**Адаптационные нарушения в детском возрасте**

Подготовила

педагог-психолог

МАДОУ ЦРР-д/с №14

Чепрасова Л.В.

У детей, начавших посещать дошкольное образовательное учреждение, могут появляться страх, беспокойство, заторможенность, вялость, раздражительность, капризность, упрямство и негативизм, в полной мере выражаемые дома в качестве протеста и своеобразной эмоциональной разрядки сдерживаемого в детском саду психического напряжения. Все данные проявления указывают на трудности *адаптационного периода*. (*Адаптационный период* - период привыкания к новым условиям).

В период адаптации необходимо быть особенно внимательным и чутким к малышу. Ежедневно расспрашивайте его о жизни детского сада. Удивляйтесь, радуйтесь успехам Вашего малыша и обязательно хвалите его. Ваши беседы должны быть наполнены положительными эмоциями. Малышу очень важно знать, что значимые для него взрослые принимают его всерьёз, относятся с уважением к его проблемам, внимательно и с интересом его слушают, а то, что он говорит, оказывается действительно важным.

**Степень выраженности адаптационных нарушений** связывают прежде всего:

• с предшествующими условиями воспитания, под влиянием которых формируется система высшей нервной деятельности ребёнка;

• со своеобразием межличностных взаимоотношений взрослых и детей, с уровнем привязанности ребёнка к матери;

• с организацией учебно-воспитательного процесса в дошкольных учреждениях, социальными условиями;

• с индивидуальными особенностями ребёнка: возрастными, психологическими, психофизиологическими, нейрофизиологическими, психогенетическими.

**В динамике адаптационного процесса** обычно выделяют три стадии:

• стадию тревоги;

• стадию сопротивляемости;

• стадию стабилизации состояния и выздоровления, либо истощения.

Различают следующие **виды адаптации**:

• Сенсорная адаптация - приспособительные изменения органов чувств соответственно действующему раздражителю;

• Социальная адаптация - процесс активного приспособления индивида к условиям социальной среды, а также результат этого процесса, т.е. способность изменить своё поведение в зависимости от новых социальных условий.

Когда мы говорим о психологической адаптации, мы имеем ввиду не только психологический и социальный аспекты, но и биологический. Психологический аспект выражается в активности ребенка и в усвоении им правил поведения в детском саду ("приспособление себя") и преобразование их ("приспособление к себе"). Очень важным для успешной адаптации является оптимальное соотношение этих компонентов в активной деятельности ребенка.

В психосоциальном аспекте так же важно учитывать согласования самооценки, потребностей и возможностей ребенка с реальностью. Нарушение организаций приспособления ребенка приводит к дезадаптации.

**Причины социальной дезадаптации**:

• отсутствие навыков общения;

• неадекватное оценивание себя в ситуации общения;

• высокие требования к окружающим (особенно если ребёнок развит интеллектуально и имеет уровень умственного развития выше среднегруппового;

• эмоциональная неуравновешенность;

• установки, препятствующие общению, такие как готовность унизить собеседника, проявить своё превосходство;

• тревожность и боязнь общения;

• замкнутость.

Учитывая и анализируя причины стресса, закономерностей его течения стресса, можно предоставить возможность неблагоприятных влияний на ребёнка критических ситуаций.

**Причины возникновения стрессовых состояний**:

1. Длительное нахождение в большом коллективе детей, среди которых могут быть дети, неприятные ребёнку.
2. Строгие, непривычные дисциплинарные правила, за невыполнение которых следует наказание.
3. Фрустрация потребностей ребёнка.
4. Общение сразу со многими взрослыми людьми, не все из которых могут быть ему приятны.

В начале посещения дошкольного образовательного учреждения адаптационный стресс изменяет реактивность - защитные силы организма, и ребёнок начинает часто болеть ОРЗ, бронхитами, инфекциями.

К тому же у плохо адаптированных детей старшего дошкольного возраста больше вероятность появления или закрепления тиков, заикания и др., т.е. психомоторных нервных нарушений.