

# Адаптация ребенка в детском саду

Социальной адаптацией называется способность человека, ребенка менять свое поведение в зависимости от изменения социальных условий. Иными словами это способность ребенка приспосабливаться к изменившимся социальным условиям, в данном случае к условиям детского сада.

## Особенности адаптации детей следующие:

1. Легкая адаптация, которая длится около 10-20 дней, может наблюдаться кратковременное отрицательное эмоциональное состояние. Оно проявляется в ухудшении сна, потере или снижении аппетита, повышенной плаксивости и раздражительности ребенка. По истечении 10-20 дней эти симптомы исчезают. Ребенок чувствует себя хорошо, он адаптирован.
2. Адаптация средней степени тяжести – эмоциональное состояние ребенка нормализуется медленно. Такая адаптация длится от 20 до 40 дней.
3. Для тяжелой адаптации, длящейся до 60-ти дней, характерно общее ухудшение состояния ребенка (как физического, так и психоэмоционального). Такая адаптация сопровождается возникновением различных заболеваний (ОРВИ, отиты, бронхиты, пневмонии и др.) Это свидетельствует о нахождении ребенка в состоянии длительного стресса. Такие дети нуждаются в наблюдении психоневролога.
4. В редких случаях ребенок вообще не может адаптироваться к условиям детского сада. Такие дети нуждаются в наблюдении детского психолога, невропатолога и психоневролога, в проведении комплекса оздоровительных и коррекционных мероприятий. На это время нужно рекомендовать родителям содержать ребенка в домашних условиях.

## Тяжесть адаптации зависит от нескольких факторов:

- От состояния здоровья и уровня индивидуального развития ребенка. Дети, перенесшие родовую травму, имеющие в анамнезе диагноз «перинатальная энцефалопатия», «минимальная мозговая дисфункция», другие неврологические диагнозы, частые ОРВИ или любые хронические заболевания, адаптируются к детскому саду хуже. Такие дети нуждаются в постепенном изменении условий (время пребывания в детском саду 2 часа в день, затем до обеда, затем весь день – очень постепенно) и щадящем режиме на весь срок адаптации ребенка;
- От возраста ребенка. Дети в возрасте от 1,5 до 3-х лет труднее переносят разлуку с родителями;
- От наличия факторов риска – биологического и социального анамнеза. Токсикозы, заболевания матери во время беременности, вредные привычки родителей ухудшают социальную адаптацию ребенка. Нарушения режима питания, режима сна и отдыха ребенка в семье тоже снижают адаптивные способности детского организма.

Принимая ребенка в детский сад нужно обязательно беседовать с родителями или людьми их заменяющими (дедушка, бабушка, опекуны). Во время беседы необходимо поинтересоваться условиями проживания ребенка в семье, его индивидуальными физическими и психическими особенностями, постараться выяснить привычки, вкусы и предпочтения (любимая пища, любимая игрушка, сказка), особенности темперамента.

Кроме того, принимая ребенка, нужно обязательно ознакомиться с медицинской картой или побеседовать с врачом, т.к. есть заболевания, которые родители часто скрывают (эпилепсия, энурез и др.)

Если через какое-то время ребенок в детском саду прекрасно ест, спит, играет с товарищами, то он адаптирован.