Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Ваховский детский сад «Лесная сказка»

**Психологические**

**особенности периода адаптации**

**детей в ДОО**

Подготовила: воспитатель

Н.А.Ширяева

Сентябрь, 2017

Поступление в **детский** сад часто вызывает у ребенка стресс. **Детский** сад - это новое окружение, новая обстановка, новые люди. Большое число незнакомых людей – основная причина возникающего стресса. **Адаптацией** принято считать процесс вхождения ребёнка в новую для него среду и болезненное привыкание к её **условиям**.

Проблема **адаптации детей в дошкольном учреждении**, занимает сейчас умы научных и практических работников. **Адаптацию в условиях дошкольного учреждения**, нужно рассматривать, как процесс, или приспособление функцией организма ребёнка к **условиям** существования в группе. Ребёнок, переходящий в новые **условия жизни в дошкольном учреждении**, переживает стрессовое состояние, у него появляется торможение, возникают ориентировочные реакции, напряжённое состояние, ребёнок попадет под целый комплекс воздействий. Происходит серьезная перестройка всех его представлений и отношений с окружающими людьми, ломка привычных форм жизни. Эта резкая смена **условий**может сопровождаться тяжелыми переживаниями, снижением речевой активности, игровой активности и нередко сказывается на здоровье ребенка.

Возникает синдром **адаптации**. Именно в том, как организм ребёнка выдержит приспособление к окружающей среде, и заключается значение **адаптации** для его дальнейшего здоровья и самочувствия в новых **условиях**.

Чаще всего, проблемы **адаптации**, связаны с несоответствием особенностей новых требованиям характеристикам **детей** группы по разным показателям, например по опережению уровня развития познавательной сферы и отставанию в сформированности необходимых культурно-гигиенических навыков и наоборот.

Факторы, приводящие к нарушению социальной **адаптации детей старшего дошкольного возраста**:

1. Заболевания, нарушающие работу нервной системы. Например, при СДВГ дети невнимательны, импульсивны, слишком активны, что является причиной отвержения их окружающими; атопический дерматит и бронхиальная астма изменяют общий нервный фон: такие дети более капризны, плаксивы, несдержанны.

2. Особенности эмоционально-волевой сферы, среди которых можно выделить повышенный уровень тревожности, агрессии, медлительность, застенчивость.

3. Несформированность коммуникативных умений, трудности в общении со взрослыми и сверстниками. Именно этот фактор чаще всего является причиной нарушения социальной **адаптации**.

С целью обеспечения индивидуализации и дифференциации подхода к детям **старшего дошкольного возраста в адаптационный** период предлагаем диагностику физического состояния и психологической готовности ребенка к посещению ДОУ.

1. Изучение карт здоровья **детей** – это позволит составить мнение о физическом состоянии каждого ребенка, выявить определенные заболевания и учитывать полученные данные в ходе построения дальнейшей работы.

2. Анкетирование и беседы с родителями – с целью определения степени социализации ребенка, приученности к режиму дня, нервно-психическом состоянии ребенка, выявление индивидуально-личностных особенностей ребенка.

3. Анкетирование и беседы с воспитателями – с целью определения эмоционального благополучия ребенка в **детском саду**.

4. Наблюдение - когда ребенок уже пришел в группу. На данном этапе очень важным является оценить характер **адаптации ребенка к ДОУ**, определить степень тяжести ее протекания. Все наблюдения за ребенком оформлять в **адаптационных листах**.

5. Методики, направленные на определение уровня тревожности ребенка.

6. Определение самооценки. Она в значительной степени определяет активность, отношение к себе и другим. От самооценки зависят взаимоотношения человека с окружающими, его критичностью, требовательностью к себе, отношение к успехам и неудачам.

В результате такого комплексного исследования можно сформировать мнение о психоэмоциональном состоянии вновь поступивших **детей в детский сад**.

**Психологическое обеспечение адаптационного периода детей в ДОУ**

Деятельность педагога-психолога на первом этапе включает в себя:

- проведение семинаров для педагогов по данной тематике;

- групповые консультации для родителей *(устные и письменные, в виде информации на стендах)*;

- обучение воспитателей приемам психопрофилактики;

- организацию анкетирования родителей воспитателями;

- индивидуальные консультации для родителей и воспитателей.

Второй этап работы – анализ результатов анкетирования.

Целями анализа являются:

- выделение тех факторов в анамнезе, которые могут неблагоприятно отразиться на социально-психологической **адаптации ребенка**(например, патология беременности, родов; перенесенные тяжелые заболевания, травмы; отклонения от **возрастных режимов в домашних условиях**, низкий уровень развития общения, наличие вредных привычек у родителей и т. п.)

- получение данных о навыках ребенка, о степени самостоятельности, интересных и любимых занятиях, привычках, что позволит наиболее эффективно построить взаимодействие воспитателя с ребенком, сходя из его потребностей и индивидуальных особенностей, что достаточно актуально не только в период **адаптации**.

Первые два этапа работы педагога-психолога несут профилактическую функцию.

Третий этап работы – реализация профилактических и коррекционных мер для оптимизации процесса **адаптации**. На этом этапе большое значение имеет непосредственная индивидуальная работа с детьми, у котрых наблюдается тяжелая степень **адаптации**. Кроме того, педагог-психолог разрабатывает:

- рекомендации для воспитателей по организации **адаптационного периода детей старшего дошкольного возраста к условиям детского сада**;

-оказывает помощь в организации благоприятной развивающей среды, создание положительного психологического климата в группе

- составляет индивидуальный режим **адаптационного** периода для каждого ребенка;

- проводит коррекционную работу с тяжело **адаптирующимися дошкольниками**, взаимодействует со специалистами;

- психологическое обоснование рекомендованных мероприяти

**Адаптация ребёнка к детскому учреждению**.

**Рекомендации родителям**

1. Создайте **условия** для спокойного отдыха ребёнка дома. В это время не стоит водить его в гости в шумные компании, а также принимать у себя слишком много друзей.

2. В присутствии ребёнка всегда отзывайтесь положительно о воспитателях и о саде. Даже в том случае, если вам что-то не понравилось.

3. В выходные дни не меняйте режим дня ребёнка.

4. **Постарайтесь**, чтобы ребенка окружала спокойная и бесконфликтная атмосфера. Чаще обнимайте, гладьте по голове, говорите ласковые слова. Сейчас ему нужна ваша поддержка!

6. Будьте терпимее к капризам. Они возникают из-за перегрузки нервной системы. Обнимите ребёнка, помоги ему успокоится и переключите на другую деятельность. Не ругайте его за то, что он плачет и не хочет идти в садик.

7. Дайте в сад небольшую игрушку (лучше мягкую; также это может быть любой безопасный предмет, принадлежащий маме, и т. д.). Прижимая к себе что – то мягкое, которое является частичкой дома, ребёнок гораздо быстрее успокоится.

8. Призовите на помощь сказку или игру. Вы можете придумать свою сказку о том, как маленький мишка впервые пошел в садик, и как ему сначала было неуютно и немного страшно, и как потом он подружился с детьми и воспитателями. Эту сказку вы можете *«проиграть»* с игрушками. И в сказке, и в игре ключевым моментом является возвращение мамы за ребёнком, поэтому ни в коем случае не прерывайте повествования, пока не настанет этот момент. Собственно, всё это и затевается, чтобы ребенок понял: мама обязательно за ним вернётся!

9. Организуйте утро так, чтобы день и у Вас, и у малыша прошел спокойно. Больше всего родитель и ребёнок расстраиваются при расставании. Главное правило таково: спокойна мама – спокоен малыш. Он *«считывает»* Вашу неуверенность и ещё больше расстраивается.

10. Дома и в **детском** саду говорите с ребенком спокойно, уверенно. Проявляйте доброжелательную настойчивость при пробуждении, одевании, а в **детском саду – раздевании**. Разговаривайте с ребёнком не слишком громким, но уверенным голосом, озвучивая всё, что вы делаете. Иногда хорошим помощником при пробуждении и сборах является та самая игрушка, которую ребёнок берёт с собой в садик.

11. Пусть ребёнка в **детский** сад отводит тот родитель или родственник (по возможности, с которым ему легче расстаться. Воспитатели давно заметили, что с одним из родителей ребёнок расстаётся относительно спокойно, а другого никак не может отпустить от себя, продолжая переживать после его ухода.

12. Обязательно говорите, что вы придёте, и обозначьте когда (после прогулки, или после обеда, или после того, как он поспит и покушает). Ребенку легче знать, что за ним придут после какого – то события, чем ждать каждую минуту. Не задерживайтесь, выполняйте свои обещания! Нельзя обманывать ребёнка, говоря, что вы придёте очень скоро, даже если ему, например, предстоит оставаться в **детском саду полдня**.

13. Придумайте свой ритуал прощания. Например, поцеловать, помахать рукой, сказать *«пока!»*. После этого сразу уходите: уверенно и не оборачиваясь. Чем дольше вы топчитесь в нерешительности, тем сильнее ребёнок переживает.

**Адаптация ребёнка к детскому саду**

**Рекомендации воспитателям**

Установление индивидуального режима для каждого вновь поступившего ребенка:

- дозировать пребывание ребенка в группе сверстников;

- сохранить все привычки ребенка на период **адаптации**;

- предоставлять свободу ребенку в выборе дистанции и позиции общения, игр и занятий (причиной запрета могут стать только опасные для жизни и здоровья игры и предметы);

- использовать прием подкрепления и интерпретации спонтанных действий ребенка и желание дать ответ в любой доступной форме;

- предоставлять ему свободное нерегламентированное поведение в группе;

- обеспечить игровую деятельность педагога с другими детьми рядом с новым ребенком;

- подключать **детей** группы к эмоциональной поддержке новичков;

- установить эмоциональный, в том числе эмоционально-тактильный, контакт с ребенком с помощью определенных игр;

- организовывать такие ситуации, где действия ребенка будут успешны, хвалить его за то, что он включился в игру, хвалить даже тогда, когда у него ничего не получается;

- использовать подвижные игры, сказко- и музыкотерапию (включать для прослушивания и фона классические произведения: Ф. Шуберта *«Король гномов»*, Ф Шопена *«Пятый ноктюрн»*, Э. Грига *«Утро»* и т. д.); смехотерапию (побольше шутить, проводить игры-забавы, организовать просмотр мультфильмов и т. д.).