# Психологическая адаптация ребенка к детскому саду.

С приходом ребенка в дошкольное учреждение его жизнь существенным образом меняется: строгий режим дня, отсутствие родителей или других близких взрослых, новые требования к поведению, постоянный контакт со сверстниками, новое помещение, таящее в себе много неизвестного, а значит потенциально опасного, другой стиль общения. Все это обрушивается на ребенка одновременно, создавая для него стрессовую ситуацию, которая может привести к невротическим реакциям (капризы, страхи, отказ от еды, частые болезни, психическая регрессия и т.д.).

Адаптацию в условиях дошкольного учреждения нужно рассматривать процесс вхождения ребенка в новую для него среду и болезненное привыкание к ее условиям. Поступление **ребенка** в дошкольное учреждение связано с расширением круга общения как с взрослыми, так и со сверстниками, а также с изменением характера общения. Легче **адаптируются к коллективу дети**, имеющие необходимые навыки общения со сверстниками.

**Выделено три фазы адаптационного процесса:**

1) Острая фаза, которая сопровождается разнообразными колебаниями в соматическом состоянии и психическом статусе. Что приводит к снижению веса, частым респираторным заболеваниям, нарушению сна, снижению аппетита, регрессу в речевом развитии (длится в среднем один месяц);

2) Подострая фаза характеризуется адекватным поведением ребенка, то есть все сдвиги уменьшаются и регистрируются лишь по отдельным параметрам на фоне замедленного темпа развития, особенно психического, по сравнению со средними возрастными нормами (длится 3-5 месяцев);

3) Фаза компенсации характеризуется убыстрением темпа развития, в результате дети к концу учебного года преодолевают указанную выше задержку темпов развития способность легко и точно выполнять требования среды)

Существует ряд критериев, по которым можно судить, как адаптируется ребенок к жизни в организованном детском коллективе.

**К основным критериям адаптации ребенка к условиям ДОУ относятся:**

\* поведенческие реакции;

\* уровень нервно - психического развития;

\* заболеваемость и течение болезни;

\* главные антропометрические показатели физического развития (рост, вес)

**Для того чтобы ребенок мог быстро и безболезненно адаптироваться к условиям дошкольного учреждения, необходимо готовить его к поступлению в детский сад.**

**Для успешной адаптации ребенка к условиям дошкольного учреждения взрослым необходимо сформировать у него положительную установку на детский сад, позитивное отношение к нему. Это зависит от профессионального мастерства воспитателей, атмосферы тепла, доброты, внимания.**

**Трудности адаптации возникают в тех случаях, когда ребенок встречает непонимание, его пытаются вовлечь в общение, содержание которого не отвечает его интересам, желаниям. Ребенок должен быть готов к тому уровню общения, который задает атмосфера детского сада. Как показывает опыт детских психологов, дети далеко не всегда обладают необходимыми для той или иной группы детского сада навыками коммуникации.**

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**.

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.

Адекватно требующий и отзывчивый стиль общения родителей с детьми создает наиболее благоприятные условия для развития **ребенка**.