

Причины стрессовых перегрузок в дошкольном учреждении

- Длительное нахождение в большом коллективе детей, часть из которых может быть неприятна ребенку.
- Строгие дисциплинарные правила, за невыполнение которых следует наказание.
- Фрустрация базовых потребностей ребенка.
- Одновременное общение с несколькими взрослыми, которые могут быть ему неприятны.

С конца первого года жизни и в период дошкольного детства социальная адаптация ребенка проявляется в его взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками.

Эмоциональный профиль (портрет) ребенка характеризуется особенностями его поведения и эмоциональных проявлений:

* отрицательные эмоции являются важнейшей составляющей внутренней жизни ребенка. Они проявляются в спектре от еле уловимых аффективных реакций до состояния депрессии. Поведение может быть охарактеризовано как аффективное, с волнообразной сменой активности ребенка (апатия — чрезмерная подвижность);

* страх как эмоциональное состояние способствует проявлению отрицательных эмоций, является пусковым механизмом стрессовых реакций ребенка;

* гнев, как правило, проявляется на фоне стресса и может возникать без видимой причины;

* положительные эмоции выступают противовесом негативных реакций, преобладание устойчивого типа позитивных эмоциональных реакций ребенка в процессе адаптационного периода является показателем благоприятной адаптации;

* коммуникабельность ребенка во многом определяет успешный исход адаптации. В первые дни дети чаще всего замкнуты (бесконтактны), затем наступает ситуация компромиссной контактности. Налаживание коммуникаций составляет одно из приоритетных направлений работы специалистов в процессе социальной адаптации ребенка. Содержательное общение, насыщенная деятельность благоприятствуют успешной адаптации ребенка;

* познавательная деятельность ребенка, как правило, угасает на фоне стрессовой реакции в ситуации новой обстановки. Развитие познавательной активности — одно из условий снижения стресса;

* социальные навыки ребенка: под влиянием нервно-психического напряжения угасают навыки самообслуживания, поддержание и культивирование которых помогает преодолеть трудности ребенка в процессе адаптации к новым условиям;

* речевая, двигательная активность ребенка снижается на фоне стрессовой ситуации. Двигательные реакции редко сохраняются в пределах нормы: наблюдается либо заторможенность, либо гиперактивность;

* нарушения сна и аппетита сопровождают адаптационный процесс. Их нормализация свидетельствует о восстановлении основных функциональных систем организма ребенка.