**«Психологическое обеспечение адаптационного**

**периода ребенка в ОУ»**

Адаптация - это реакция организма и психики на меняющиеся условия среды. Она происходит постоянно, имеет защитный характер, потому чтопозволяет человеку перестраивать свою деятельность с учетом обстоятельстви повышать ее продуктивность, т.е. развиваться.

Ребенок адаптируется к жизни в среде своей семьи. Чем младше ребенок, тем значимее и важнее эта связь для него. Родители играют главную роль в создании того образа мира, который позволит ребенку со временем выйти из “гнезда”, найти свое место среди людей, научиться жить в ладу с самим собой и окружающими. Взрослым часто кажется, что это происходит само собой, по мере взросления ребенка, и никаких проблем здесь быть не может. Вырастая, мы не забывали о том, как трудно и страшно было впервые отпустить мамину руку и переступить порог самостоятельной жизни, даже если это порог детского сада.

В большинстве случаев поступление ребенка в дошкольное учреждение сопровождается проблемой его адаптации к новым нормам и правилам жизни, и далеко не все дети успешно с ней справляются. Возникновение у ребенка проблем с адаптацией является прямым следствием его психологической неготовности к выходу из семьи. Родители и воспитатели считают, что если ребенок владеет навыками самообслуживания и привычку к режиму дня, приближенному к детсадовскому, то он полностью готов к пребыванию в ОУ. Вопрос же о том, готов ли ребенок к разлуке с матерью, к установлению контактов с новыми незнакомыми детьми и взрослыми, к принятию и соблюдению достаточно сложных и не всегда понятных для ребенка социальных норм и правил поведения, родителями даже не обсуждается. Более того, нередко родители, отмечая у своего ребенка слабое развитие навыков общения, стремятся отдать его в детский сад именно для того, чтобы он этому научился. Такая “учеба” зачастую оборачивается тяжелыми переживаниями самого ребенка, слезами и обидами других детей, претензиями и замечаниями воспитателей. Наблюдения за детьми в детском саду свидетельствуют о том, что ребенок, не владеющий навыками самообслуживания, но психологически готовый к вступлению в более широкий круг социальных отношений, привыкает к детскому саду значительно быстрее и безболезненнее, чем его сверстник, умеющий сам есть и одеваться, но не знающий, как подойти или обратиться к незнакомому для него взрослому или другому ребенку.

Проблема психологической неготовности ребенка к детскому саду, является не менее важной, чем проблема готовности к школьному обучению. Если мы будем игнорировать её, то ребенок не будет хотеть принимать иные, чем в семье, социальные нормы и будет выдвигать в качестве защитного механизма бесконечные соматические заболевания.

Наблюдения показали, что в младшем дошкольном возрасте (3 - 5 лет) мальчики хуже адаптируются к новым социальным условиям, чем девочки. В старшем дошкольном возрасте разница в адаптации между мальчиками и девочками уже отсутствует. Таким образом, в младшем дошкольном возрасте мальчики более уязвимы в плане социальной адаптации, чем девочки, поскольку в период наиболее интенсивного эмоционального развития они в большей степени привязаны к матери и более ранимо реагируют на разлуку с ней, чем девочки.

Средний срок адаптации, если она возникает, в норме составляет в яслях 7 - 10 дней; в детском саду (в 3 года) - 2 - 3 недели; в старшем дошкольном возрасте - 1 месяц и столько же в школе. Из этих цифр видно удлинение адаптации по мере взросления детей, что отражает возрастающий уровень самосознания и критики.

Я предлагаем воспользоваться следующим методом для определения степени социальной адаптации ребенка в ОУ.

Наблюдая за процессом адаптации и внося данные таблицу, педагог может сделать вывод о результате адаптации каждого ребенка. Вспомним, что успешность адаптации проявляется в поведенческих реакциях и в продолжительности адаптационного периода.

Можно выделить четыре основных фактора поведенческой адаптации:

эмоциональное состояние ребенка;

социальные контакты ребенка;

послеполуденный сон;

аппетит ребенка.

Каждый из факторов может оцениваться от +3 до -3, т.е. от отличной адаптации до полной дезадаптации. Суммарно по всем четырем факторам можно получить +12 или -12, в интервале чего и определяются уровни адаптации.

Продолжительность процесса адаптации может ограничиваться одним днем (когда ребенок в первый день социализируется в ОУ) или быть сколь угодно долгой.

Уровень, т.е. успешность адаптации, выводится из взаимосвязи продолжительности адаптационного периода и поведенческих реакций.

Признаки того, что ребенок адаптировался:

хороший аппетит;

спокойный сон;

охотное общение с другими детьми;

адекватная реакция на любое предложение воспитателя;

нормальное эмоциональное состояние

Для успешной адаптации необходимо организовать удовлетворение основных потребностей ребенка, как органических (в отдыхе, в пище и пр.), так и социальных (в доверительных контактах и сотрудничестве со взрослым,познании, признании, одобрении и т.п.), в новой среде и новыми средствами.