

# Социальная адаптация детей дошкольного возраста

# Социальная адаптация

– это вхождение ребенка в коллектив сверстников (социальную группу), принятие норм, правил поведения существующих в обществе, приспособление к условиям пребывания, в процессе которого формируется самосознание и ролевое поведение, способность к самоконтролю, самообслуживанию, адекватных связей с окружающими

# Основные факторы, определяющие особенности адаптации ребенка к детскому саду:

- 1. Состояние здоровья детей.
- 2. Возрастные закономерности протекания адаптации.
- 3. Уровень развития общения ребенка.
- 4. Тип нервной системы ребенка.

# Состояние здоровья детей

- У здоровых детей адаптация проходит относительно легко, в то время как у соматически ослабленных детей данный процесс может протекать с осложнениями.
- Тяжелее всего адаптация к условиям образовательного учреждения проходит у детей 3 группы здоровья (дети с соматическим хроническим заболеванием): у них наблюдаются частые обострения основного заболевания. Такие дети чаще болеют в период адаптации.

# Возрастные особенности протекания адаптации

- ***От 1,5 до 3 лет***

- На втором году жизни ребенок начинает меньше бояться чужих взрослых.
- В полтора года более характерным будет не страх, а настороженное ожидание по отношению к незнакомому взрослому, а в дальнейшем – смущение, своеобразная застенчивость при первоначальном знакомстве – обычно до двух – двух с половиной лет.
- Оптимальный вариант приема детей не ранее 2 лет, когда у них уже нет страха перед незнакомыми людьми, а привязанность к матери не сопровождается обостренной зависимостью от нее.
- Более благоприятный для адаптации возраст от 2 лет приходится преимущественно для девочек.

- ***От 3-х лет***

- Самый лучший возраст, когда ребенка следует отдавать в садик 3 - 3,5 года.
- Трехлетние дети отличаются адаптационными возможностями от двух- и четырехлеток.
- Двухлетка сильно привязан к матери. ему трудно привыкнуть к новой обстановке.

# Уровень развития общения

- **1 группа**

- Дети, у которых преобладает потребность в общении с близкими взрослыми, в ожидании только от них внимания, ласки, доброты, сведений об окружающем. Такие дети глубоко переживают расставание с близкими, так как опыта общения с посторонними не имеют и не готовы вступать с ними в контакт. Беспокойство, плаксивость сохраняются в их поведении довольно долго. Адаптация, в данном случае, проходит более сложно.

- **2 группа**

- Дети, у которых сформировалась потребность в общении не только с близкими, но и с другими взрослыми, не являющимися членами семьи. Такие дети, пока воспитатель рядом спокойны, но детей такой ребенок, как правило, боится и держится от них на расстоянии. Детям данной группы в период привыкания свойственно неуравновешенное эмоциональное состояние.

- **3 группа**

- Дети, испытывающие потребность в активных самостоятельных действиях и общении с взрослыми. Для них характерно спокойное, уравновешенное эмоциональное состояние. Они включаются в предметную самостоятельную деятельность или в сюжетно-ролевую игру, устанавливают положительные взаимоотношения с взрослыми и сверстниками. Играют часто самостоятельно и одни. С детьми контактируют редко и кратковременно. Адаптация происходит достаточно легко.

# Типы нервной системы

- **Сильный уравновешенный тип** Дети, у которых процессы возбуждения и торможения уравновешены, отличаются спокойным поведением, бодрым настроением, общительностью. Они любят как спокойные, так и подвижные игры, положительно воспринимают все режимные моменты, активно в них участвуют. Если содержание общения, возникшего в новых условиях, их удовлетворяет, они привыкают довольно легко и быстро.
- **Сильный неуравновешенный тип** Дети, отличающиеся легкой возбудимостью, бурно выражают свое отношение к окружающему, быстро переходят от одного состояния к другому. Они любят играть в подвижные игры, но быстро меняют игрушки, легко отвлекаются, постоянно двигаются по группе, рассматривая то один предмет, то другой. В первые дни у таких детей может возникнуть перевозбуждение нервной системы.
- **Сильный уравновешенный инертный тип** Дети отличаются спокойным, несколько медлительным, даже инертным поведением. Они очень неактивно выражают свои чувства и кажутся внешне благополучно адаптирующимися, однако свойственная им заторможенность может усилиться. Медлительные дети часто отстают от своих сверстников в развитии координации движений, в овладении умениями и навыками. Они предпочитают играть подальше от детей, боятся их приближения.
- **Слабый тип** Дети с ослабленным типом нервной системы очень болезненно переносят перемены в условиях жизни и воспитания. Их эмоциональное состояние нарушается при малейших неприятностях, хотя бурно своих чувств они не выражают. Все новое пугает их и дается с большим трудом. Они не уверены в движениях и действиях с предметами, медленнее, чем другие дети этого же возраста, приобретают необходимые навыки. Таких детей детскому учреждению следует приучать постепенно, привлекать к этому близких им людей.

# Различают три степени тяжести прохождения острой фазы адаптационного периода:

## 1. Легкая адаптация

- Сдвиги нормализуются в течение 10—15 дней, ребенок прибавляет в весе, адекватно ведет себя в коллективе, болеет не чаще обычного.
- **Физиологические критерии:**
- **Здоровье** В период адаптации – заболевание не более одного раза сроком на 10 дней.
- **Аппетит** В первые дни может быть снижен, затем нормализуется. Отказа от еды не наблюдается.
- **Сон** В первую неделю возможны проблемы с засыпанием, сон может быть непродолжительным. К 20 дню сон нормализуется.
- **Психозмоциональные критерии:**
- **Эмоциональный фон** Настроение бодрое, заинтересованное, может сочетаться с утренним плачем. Преобладает спокойное эмоциональное состояние, однако это состояние не стабильно. Любой новый раздражитель влечет за собой возврат как к положительным, так и к отрицательным эмоциональным реакциям.
- **Поведение** В первые дни возможно проявление пассивно-разрушительной активности, направленное на выход из ситуации - это активный двигательный процесс. Активность ребенка направлена на восприятие и переработку информации. Активность может проявляться как в речевом, так и в действенном плане это смех голосовые реакции.



- **2. Адаптация средней тяжести**

- Сдвиги нормализуются в течение месяца, при этом ребенок на короткое время теряет в весе, может наступить заболевание длительностью 5—7 дней, есть признаки психического стресса;
- **Физиологические критерии:**
  - **Здоровье** Заболевают не более 2 раз за этот период сроком до 10 дней. Возможны изменения вегетативной нервной системы. Может снизиться вес, могут появиться тени под глазами, бледность, потливость. Восстановление происходит через 20-40 дней.
  - **Аппетит** Аппетит снижается. В первые дни возникает отказ от еды. Аппетит восстанавливается через 20-40 дней.
  - **Сон** Ребенок плохо засыпает. Сон короткий. Вскрикивает во сне. Просыпается со слезами. Сон восстанавливается через 20-40 дней.
- **Психоэмоциональные критерии:**
  - **Эмоциональный фон** Наблюдается подавленность, напряженность, пассивное подчинение. Быстрый переход к отрицательным эмоциям, частый плач, или, наоборот, заторможенность. Постепенно, обычно к 20 дню, эмоциональное состояние нормализуется.
- **Поведение** Отсутствие активности. В дальнейшем активность избирательна. Возможен отказ от участия в деятельности, в игре ребенок не пользуется приобретенными навыками, игра ситуативная и кратковременная, речью может не пользоваться.

- **3. Тяжелая адаптация**

- Длится от 2 до 6 месяцев, ребенок часто болеет, теряет уже имеющиеся навыки, может наступить как физическое, так и психическое истощение организма.
- **Физиологические критерии:**
- **Здоровье** Часто болеют, более 3 раз за период. Изменение вегетативной нервной системы. Появляются признаки невротических реакций. Шелушение кожи, диатез, бледность, потливость, тени под глазами, вес может снижаться. Возможны нарушение стула, неконтрольный стул, невротическая рвота.
- **Аппетит** Аппетит снижен. Стойкий отказ от еды. С трудом привыкает к новой пище. Может отказываться от самостоятельного приема пищи. Аппетит восстанавливается к 60 дню.
- **Сон** Плохо засыпает, сон короткий, прерывистый. Во время сна наблюдаются всхлипывания, могут вскрикивать во сне. Восстанавливается примерно к 60 дню.
- **Психоэмоциональные критерии:**
- **Эмоциональный фон** Отсутствие активности при стертых отрицательных и эмоциональных реакциях (тихий плач хныканье, страх, ступорозное состояние без попыток активного сопротивления) Настроение безучастное много и длительно плачет.
- **Поведение** Пассивное поведение. Активность отсутствует. Часто отрицание любой деятельности

# Причинами социальной дезадаптации

- отсутствие навыков общения;
- неадекватное оценивание себя в ситуации общения;
- высокие требования к окружающим (особенно если ребенок развит интеллектуально и имеет уровень умственного развития выше средне - группового);
- эмоциональная неуравновешенность;
- установки, препятствующие общению, такие, например, как готовность унижить собеседника, проявить свое превосходство. Это превращает общение в своего рода соревнование;
- тревожность и боязнь общения;
- замкнутость.

