



Адаптация детей в новом коллективе

Адаптация ребенка в новом коллективе — один из основных процессов взаимодействия с социумом, который оказывает огромное влияние на становление личности в обществе. И именно с проблемами адаптации могут быть связаны: смена образовательных учреждений, низкая степень обучаемости и даже нарушение физического и психического здоровья ребенка.

Адаптация — это процесс привыкания, приспособления организма к новой среде, которая затрагивает все сферы поведенческих уровней. Поэтому, когда ребенок попадает в новый коллектив и незнакомую ему обстановку, почти всегда на первых порах его сопровождают психологические трудности.

Как проходит адаптация ребенка

Каждый ребенок проходит этот этап ознакомления и привыкания к новым условиям, но у каждого, с учетом личностных особенностей, адаптация проходит по-разному. Прежде всего, новая среда воздействует на эмоциональное состояние ребенка. Одни дети могут становиться более беспокойными, другие — зажатыми и тихими, и это сказывается на всем: сне, аппетите, взаимоотношениях с родственниками и т.д. Также меняется и активность ребенка в отношении предметного мира: снижается уровень речевой активности, падает интерес к окружающему, ребенок может стать раздражительным и подавленным, в общем, становится очень восприимчивым ко всем видам раздражителей.

Новый коллектив для ребенка — это всегда страх и потеря безопасности, а также если у ребенка наблюдается высокая степень привязанности к маме, то это, обязательно, и страх потери мамы. Вот почему так важно уделить большое внимание адаптационному периоду, и помочь ребенку пройти его как можно легче и без особых негативных последствий.

Вклад родителей и родственников в период адаптации

Начинайте обсуждать с ребенком внедрение новшеств в его жизнь заблаговременно, при этом мотивируя и заинтересовывая его предстоящим событием. Хотя и не рисуйте перед ним слишком радужные картины, которые могут в последствии его расстроить, не оправдать надежды и подорвать доверие к вам. Объясняйте все возможные варианты трудностей, с которыми может столкнуться ребенок, подчеркивая свою поддержку в

любую минуту. Это позволит малышу снизить уровень тревожности перед неизвестностью. Обязательно посетите заведение с ребенком, прежде чем он пойдет в него самостоятельно. Особенно обратите его внимание на то, что по окончании рабочего дня, все родители возвращаются за своими детьми и забирают их домой. Ребенку очень важно понимать, что его не оставят и не забудут. Будет лучше, если созданные традиции расставаний в семье, на первых порах будут иметь свое место и в новых условиях. К примеру, если ребенок идет в сад, можно попросить воспитателя перед сном погладить ребенка по спинке или подержать за ручку перед сном, как это делается в семье. Таким образом, у ребенка снизится уровень тревожности, и позволит ему ощущать себя в привычном состоянии безопасности. Часто дети не хотят расставаться со своими любимыми игрушками, даже переступив порог школы. Не отказывайте ребенку в этом, но обговорите с ним возможность других детей позаимствовать игрушку, поэтому ребенок должен быть готовым поделиться ею. Вечером обязательно поинтересуйтесь, как прошел его день, не обижал ли кто его игрушечного друга и т.д. Подобная беседа поможет вам четче определить для себя чувства и переживания ребенка за день. Заранее стоит подготавливать ребенка и к предполагаемому режиму дня в новом заведении. То есть подстроить расписание дома к требованиям режима в детском саду или школе. Все это позволит быстрее пройти этап адаптации.

На первых порах, когда ребенок только начинает свое ознакомление с новой средой, не стоит его отдавать на дополнительные кружки и секции, перегружать его нервную систему шумными компаниями и чрезмерными эмоциональными напряжениями. Отложите все мероприятия на позже.

Если же вы заметили в ребенке кардинальные изменения, которые тревожат вас, выясните сначала причину, т.е. что именно повлекло за собой подобное состояние малыша. Ведь это может быть связано как с детским коллективом, так и взрослыми, которые могли чем-то обидеть ребенка. И лучшим способом разузнать причины - поговорить с ребенком, поделившись с ним собственными проблемами и переживаниями в аналогичных условиях. Подобный подход может расположить ребенка к вам, и помочь ему выразить свою готовность поделиться проблемами. Но если же ребенок все больше замыкается в себе и не желает разговаривать, а ваши попытки выяснить причины, как у него самого, так и в школе, были недостаточно удовлетворяющими, обратитесь к детскому психологу. И не откладывайте это, так как своевременная помощь специалиста очень много значит для психологического и физического здоровья ребенка, которое обязательно скажется на становлении его личности

Подготовила: Агаева Г.Ю.