает в окружение сверстников и подвергается риску инфицирования чужой вирусной флорой, нарушает реактивность организма, приводит к частым болезням.

Врачи и психологи различают **три степени адаптации: легкую, среднюю и тяжелую.**

При легкой адаптации в течение месяца у ребенка нормализуется поведение, он спокойно начинает относиться к новому детскому коллективу.

Во время **адаптации средней тяжести** нарушения в поведении и общем состоянии ребенка выражены ярче и длительнее. Сон и аппетит восстанавливается не раньше, чем через 40 дней. Могут быть функциональные нарушения стула, бледность, потливость.

Особую тревогу вызывает состояние **тяжелой адаптации**. Ребенок начинает длительно и тяжело болеть. Это неблагоприятно сказывается на физическом и психическом развитии ребенка. Другой вариант тяжелой адаптации: неадекватное поведение ребенка настолько тяжело выражено, что граничит с невротическим состоянием. Аппетит снижается сильно и надолго. Возникает отказ от еды и невратическая рвота. Малыш плохо засыпает. Сон чуткий, короткий. Ребенок подавлен, может судорожно сжимать в руке носовой платок. Он бурно выражает свой протест громким плачем.

Условия успешной адаптации.

Для того, чтобы процесс привыкания к детскому саду не затягивался, необходимо следующее:

1. Должна быть проведена огромная работа со стороны родителей по подготовке своего ребенка к посещению детского сада.
2. В этот период особое внимание важно уделять продолжительности и качеству дневного сна, эмоциональному состоянию, контактам со сверстниками и взрослыми, соблюдению правил поведения, игровой активности- это зоны наибольшей уязвимости у детей.
3. Необходимо создание эмоционально благоприятной атмосферы в группе.

Психологи и физиологи установили, что изобразительная деятельность для ребенка не столько художественно-эстетическое действо, сколько возможность выплеснуть на бумагу свои чувства. Уголок изотворчества со свободным доступом детей к карандашам и бумаге поможет решить эту проблему в любое время. Особое удовольствие доставляет малышам рисовать фломастерами-маркерами оставляющие толстые линии.

Умиротворяюще действуют на детей игры с песком и водой. Такие игры имеют большие развивающие возможности, но в период адаптации главным является их успокаивающее и расслабляющее действие.

Как показывают наблюдения, по мере привыкания к новым условиям у детей сначала восстанавливается аппетит, труднее нормализуется сон.

Необходима правильная организация в адаптационный период игровой деятельности, направленной на формирование эмоциональных контактов «ребенок-взрослый» и «ребенок-ребенок».

Основная задача игр в этот период- формирование эмоционального контакта. Сгладить адаптационный период помогут игры, направленные на эмоциональное взаимодействие ребенка со взрослым. В данный период нужны и индивидуальные и фронтальные игры, чтобы ни один ребенок не чувствовал себя обделенным вниманием. Можно провести несколько игр и упражнений, направленных на эмоциональную разрядку, знакомство детей друг с другом: «Знакомство», «Приветствие», «Узнай по голосу», «Узнай по описанию»...Можно предложить ребенку монотонные движения руками (нанизывание колец пирамидки) или слушание негромкой музыки.

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



Педагог-психолог: Алешина Н.С.