

## **Консультация для педагогов «Психологические условия адаптации детей в ДОУ»**

Подготовила  
педагог-психолог  
Голобородько Т.В.

Первые шаги ребенка в детском саду, как правило, непростые. Начало посещения детского сада – это не только новые условия жизни и деятельности, режима и питания, - но и новые контакты, окружение, новые взаимоотношения, обязанности. Привыкание к детскому саду часто сопровождается нарушением эмоционального состояния дошкольника, ухудшением сна, аппетита, повышением заболеваемости.

Можно выделить **три группы детей по характеру приспособления к новым условиям жизни.**

Первая группа - те, для кого процесс адаптации легкий и безболезненный. Они проявляют интерес к игрушкам и деятельности, коммуникабельные, самостоятельные, уравновешенные. Общение родителей с ребенком доброжелательное, уважительное.

Вторая группа - дети, которые адаптируются медленнее и труднее. Периоды интереса к игре сменяются периодами безразличия, капризов. Не хватает доверия в отношении с воспитателями, другими детьми. Навыки игры и общения развиты недостаточно. Малоинициативны. Менее самостоятельные, что-то могут делать сами, но по большей части зависят от взрослого. Со стороны родителей наблюдается нестабильность в общении: доброжелательные, рассудительные обращения сменяются окриками, угрозами или ослаблением требовательности, невниманием.

Третья группа - дети, которые с трудом приспосабливаются к новому для себя быту. Как правило, несамостоятельные, неконтактные. Привычные к нестабильности в режиме дня. Быстро устают. Игровые навыки не сформированы. В опыте таких детей - проявление авторитарности, жестокости, или, наоборот, лишнего либерализма со стороны взрослых, что вызывает страх, недоверие к воспитателю или полное игнорирование его и других детей. Сон, аппетит - плохие или вовсе отсутствуют. Высокая заболеваемость еще больше замедляет привыкание к новой обстановке и новым требованиям.

*Процесс адаптации ребенка к условиям детского сада, кроме определенной продолжительности во времени, различного для разных детей, имеет несколько основных этапов (фаз). Это, в частности, такие этапы:*

1. «Шторм» - в ответ на комплекс новых воздействий все системы организма ребенка отвечают бурной реакцией и значительным напряжением. Повышаются возбудимость, тревожность, возможно увеличение агрессивности или уход в себя. Плохие сон, аппетит, настроение. Физиологическая и психологическая буря длится от 2-3 дней до 1-2 месяцев (у отдельных детей).
2. «Шторм утихает» - период неустойчивого приспособления, когда детский организм ищет оптимальные варианты реакции на внешние воздействия.

Малыш продолжает присматриваться к новому окружению, пытается участвовать в совместной деятельности, становится более активным, заинтересованным, уравновешенным. Этот период более длительный, чем первый, - от 1 недели до 2-3 месяцев.

3. «Штиль» - период относительно устойчивого приспособления. Организм находит наиболее благоприятные варианты реагирования на новые условия жизни, режим дня, общения. Ребенок начинает активно усваивать новую информацию, устанавливать контакты, принимать реальное участие в занятиях. Уменьшается заболеваемость, стабилизируются сон, аппетит, настроение. Этот период длится от 2-3 недель до полугода.

Поэтому воспитатель и психолог детского сада должны помочь ребенку адаптироваться к новым условиям. По нашему мнению, обязательным правилом при приеме ребенка должно стать посещение кабинета психолога. Этот визит нужен еще в ходе оформления документов.

Внимательный, наблюдательный психолог во время разговора сделает определенные выводы относительно подготовленности ребенка к пребыванию в дошкольном учреждении и по стилю воспитания в семье. Он начнет с определения некоторых индивидуальных особенностей новичка, чтобы выбрать группу, которая лучше всего будет соответствовать его привычкам, особенностям поведения, темпераменту. Важно дать конкретные рекомендации родителям, как они должны подготовить ребенка к новому быту.

Ориентировочные вопросы для беседы психолога с родителями (после получения общей информации об имени, фамилии, возрасте, состоянии здоровья и т.д.):

- Имеет ли ребенок опыт общения с другими детьми?
- Какой характер имеет это общение?
- В какие игры любит играть сын (дочь)?
- Что именно больше всего влияет на поведение ребенка? (Стиль общения, место, режим, обстановка, здоровье и т.д.).
- Какое настроение преобладает в течение дня?
- Чем интересуется? Какие виды деятельности больше всего любит?
- Как происходит физическое развитие ребенка? Закаляете ли его? Как?
- Каким видите сына (дочь): уравновешенным; чрезмерно подвижным, стремительным, шумным; медленным, вялым?
- Какой системы воспитания придерживаетесь: авторитарной; демократической; либеральной?
- Существует ли согласованность в воспитании со стороны членов семьи? Кто еще участвует в воспитании?
- Есть ли у ребенка братья, сестры? Как она с ними общается?
- Стремится ли соблюдать дома режим дня? Совпадает ли он с режимом детского сада?
- Как засыпает ваш малыш? Крепко спит? Какой у него аппетит?
- Является ли ребенок самостоятельным для своего возраста? Что он может делать самостоятельно?

- Послушный ли ваш сын (дочь)? Если не слушается, как реагируете: обижаетесь; ругаете; наказываете; не обращаете внимание и т.д.?
- Как реагируете на жалобы ребенка о ссорах с другими детьми: защищаете, обвиняете; отмахиваетесь; делаете попытки разобраться и др.?
- Если понимаете, что были неправы, просите ли прощения у сына (дочери)?
- Что больше всего нравится ребенку?
- Что беспокоит в поведении и развитии ребенка?
- Каким, по-вашему, должен быть воспитатель?

Проводя ознакомительную беседу с родителями, следует учитывать не только содержание того, что говорят родители, но и на интонацию, выражение лица и особенно - на поведение ребенка. Требуют внимания, в частности, следующие моменты:

- как ведет себя ребенок в присутствии незнакомых взрослых (робко, уверенно, заинтересованно, безразлично, нагло);
- общий стиль поведения (спокойный, уравновешенный, инертный, излишне энергичный);
- заинтересованность обстановкой, игрушками, играми (просит поиграть, с интересом смотрит, играет, если предлагают, играет сам);
- характер общения матери с ребенком (говорит ласково, вежливо, с уважением, с восклицаниями, раздраженно, с угрозой);
- как реагирует ребенок на обращения и просьбы матери (слушается, капризничает, игнорирует).

Первый день пребывания малыша в детском саду стоит ограничить знакомством с воспитателем, детьми, групповым помещением. В последующие дни воспитатель и психолог внимательно наблюдают за его поведением в группе, предоставляют дополнительные консультации родителям.

Целеустремленности наблюдений и объективности выводов будет способствовать использование тестов контроля поведения детей-новичков.

1. Настроение ребенка (бодрый, спокойный, раздраженный, подавленный, неустойчивый):

- бодрый - положительно относится к окружающему, реакции эмоционально окрашенные, часто улыбается, смеется; охотно контактирует с другими;
- спокойный - положительно относится к окружающему, на инициативу отвечает, но сам не проявляет ее, положительные эмоции проявляются в меньшей степени;
- раздраженный, возбужденный - наблюдаются аффективные вспышки возбуждения, капризы, плач, часто возникают конфликты с другими;
- подавленное - наблюдаются вялость, бездействие, пассивность, замкнутость, печаль, тихий и долгий плач;

- неустойчивое - быстро переходит от одного настроения к другому, может быть веселым, смеяться и тут же плакать, часто конфликтует, бывает замкнутым.
2. Сон (засыпание, характер сна, продолжительность):
    - засыпание - быстрое, медленное (более 10-15 мин.), спокойное, беспокойное, с дополнительными воздействиями;
    - характер сна - глубокий, неглубокий, спокойный, беспокойный;
    - продолжительность сна - короткий, длительный, в соответствии с возрастом.
  3. Аппетит: хороший, плохой, выборочное отношение к еде.
  4. Поведение во время бодрствования (активный, малоактивный, пассивный):
    - активный - ребенок занят деятельностью;
    - малоактивный - не всегда занят, активная деятельность сменяется периодами бездействия;
    - пассивный - преобладает бездействие.
  5. Коммуникабельность (высокая, средняя, низкая):
    - высокая - ребенок осуществляет инициативные действия с взрослыми, другими детьми, решает конфликтные ситуации справедливо, самостоятельно, в случае необходимости обращается за помощью к взрослым, может правильно оценить свое поведение;
    - средняя - сам не проявляет инициативы, но отвечает на инициативные действия со стороны других, в случае конфликта обращается за помощью к взрослым, правильно оценивает свое поведение;
    - низкая - на инициативные действия не отвечает и сам не проявляет инициативы, на конфликты реагирует слезами, криком, не может оценить поведение свое и других.

Своеобразной информативной достопримечательностью для воспитателя и психолога могут служить перечисленные ниже психолого-педагогические условия обеспечения процесса адаптации детей к посещению детского сада:

1. Постепенная выработка у ребенка привычки соблюдать определенный режим дня. Лучше всего осуществлять это в домашних условиях еще до начала посещения детского сада. В саду - обеспечение гибкого режима.
2. Формирование навыков самообслуживания (умение самостоятельно есть, одеваться, складывать игрушки, одежду и т.д.).
3. Развитие игровых навыков, навыков общения. Постепенное расширение круга знакомств малыша.
4. Организация положительного эмоционального общения ребенка с воспитателем и персоналом детского сада.
5. Оборудование групповой комнаты должен предусматривать возможность осуществления индивидуальных игр, занятий, удовлетворять стремление ребенка побыть одному или наедине с воспитателем.
6. Обеспечение межвозрастного общения детей как одной из наиболее эффективных условий успешной адаптации к новому быту.
7. Обеспечение содержательной деятельности дошкольников с учетом индивидуальных интересов каждого ребенка и его возрастных возможностей.

8. Психолого-педагогическое просвещение родителей по вопросам облегчения адаптации к детскому саду (индивидуальные беседы, консультации).

9. Постепенное увеличение продолжительности пребывания ребенка в детском саду (сначала - только прогулка, игра, потом - прогулка, обед, через несколько дней - прогулка, обед, сон и т. д. ).

10. Расширение круга близких людей, которые приводят ребенка в детский сад (не только мама, но и папа, сестра, дедушка, - это облегчает прощание).

11. Проведение специальных игровых комплексов, направленных на расширение круга общения, выработки уверенности, снятия тревожности, страхов.

Благодаря обеспечению этих и других условий у детей-новичков достаточно быстро восстанавливаются сон, аппетит. Правда, длительным бывает процесс нормализации эмоциональной сферы ребенка, которая и должна стать предметом особой заботы психолога, воспитателей, родителей. Адекватное поведение, заинтересованность в общении со взрослыми и детьми, активное участие в занятиях и играх, бодрое настроение являются основными показателями социально-психологической адаптации ребенка к условиям детского сада.