

Прихід до дитячого садка — перший серйозний етап соціального життя дитини. До цього вона спілкувалася тільки з членами родини, сусідами або з тими, кого дорослі запрошували додому. Практика свідчить, що цілеспрямована підготовка дітей до дошкільного закладу допомагає попередити виникнення труднощів адаптації.

Адаптація – це пристосування організму до нових обставин, а для дитини ДНЗ – новий, ще невідомий простір з новим оточенням, новими взаєминами.

Чинники, що впливають на адаптацію дитини до ДНЗ

1. Вік дитини. Відносно спокійно протікає період звикання дітей 3,5-4 років. У цьому віці дитина поступово виходить за рамки інтересів сімейного кола. Нічого цього ще немає у малечі 1-3,5 років.

Адаптаційний період діти переносять важко. Малюк відчуває неприйняття, паніку, якщо сторонній дорослий намагається виконати з ним якісь дії. Дитина відмовляється приймати допомогу вихователя. Дає про себе знати й нервові напруження: малюк пригнічений, усе викликає у нього сльози; не відпускає від себе маму ні вночі, ні вдень; довго не може заснути, часто прокидається з плачем.

2. Поведінка дитини. Поведінку в період адаптації важко передбачити навіть дбайливим мамам.

Поведінку дитини під час вступу в дитячий садок умовно можна поділити на три групи.

Перша група - сюди належить більшість дітей. Вони різко бурхливо показують своє негативне ставлення до відвідування ДНЗ: голосно плачуть, кидаються на підлогу, дряпаються, кусаються, то просяться на руки, то біжать до дверей, нікого не чуючи. Втомившись від бурхливої демонстрації протесту, малюк може несподівано заснути, присівши біля столу, для того, щоб через 3-4 хвилини з новою енергією знову плакати. Діти цієї групи звикають до ДНЗ протягом 20-30 днів.

Друга група – кілька дітей, які після розлуки з мамою замикаються, стають дуже напружені й насторожені. У них вистачає сили тільки на те, щоб зробити кілька кроків, забитися в найближчий куточок, від усіх відгородитися. Ці діти ледь стримують плач, сидять, їхній погляд нерухомий, вони не граються, мовчать. І тільки побачивши в дверях маму, оживають, біжать до неї і гірко плачуть. Адаптація таких дітей триває 2-3 місяці.

Третя група – комунікабельні малюки. Переступивши поріг дитячого садка, вони не лякаються, а навпаки, беруть ініціативу в спілкуванні з дорослими. Протягом дня розповідають дорослому все, що знають. Із задоволенням демонструють свої вміння: самостійно одягаються, роздягаються, їдять, у ліжечку лежать спокійно. Але така ідилія триває недовго (2-3 дні), на більше у дітей не вистачає обсягу інформації. Після

цього, побачивши будівлю дитячого садка, вони впадають у відчай, і їх стиль поведінки стає схожим на стиль дітей першої групи.

3. Досвід дитини. Малюк з великої сім'ї (бабуся та дідусь, брати та сестри) вмє по-різному поводитися з різними членами родини, знає, чого від кого чекати, з цікавістю обстежує незнайоме середовище.

Відрізняється поведінка дітей, батьки яких живуть у маленькому сімейному колі. Їхнє коло спілкування маленьке. У дитини закріплюється симбіотичний зв'язок із матір'ю: залишившись на якийсь час без неї, дитина впадає в паніку. Адаптаційний період дуже важкий і може стати причиною дитячого неврозу.

Не маючи великого життєвого досвіду в новому середовищі, дитина може налякатися так, що іноді починає поводитися неадекватно: лазить, хоч і вмє ходити; замовкає, хоч уже почала говорити.

4. Індивідуальні особливості малюка. Якщо дитина активна, комунікабельна, має пізнавальний інтерес, вона адаптується легко, швидко. Інший малюк повільний, спокійний, любить гратися наодинці; шум, голосні розмови однолітків дратують його. Він хоч і вмє сам їсти, одягатися, але робить це повільно, відстає від усіх. Усе це накладає свій відбиток на його ставлення до навколишнього. Такій дитині необхідно більше часу на адаптацію. Хворобливим, сором'язливим дітям необхідно всередині тижня влаштувати вихідний. Але слід пам'ятати, що тривалі перерви затримують і ускладнюють період адаптації.

Чи у всіх дітей однакова поведінка при вступі в садок? Ні. Одні діти впевнені, вибирають гру, йдуть на контакт із дітьми й дорослими, інші – менш упевнені, більше спостерігають, деякі – виявляють негативізм, небажання йти в групу, відхиляють усі пропозиції, бояться відійти від батьків, голосно плачуть.

Причини такої поведінки різні: це і відсутність режиму вдома, й невміння гратися, й не сформованість навичок самообслуговування. Однак основна причина – недостатній досвід спілкування з однолітками та дорослими.

Процес пристосування (адаптації) до дитячого садка проходить індивідуально. Середній строк адаптації дітей раннього віку – 7-15 днів, молодшого дошкільного віку – 2-3 тижні, старшого дошкільного віку – 1 місяць, виникнення у дитини стійкого «адаптаційного синдрому» свідчить про її неготовність до виходу із сім'ї.

Під час адаптаційного періоду важливо створити в домі спокійну обстановку, з розумінням ставитися до безпідставного вередування малюка, більше гуляти з ним, пропонувати зняти емоційне напруження активними рухами, цікавою діяльністю. Слід раніше укладати дітей спати після теплої ванни. У цей період треба менше ходити в гості, рідше відвідувати поліклініку, перукарню, аби зайвий раз не перевантажувати

дитину новими враженнями. Огорніть свою дитину любов'ю, бережіть її нервову систему.

Реалізація ігрових технік у роботі з дітьми полегшить адаптацію малюків до нових соціальних умов, допоможе їм адекватно сприймати себе та інших людей, опанувати конструктивні форми поведінки й основи комунікабельності.

Упроваджуються ігрові техніки блоками: ознайомлювальним, реконструктивно-формульвальним, закріплювальним на заняттях тривалістю 15-20 хв, які проводяться раз-двічі на тиждень у формі міні-тренінгу. Тривалість заняття залежить від педагогічних завдань, поставлених вихователем, умов, у яких ця гра виконується, від рівня підготовленості дітей, особливостей діагностики.

У період адаптації дитини до нових умов життя відбувається своєрідна ламка, переробка сформованих раніше динамічних стереотипів, що стосуються певного режиму: вкладання, годівля тощо, і навіть стереотипів спілкування.

Для оптимізації процесу адаптації до умов дошкільного закладу слід мати чітку і послідовну роботу всіх співробітників з батьками своїх вихованців.

Література.

1. Базовий компонент дошкільної освіти, Київ, 2012.
2. Дитина в дошкільні роки, комплексна програма, 2015.
3. Бейлах О. М. Як допомогти дитині підготуватись до вступу в дошкільний заклад [Електронний ресурс]: дис. практичного психолога / О. М. Бейлах. – Миколаїв, 2012. (http://chervonivitryla.com.ua/forparents/psychologist/item/65_dopomoga_pri_dnz).
4. Вікова та педагогічна психологія: Навч. посіб. / О. В. Скрипченко, Л. В. Долинська, З. В. Огороднійчукта ін. – К.: Просвіта, 2001. – 416 с.
5. Грицюк Т. С. Адаптація дітей до умов ДНЗ: [Електронний ресурс] дис. ... практичний психолог: Т. С. Грицюк – Х., 2013).
6. Дуткевич Т. В. Дитяча психологія. Навч. посіб. - К.: Центр учбової літератури, 2012. – 424 с.
7. Лукша Т. Крокуємо з малечею дорогою адаптації / Т. Лукша, С. Немержицька, Н. Соколова // Психолог дошкілля. – 2012. - №8. – С. 1-48.
8. Наталя Найдюк. Йдемо в садочок правильно./ Н. Найдюк // тижневик «Деснянський тиждень». – 2012 р. – № 35. – С. 126.
9. Науменко О. М. Адаптація малюків до умов дошкільного закладу / О. М. Науменко // Психологічна газета. – 2010. - №13. – С. 3-5.