**Особенности психоэмоциональной адаптации детей раннего возраста**

Благодаря овладению ребенком предметной деятельностью, осуществляется его вхождение в мир предметов, которое влечет за собой изменение форм общения его со взрослым, что несомненно имеет решающее значение для развития малыша. Благодаря этому, для ребенка открывается возможность усвоения значений слов и связывания их с образами предметов и явлений окружающего мира [14].

В раннем возрасте у ребенка начинают формироваться новые виды мыслительных действий и восприятия, что составляет базу для умственного развития [13].

Умение относить слова к обозначаемым предметам и действиям относительно длительный процесс. Сначала понимается ситуация, а не конкретный предмет или действие.

В раннем детстве речь развивается так: совершенствуется понимание речи взрослых и формируется собственная активная речь ребенка.

На начальном этапе усвоения речи взрослого, важно подкреплять реплику жестами и повторять ее многократно. Так же важным приобретением является слушание и понимание сообщений, выходящих за пределы непосредственной ситуации общения, оно дает возможность использовать речь как основное средство познания действительности.

Позже ребенок открывает для себя, что он является источником своей воли и начинает использовать ее в общении со своими близкими, со взрослыми и сверстниками: противостоит просьбам, обращается за помощью, пытается обратить на себя внимание.

Что касается общения ребенка со сверстниками, то в 1,5 года они начинают выстраиваться по-иному. Ребенок старается заинтересовать его, для достижения этой цели развиваются и используются инициативные действия. Параллельно с этим развивается чувствительность к отношению товарищей [12].

В раннем возрасте дети начинают интересоваться сверстниками, наблюдать друг за другом, соревноваться, демонстрировать свои умения, игрушки. Такая специфика общения занимает важнейшее место в социальной активности и социальном развитии ребенка. Дэвидом Маклелландом был определен мотив достижения, который и обуславливает тот соревновательный момент у детей раннего возраста и определяет успешность реализации стремления к признанию. В этом возрасте он может уже рефлексировать, оценивать свои и чужие достижения, контролировать свои эмоции и волю.

Потребность детей в общении друг с другом складывается постепенно на протяжении раннего возраста. Ее окончательное оформление происходит на 3-м году жизни. Стремление детей к новым впечатлениям, активности, общению со взрослым лежит в основе становления у них потребности в общении со сверстниками. Первоначально ребенок относится к сверстнику как к интересному объекту, который вызывает у него разнообразные ориентировочно-исследовательские действия [12].

Первой формой общения со сверстниками является эмоционально-практическая, которая складывается к двум годам. Ребенок уже ждет от сверстника обратной реакции на свои действия: участвует в играх, стремиться к самоуважению. Детей привлекают процессы совместной деятельности: сооружение построек, убегание и т.д.

Следующая форма общения со сверстниками – ситуативно-деловая, которая формируется с 4 до 6 лет. Главный аспект в таком общении детей – деловое сотрудничество, совместное достижение общих целей, чаще всего пока в игре. Детей данного возраста уже интересуют поступки окружающих, реплики, вопросы.

К пятому году жизни дети особенно начинают интересоваться деятельностью и успехами сверстниках, так как появляется склонность к конкуренции. Дети стараются привлечь к себе внимание и признать свои достижения.

Таким образом, создание потребности в общении составляет стремление к признанию и уважению [12].

Социальный мир, мир общественной жизни особенно открывается ребенку в дошкольной образовательной организации [3]. По мнению Л.С. Выготского и Л.И.Божович, данная организация является одним из важнейших факторов становления ребенка как личности, которая складывается в дошкольном возрасте [3, 7].

Известно, что переход из семьи в ДОО, смена социальных отношений, расширение социальных контактов – тяжелый период для ребенка, адаптация к которому требует большой затраты сил и ресурсов.

Психоэмоциональная адаптация - приспособление психической деятельности личности к постоянно изменяющимся условиям окружающей среды путем сохранения психического гомеостаза.

Данную проблему рассматривали как отечественные ученые, такие как: Г.М. Андреева, Ф.Б. Березин, А.А. Бодалев, Л.И. Божович, М.И. Лисина и др., [2, 5, 3]; так и зарубежные исследователи: А. Адлер, Э. Берн, Г. Гартман, Л. Филипс [1, 4].

Во втором случае значительное распространение получило необихевиористское определение адаптации, которое используется, например, в работах Г. Айзенка и его последователей.

Понятие адаптации рассматривается по двум линиям:

а) состояние гармонии между индивидом и окружающей его средой, достигается, когда потребности человека и требования среды удовлетворены;

б) тот процесс, в течение которого это гармоничное состояние достигается [1].

Все разновидности адаптации определяются психическими и средовыми факторами. Это точка зрения интеракционистской концепции адаптации, которую развивает, в частности, Л.Филипс. «Эффективная адаптация личности» - процесс, при котором личность удовлетворяет минимальным потребностям и ожиданиям социума - понятие, которое дали интеракционисты. Согласно ученому, адаптированность выражается двумя видами реакций на воздействие среды:

а) в силу половой принадлежности и возраста, личность сталкивается с определёнными социальными ожиданиями и дает на них эффективную реакцию;

б) при столкновении с неизвестными ранее условиями, личность гибко и эффективно использует имеющиеся ресурсы, а так же имеет возможность подстроить события под себя, то есть изменить их направление в выгодное для себя положение.

При последнем раскладе имеется в виду то, что для достижения своих целей и задач, человек успешно пользуется создавшимися условиями.

Отечественные психологи дают более широкое определение понятию «социальная адаптация» - это «итог процесса изменений социальных, социально-психологических, морально-психологических, экономических и демографических отношений между людьми, приспособление к социальной среде» [11].

Ф. Б. Березин считает, что человеческое общество является не просто адаптивной (например, биологических), а адаптивно-адаптирующей системой, поскольку человеческая деятельность имеет преобразовательную природу [2].

Выделяются критерии успешной адаптации: внутренний комфорт (эмоциональная удовлетворенность) и внешняя адекватность поведения (способность выполнять требования среды).

Так как адаптация неизбежна в тех ситуациях, когда возникает противоречие между нашими возможностями и требованиями среды, выделяют три стиля, с помощью которых человек может адаптироваться к среде:

а) творческий стиль – наиболее оптимальный. Ребенок одновременно приспосабливается к среде и изменяет ее условия.

б) конформный стиль – стиль смирения, когда ребенок принимает требования и обстоятельства среды, не меняя их и не изменяясь сам.

в) избегающий стиль – менее оптимальный. У ребенка нет желания и возможностей, чтобы изменить сложившиеся условия, тем самым игнорирует их [4].

Адаптационный процесс делится на три фазы:

1. Острая фаза – изменение психологического статуса, смена соматического состояния, чаще его ухудшение, что приводит к частым заболеваниям, особенно респираторным, снижению веса, регрессу речевого развития. В среднем, данная фаза длится один месяц.

Данную фазу можно рассмотреть по степени тяжести ее протекания:

-легкая адаптация – в течение первых 10-15 дней состояние ребенка нормализуется, он активно вливается в коллектив, соматическое состояние не ухудшается;

-адаптация средней тяжести – в течение первого месяца состояние ребенка колеблется: ребенок на короткое время теряет в весе; может наступить однократное заболевание длительностью 5-7 дней, есть признаки психического стресса;

-тяжелая адаптация длится от 2 до 6 месяцев; ребенок часто болеет, его организм истощается как физически, так и психологически, теряет уже полученные навыки.

2. Подострая фаза – смена поведения и колебания отдельных параметров в негативную сторону регистрируется лишь при определенных условиях, сдвиги уменьшаются, фаза характеризуется адекватным поведением ребенка и длится от 3 до 5 месяцев.

3. Фаза компенсации – к концу года указанные выше задержки в развитии преодолеваются и его темп увеличивается [6].

Если ребенку не удается адаптироваться к новым условиям среды, возникает дезадаптация. К. Роджерс рассматривал ее как состояние несоответствия, внутреннего диссонанса, причем главный его источник заключается в потенциальном конфликте между установками «Я» и непосредственным опытом человека. Подобное несоответствие может возникнуть в тех случаях, когда «Я-концепция» (представление о себе) чрезмерно обусловлена ценностями и представлениями, исходящими от других людей [8].

Существуют различные формы проявления дезадаптации детей раннего возраста к ДОО:

Агрессия - поведение, ориентированное на нанесение вреда объектам, в качестве которых могут выступать живые существа или неодушевленные предметы. Агрессивное поведение служит формой реагирования физического и психического дискомфорта, стрессов, фрустраций. Кроме того оно может выступать в качестве средства достижения какой-либо значимой цели, в том числе повышения собственного статуса за счет самоутверждения [10].

Депрессия - аффективное состояние, характерное отрицательным эмоциональным фоном, изменениями сферы мотивационной, когнитивных представлений и общей пассивностью поведения.

Тревожность - состояние целесообразного подготовительного повышения сенсорного внимания и моторного напряжения в ситуации возможной опасности, обеспечивающее соответственную реакцию на страх [9].

С точки зрения традиционных взглядов, адаптация – процесс при котором индивид сменяет привычную для него среду и попадает в новые условия, к которым он должен приспособиться. В ходе него предполагается достижение двух видов результатов: положительный – при котором достигается состояние гармонии между человеком и средой, и негативный, то есть стресс – при котором состояние адаптированности не было достигнуто.

**Используемая литература:**

1. Аксарина, Н.М. Воспитание детей раннего возраста /Н.М.Аксарина; 3-е изд. испр. и доп. - М.: Медицина, 1999.

2.5. Березин Ф.Б. «Психическая и психофизиологическая адаптация человека».Л., 2000.

3.11. Божович Л.И. Избранные психологические труды: Проблемы формирования личности. М.: Акадамия , 1999.

4.8. Бодров В.А. Проблема преодоления стресса. Часть 2. Процессы и ресурсы преодоления стресса. // Психологический журнал. – 2006. – Т. 27. – № 2.

5.10. Бодалев А. А. Личность и общение: Избранные труды. М.: Педагогика, 2000.

6.12. Водопьянова Н.Е. Психодиагностика стресса. – СПб.: Питер, 2009.

7.13. Выготский Л. С. Вопросы детской психологии. СПб.: Союз, 1997.

8.22. Дубровина И.Л., Прихожан A.M. Психологические основы формирования личности в условиях общественного воспитания: Тезисы докладов / 2000.

9.32. Кирюхина Н. В. Организация и содержание работы по адаптации детей в ДОУ: практ. пособие / М.: Айрис-пресс, 2006.

10.35. Кулагина И. Ю. Возрастная психология: Развитие человека от рождения до поздней зрелости / М.: ТЦ Сфера, 2002.

11.44. Марцинковская Т.Д. Детская практическая психология. Учебник. 2000. - 255 с.

12.48. Мухина В. С. Возрастная психология: Феноменология развития, детство, отрочество. / Москва. 1999

13.50. Никифорова Г.С. Практикум по психологии здоровья. / Под ред.. – СПб: Питер, 2005.

14.63. Хворостьянова Н. Учись дружить. Воронеж, 2000.