

Возрастные психологические особенности ребенка от 1 года до 3 лет Трудности социальной адаптации

Адаптация — это процесс приспособления ребенка к новым обстоятельствам и новой обстановке дошкольного учреждения.

У всех детей привыкание происходит по-разному. Так, легко адаптирующиеся дети практически с самого начала чувствуют себя в садике как рыба в воде, приходят в сад как на праздник и порой родители вечером с трудом их могут забрать домой, настолько комфортно они себя чувствуют. Другие тяжело и долго приспособляются, доставляя массу переживаний себе и родителям¹.

Признаки психоэмоционального напряжения детей в адаптационный период²:

- трудность засыпания и беспокойный сон;
- усталость после нагрузки, которая совсем недавно ребенка не утомляла;
- беспричинная обидчивость, плаксивость или, наоборот, повышенная агрессивность;
- рассеянность, невнимательность;
- беспокойство, непоседливость;
- отсутствие уверенности в себе, которое выражается в том, что ребенок все чаще ищет одобрения у взрослых, буквально жметя к ним;
- проявление упрямства;
- постоянно сосет палец, жует что-нибудь, слишком жадно, без разбора ест, заглатывая при этом пищу (иногда, наоборот, отмечается стойкое нарушение аппетита);

¹ Родакер Н.М. Адаптация детей в детском саду // Психология и педагогика: методика и проблемы. 2014. № 1. С. 64–68.

² Соколовская Н.В. Адаптация ребенка к условиям детского сада: управление процессом, диагностика, рекомендации. Волгоград: Учитель, 2010. 188 с.

- боязнь контактов, стремление к уединению, отказ участвовать в играх сверстников (часто ребенок бесцельно ходит по групповой комнате, не находя себе занятия);
- игра с половыми органами;
- подергивание плечами, качание головой, дрожание рук;
- снижение массы тела или, напротив, появление симптомов ожирения;
- повышенная тревожность;
- дневное и ночное недержание мочи, которого ранее не наблюдалось.

Все вышеперечисленные признаки могут говорить о том, что ребенок находится в состоянии психоэмоционального напряжения, только в том случае, если они не наблюдались ранее.

Родителям

В первые три года жизни ребенка выделяется несколько кризисных (наиболее сложных) периодов в его развитии — это период в районе годовалого возраста, начало третьего года жизни и начало четвертого года жизни, называемый обычно «кризис трех лет». Во время прохождения кризисов дети становятся упрямыми, капризными, раздражительными, и конечно, желательнее, чтобы адаптация не совпадала с такими острыми периодами в развитии малыша³.

К трем годам жизни завершается процесс формирования чувства привязанности к близким, и поведение в этот период ребенка характеризуется не только обостренной чувствительностью к разлуке с матерью, но и страхом новизны.

Рекомендации родителям для преодоления трудностей адаптации ребенка к детскому саду⁴:

1. Старайтесь не нервничать, не показывать свою тревогу по поводу адаптации ребенка к детскому саду, он чувствует ваши переживания.

³ Серова И.Н. Проблемы адаптации к детскому саду у детей раннего возраста: анализ и рекомендации // Вестник ПСТГУ. Серия 4: Педагогика. Психология. 2016. № 2(41). С. 106–117.

⁴ Лапина И.В. Адаптация детей при поступлении в детский сад: программа, психолого-педагогическое сопровождение, комплексные занятия. Волгоград: Учитель, 2010. 127 с.

2. Обязательно придумайте какой-нибудь ритуал прощания (поцеловать в щечку, помахать рукой), а также ритуал встречи.
3. По возможности приводить малыша в ясли должен кто-то один, будь то мама, папа или бабушка. Так он быстрее привыкнет расставаться.
4. Не обманывайте ребенка, забирайте домой вовремя, как обещали.
5. Разрешите ребенку брать в детский сад любимые игрушки, предметы, напоминающие о доме.
6. В присутствии ребенка избегайте критических замечаний в адрес детского сада и его сотрудников.
7. В выходные дни резко не меняйте режим дня ребенка.
8. Не отучайте ребенка от вредных привычек в адаптационный период (сосание соски, качание).
9. Создайте спокойную, бесконфликтную обстановку в семье.
10. На время прекратите посещение с ребенком многолюдных мест, цирка, театра.
11. Будьте терпимее к его капризам.
12. «Не пугайте», не наказывайте детским садом.
13. Уделяйте ребенку больше своего времени, играйте вместе, каждый день читайте малышу.
14. Не скупитесь на похвалу.
15. Эмоционально поддерживайте малыша: чаще обнимайте, поглаживайте, называйте ласковыми именами.

Ссылка на источник:

Серова И.Н. Проблемы адаптации к детскому саду у детей раннего возраста: анализ и рекомендации // Вестник ПСТГУ. Серия 4: Педагогика. Психология. 2016. № 2(41). С. 106–117. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/problemy-adaptatsii-k-detskomu-sadu-u-detey-rannego-vozrasta-analiz-i-rekomendatsii>.