

## Адаптацията на децата при постъпване в детска градина

Детската градина е необходим етап в развитието на детето. В условията на детската градина то навлиза в обществото на своите връстници и постепенно започва да усвоява навиците на социалния живот. Приблизително до 3-годишна възраст интересите на детето са около неговия дом и близките хора, след това се разширяват към външния свят. В детската градина то ще се научи как да общува с други деца, зараждат се първите приятелства. Детската градина е не само място за отглеждане на децата, но е и институция за ранната им социализация, възпитание и образование след 3-годишна възраст.

За детето в първа група най-важното е да се създадат условия за адаптирането му към новата среда и да се намали максимално стресът, който преживява. Не бива да забравяме, че децата идват с известен моторен, езиков, емоционален и социален личен опит и способността за адаптиране е повлияна от него. Затова една от целите на учителя е да се намалят тревожните преживявания на детето в процеса на адаптиране към новите условия в детската градина.

Включването на родителите в различни форми на педагогическо взаимодействие дава възможност да се осигури по-плавна и безболезнена адаптация от семейната среда към детската градина. Подкрепата на родителите осигурява емоционален комфорт на детето и го стимулира за активно участие в режимните моменти в условията на детската градина.

Опитът доказва, че децата, които са посещавали яслени групи по-бързо се адаптират към новата обстановка. Преобладаваща част от тях нямат проблем при раздялата с близките си сутрин, целуват мама, помахват за сбогом и усмихнати се качват по стълбите, за да влязат в първа група. Те познават дневния режим в детската градина. Висок е процентът на децата, които се чувстват спокойни по време на престоя в детската градина, емоционални и активни са, имат добър апетит. Във висока степен проявяват инициативност в общуването с връстниците и с възрастните. Не по-маловажно е и това, че от образователния процес в яслена група децата са придобили познания и навици, които в първа група ще се надграждат. Поставени в ситуация на среща само с един „нов“ учител, децата с желание се включват в организирани от педагогическите специалисти игри.

Практиката показва, че не малка част от децата, постъпвайки в първа група са пасивни и се чувстват потиснати по време на престоя си в детската градина. Това е така, защото са новопостъпили или нередовно я посещават. Много малко са тези, които не срещат никакви проблеми при постъпването в детска градина. Дори и най-общителното дете е леко стъписано пред перспективата за първи път да се отзове сред съвсем непознати хора. В детската градина то е поставено наравно с

другите деца. Тези деца са все още в период на адаптиране към новите условия. Нормалната адаптация може да продължи от една седмица до един месец, но понякога този период може да бъде и по-дълъг. Това е **строго индивидуален процес**. Продължителността му зависи от много фактори – характер и здравословно състояние на детето, семейна обстановка, готовност на родителите за този важен етап от развитието му. В периода на адаптация се наблюдават различни признаци на стрес у детето, като занижен апетит, потиснатост, тревожност, плач, напикаване, повишена температура, боледуване, при други – и агресия. Педагогът и родителите трябва да имат търпение и да му помогнат да преодолее този период възможно най-бързо и безболезнено.

Основна дейност на детето през ранното детство е играта. Играта е и незаменим способ за адаптация и социализация на децата при постъпването им в детската градина. В първа група децата започват да играят едно до друго, но самостоятелно, с почти едни и същи играчки и игрови материали. Постепенно, играейки си, децата от време на време влизат във връзка, разменят материали, извършват някои действия заедно, но липсва стремеж към координиране на взаимодействията по посока на общи епизоди, сюжети или цели. На по-късен етап играта на децата се осъществява по общ замисъл, постепенно зараждащ се от отделни епизоди, в които има допълващи се роли: майка – дете, продавач – купувач, лекар – пациент. Така се научават да общуват помежду си, да споделят играчките, придобиват различни навици, усъвършенстват езиковите си умения с песнички, стихотворения, приказки. Научават важни неща като ориентация в пространството, представа за цвят и форма, развива се речниковият запас, затвърдяват вече сформирани навици. Детето играе, тича, прави гимнастика и всичко това заедно със своите връстници, научава се да бъде в група, приспособява се към живота. Така постепенно се социализира, адаптира и боледува по-малко. Чрез поощрението при съревнованието с връстниците си се научава също по-бързо да се самообслужва, да се храни и облича. Изследване показва, че 85% от децата в края на първа група имат изградени хигиенни навици и умения за самообслужване.

Като симптоми на вече адаптираното дете може да се посочат следните признаци и поведение:

- Детето се разделя с родителя самостоятелно и в добро настроение.
- По време на престоя си в детската градина е спокойно. С радост се включва в игри, празници и развлечения.

- Може често да задава въпроси на педагога от рода на „кога“ и „дали“ ще го вземат от детска градина, но това са въпроси, с които то очаква да бъде потвърдена неговата сигурност.
- Разказва с удоволствие какво се е случило в детската градина.
- Проявява желание и нетърпение отново да се срещне с приятелите си в детската градина.

От изключително важно значение за нормалната адаптация към новите условия и среда е **предварителната подготовка** на детето, че ще ходи на детска градина.

- На първо място, необходимо е да му се обясни за промяната, която ще настъпи в живота му.
- Второ, да се изтъкват позитивните страни на пребиваването му там през част от деня - присъствието на много деца на неговата възраст, приятни занимания и забавления, весели игри.
- Трябва да му се обясни след кое събитие от деня родителите ще го вземат.
- В периода на адаптация чудесна роля може да изиграе и любимата играчка, с която детето говори и се чувства сигурно.
- Ако то до този момент не се е отделяло от родителите си, е добре да се оставя на близък човек или в детски парти център за час-два, за да свиква да прекарва известно време без тях.
- Родителят предварително може да заведе детето да разгледа детската градина или да се разходят около нея.

В началото на постъпването в детска градина повече от децата плачат, всяка сутрин някои от тях разиграват една и съща сцена – вкопчват се в майка си и баща си и не ги пускат да си тръгнат. При други деца нежеланието може да бъде изразено чрез неясни оплаквания или чрез повтарящи се неразположения. Така по един или друг начин те изразяват негодуванието си, но това са нормални временни реакции, които отминават бързо.

Родителите не бива да се притесняват, за да не се пренася това върху детето, а ритуалът на раздялата трябва да бъде по-кратък (въздушна целувка, съпроводена с думите „до скоро“, гушкане и целуване, махане с ръка). Ритуалът ще направи родителя по-уверен и тази увереност ще се предаде на детето.

Отново, когато го взема от детска градина, е важно да е положително настроен, усмихнат, тръпнещ в очакване да го види. Така детето ще усеща по-осезателно обичта на родителя и ще се чувства желано, а не изоставено.

Вечер е добре да се разговаря с него как е минал денят му и за заниманията в детската градина. **Активното слушане** е процес, при който родителят дава обратна връзка за фактите, които чува, като се опитва да отрази и изкаже чувствата на детето, каквито ги разбира. По този начин детето успява от своя

страна да разбере по-добре чувствата си, да ги осмисли или да намери решение на проблема си.

Родителите не бива да сравняват детето с другите деца, да използват лъжи и наказания, да го манипулират. Те трябва да работят в **сътрудничество с детската градина** по посока на по-бързата му адаптация.

Необходимо е вкъщи да се подкрепят същите правила, каквито очакват детето в детската градина, а именно – да се подреждат играчките след игра, да се храни на масата по същото време, а не пред телевизора, да се поддържа ред, да спи следобед.

Важен е примерът на възрастните в семейството. Родителите трябва да запознаят учителите с навиците на детето, възможни негови реакции и поведение, да търсят информация как е минал денят му в детската градина.

Адаптирането е процес, който е свързан с реакциите на трите страни: възрастните в детската градина – педагог и възпитател, семейството и детето. Успешното адаптиране на детето предполага възрастните – двете институции, да се включат активно и да подпомогнат този процес.

Затова ролята на детската градина е незаменима, а ние, педагозите и родителите, трябва да направим необходимото процесът на адаптация да бъде кратък и лесно преодолим за децата.