

Часто родители задают воспитателям вопрос: «Почему ребенок идет в детский сад со слезами, и когда этот «ужас» закончится?» Действительно, у большей части детей младших групп адаптация к ДОО проходит болезненно: малыши долго не могут привыкнуть к детскому саду.

Детям любого возраста очень непросто начинать посещать детский сад. Каждый из них проходит период **адаптации к детскому саду**. Вся жизнь ребёнка кардинальным образом меняется. В привычную, сложившуюся жизнь в семье буквально врываются изменения: чёткий режим дня, отсутствие родных и близких, постоянное присутствие сверстников, необходимость слушаться и подчиняться незнакомым взрослым, резко уменьшается количество персонального внимания. Ребёнку необходимо время, чтобы адаптироваться к этой новой жизни в детском саду.

Дети привыкают к детскому саду по-разному: кто-то с первых дней ходит в детский сад с радостью, а кто-то не может успокоиться целый день. Чаще всего у 2-3-х летних малышей расставание с мамой сопровождается слезами, а потом они отвлекаются на игрушки и успокаиваются. И это нормально.

Когда ребенок привыкнет к детсаду и перестанет плакать? Пройдет время, и адаптационный период завершится. Вот только длительность этого периода у каждого будет своя. Все зависит от степени адаптации детей.

Адаптация - это приспособление или привыкание организма к новой обстановке. Для ребенка детский сад, несомненно, является еще неизвестным пространством, с новым окружением и отношениями. Этот процесс требует больших затрат психической энергии и часто проходит с напряжением, а то и перенапряжением психических и физических сил организма.

- легкая: длится от 1 до 16 дней.
- средняя: длится от 16 до 32 дней.
- тяжелая: может длиться до 64 дней.

Тип тяжелой или неблагоприятной адаптации характеризуется потерей в весе или внезапным, без каких-то видимых причин, кратковременным повышением температуры. Стресс разрушает защитные барьеры малыша, извращает ряд важных физиологических реакций, необходимых для поддержки состояния здоровья. От любого дуновения ветерка ребенок заболит, произойдет срыв адаптации, а после срыва ему придется адаптироваться заново.

Тип легкой адаптации характеризуется привыканием к новой обстановке в течение полумесяца, а изменения, которые видны в поведении ребенка, кратковременны и незначительны, поэтому ребенок не болеет.

Промежуточный вариант - средней тяжести. Течение периода различных адаптационных изменений в детском организме характеризуется сроком адаптации - больше месяца, иногда во время нее возможны заболевания без каких-либо осложнений.

Причины, почему ребенок не может привыкнуть к детскому саду

Чтобы мамам было легче расставаться со своими дочками и сыночками по утрам, рассмотрим причины, по которым дети плачут. Устраните их — слезы исчезнут.

- **Ребенок не подготовлен к посещению детского сада:**
- не сформированы культурно-гигиенические навыки;
- он не умеет самостоятельно играть с игрушками;
- режим в семье не совпадает с режимом ДОО.
- **Состояние здоровья.** Болезненному ребенку адаптироваться в новых условиях тяжелее, чем здоровому.
- **Биологические причины:**
- сильный токсикоз у мамы в период беременности;
- осложнения при родах;
- болезни в первые три месяца жизни.
- **Индивидуальные причины.** Некоторые малыши в первый день посещения дошкольного учреждения ведут себя тихо и спокойно, а на 2-3 день начинают плакать, другие — наоборот, в первые дни устраивают истерики, а потом их поведение нормализуется.
- **Условия жизни в семье.** Если ребенка возили к родственникам, посещали с ним знакомых, брали с собой в путешествия, то он гораздо быстрее привыкнет к новой обстановке детского сада.
- **Ограниченное общение со сверстниками.** Труднее всего адаптируются дети, круг общения которых был сведен к минимуму «мама-бабушка-папа». У таких малышей большое количество детей вызывает страх, желание спрятаться куда-нибудь, чтобы побыть одному.

Педагог-психолог Кутепова М.А.