Консультация для родителей

**«Проблемы адаптационного периода детей в детском САДУ»**

Поступление детей в ясли вызывает , как правило ,серьёзную тревогу у взрослых. И она не напрасна. Известно , что изменение социальной среды сказывается и на психическом , и на физическом здоровье ребёнка. Особенно уязвимым для адаптации является ранний возраст , поскольку именно в этот период детства ребёнок менее всего приспособлен к отрыву от родных, более слаб и раним.В этом возрасте адаптация к детскому учреждению проходит дольше и труднее, чаще сопровождается болезнями. Изменение условий жизни и необходимость выработки новых форм поведения требуют и от ребёнка и от взрослых больших усилий. От того, насколько ребёнок подготовлен к переходу в детское учреждение и от того, как организуют период его адаптации воспитатели и родители, зависят и течение адаптационного периода, и дальнейшее развитие малыша.

Изменение образа жизни приводит в первую очередь к нарушению эмоционального состояния ребёнка. Для адаптационного периода характерны эмоциональная напряженность, беспокойство и заторможенность. Ребёнок много плачет, стремится к физическому контакту со взрослыми или, наоборот, раздраженно отталкивает их , сторонится сверстников. Особенности поведения детей в этот период во многом связаны с особенностями их темперамента. Дети с флегматическим темпераментом, как правило, ведут себя заторможено, а холерики , наоборот, излишне возбужденно. В любом случае связи ребёнка могут оказаться очень напряженными, а иногда и полностью нарушенными. Эмоциональное неблагополучие сказывается на сне и аппетите. Разлука и встреча с родными протекают подчас очень бурно: малыш не отпускает от себя родителей , долго плачет после ухода, а приход вновь встречает слезами. Меняется и активность ребёнка 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 ребёнок попадает в окружение сверстников и подвергается риску инфицирования различными заболеваниями, нарушает реактивность организма, приводит к частым болезням.

Различают три степени адаптации: легкую, среднюю и тяжёлую. Основными показателями степени тяжести являются сроки нормализации эмоционального самоощущения малыша, его отношения к взрослым и сверстникам, предметному миру, частота и длительность острых заболеваний.

Легкая адаптация длится 1-2 недели. У ребёнка постепенно нормализуется сон и аппетит, восстанавливается сон и аппетит, восстанавливается эмоциональное состояние и 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 второй- третьей недели они восстанавливаются. Острых заболеваний не возникает.

Во время адаптации средней тяжести нарушения в поведении и общем состоянии ребёнка выражены ярче, привыкание к яслям длится дольше. Сон и аппетит восстанавливаются только через 30-40 дней. Настроение неустойчиво, значительно снижается активность малыша: он часто плачет, малоподвижен, не проявляет интереса к игрушкам, отказывается от занятий, практически не разговаривает. Эти изменения длятся до полутора месяцев. Отчётливо выражены изменения в деятельности вегетативной нервной системы: это могут быть функциональное нарушение стула, бледность, потливость, тени под глазами, пылающие щёчки, усиление проявления экссудативного диатеза. Особенно ярко эти проявления отмечаются перед началом заболевания, которое протекает, как правило, в форме острой респрираторной инфекции.

Особую тревогу родителей и воспитателей вызывает состояние тяжёлой адаптации. Ребёнок начинает длительно и тяжело болеть, одно заболевание почти без перерыва сменяет другое, защитные силы организма подрываются и уже не выполняют свою роль—не предохраняет его от инфекций. Это неблагоприятно сказывается на физическом и психическом развитии малыша. Другой вариант тяжёлого протекания адаптационного периода – неадекватное поведение ребёнка, которое ярко выражено, что граничит с невротическим состоянием. Аппетит снижается сильно и надолго, может возникнуть стойкий отказ от еды или невротическая рвота при попытке накормить ребёнка. Малыш плохо засыпает, вскрикивает и плачет во сне, просыпается со слезами; сон его чуткий и короткий. Во время бодрствования ребёнок подавлен, не интересуется окружающим, избегает других детей или ведёт себя агрессивно. Улучшение его состояния происходит очень медленно, в течение нескольких месяцев. Темпы его развития замедляются по всем направлениям.

**Признаки окончания адаптационного периода**

-глубокий хороший сон;

-хороший аппетит;

-бодрое эмоциональное состояние;

-полное восстановление имеющихся привычек и навыков;

-активное поведение;

-соответствующая возрасту прибавка в весе.

**Причины тяжелой адаптации к условиям ДОУ**

Отсутствие в семье режима, совпадающего с режимом детского сада.

Наличие у ребенка своеобразных привычек.

Неумение занять себя игрушкой.

Несформированность элементарных культурно-гигиенических навыков.

Отсутствие опыта общения с незнакомыми людьми.