

**«Психологическое обеспечение
адаптационного периода ребенка в ДОУ»**

**Педагог-психолог: Постникова Е.И.
первая квалификационная категория**

«Психологическое обеспечение адаптационного периода ребенка в дошкольном образовательном учреждении»

Цель работы психолога в решении данного вопроса - помощь в построении взаимоотношений между детьми, родителями и персоналом детского сада.

Важно построить отношения, которые создают чувство комфорта, уверенности, взаимопомощи, способности решать проблемы по мере их возникновения:

Психолог помогает в построении взаимоотношений через решение четырёх задач:

1. - прогноз вероятной степени адаптации ребенка;
- 2 - разработка схемы введения ребенка в группу детского сада;
3. - консультирование родителей;
4. - консультирование персонала

При поступлении в детский сад все дети проходят через адаптационный период.

Адаптация - это сложный процесс приспособления организма к новым жизненным условиям, который происходит на разных уровнях: физиологическом, социальном, психологическом.

Для любого ребенка поступление в детский сад является трудным шагом, жизнь и взрослых и детей значительно меняется.

Потребуется какое-то время для того, чтобы семья приспособилась к новым жизненным обстоятельствам.

Обычно время приспособления условно разделяют на три периода: острый, подострый и компенсационный. Самые серьезные трудности ожидают семью в острый период, для всех семей острый период адаптации - индивидуален.

Врачи и психологи различают три степени адаптации: легкую, среднюю и тяжелую.

При легкой адаптации поведение ребенка нормализуется в течение месяца- Аппетит достигает обычного уровня уже к концу первой недели, сон налаживается через 1-2 недели. Острые заболевания не возникают. У ребенка преобладает устойчиво-спокойное эмоциональное состояние, он активно контактирует со взрослыми и детьми.

Во время адаптации средней тяжести сон и аппетит восстанавливаются через 20-40 дней, в течение месяца, настроение может быть неустойчивым. Эмоциональное состояние ребенка нестабильно. Но при поддержке взрослого ребенок проявляет познавательную активность.

Тяжелая адаптация - более 3-х месяцев. Длительные и тяжелые заболевания, преобладают агрессивно-разрушительные реакции. Активное эмоциональное состояние (плач, негодующий крик), либо тихий плач, пассивное подчинение, подавленность.

Чтобы объективнее судить об уровне адаптации был создан эмоциональный профиль или портрет ребенка, впервые поступившего в детский сад Так что же это за портрет?

1. Отрицательные эмоции.

Проявление различны: от еле уловимых до депрессии.

Довольно часто дети свои отрицательные эмоции выражают палитрой плача: от хныканья до постоянного.

Бывают: приступообразный плач, плач «за компанию», обычно дольше всех их отрицательных эмоций держится «хныканье»

2. Страх.

Малыш, впервые придя в детский коллектив, во всем видит скрытую угрозу, боится неизвестной обстановки, детей, новых воспитателей, а главное, того, что родители о нем забудут, уйдя на работу.

3. Гнев.

На фоне стресса у ребенка вспыхивает гнев, который прорывается наружу.

4. Положительные эмоции.

Обычно, в первые дни адаптации они не проявляются совсем или выражены в те моменты, когда малыш видит что-то новой, интересное.

5. Социальные контакты

В первые дни нахождения в детском саду дети замкнуты и нелюдимы. Как только ребенок сумеет наладить контакты, общение со взрослыми и детьми, все сдвиги адаптационного периода пойдут на убыль.

6. Познавательная деятельность.

Как и положительные эмоции, познавательная деятельность в этот период снижается и угасает.

Малыш не интересуется игрушками, занятиями.

Познавательная деятельность заторможена.

7. Социальные навыки.

Малыш изменяется настолько, что может «растерять» все навыки самообслуживания.

Его приходится кормить, умывать, одевать и т.д.

8. Особенности речи.

У некоторых детей на фоне стресса меняется и речь, не прогрессируя, а в сторону регресса.

9. Двигательная активность.

Довольно редко остается в пределах нормы. Ребенок или сильно заторможен или гиперактивен.

10. Сон

Вначале сон отсутствует совсем и в тихий час малыш напоминает «Ваньку - встаньку».

11. Аппетит.

Чем менее благоприятно адаптируется ребенок, тем хуже его аппетит. На фоне стресса ребенок может похудеть, но адаптировавшись он легко и быстро восстанавливает свой вес.

Предпосылками неблагоприятной адаптации могут быть анамнестические факторы риска:

1. До родов (антенатальные факторы)

Токсикозы 1 и 2 половины беременности.

Инфекционные заболевания матери в период беременности.

Обострение хронических заболеваний матери в период беременности.

Прием лекарственных препаратов матерью.

Стрессовые ситуации (конфликты на работе, в семье, горестные переживания.)

Профессиональные вредности. Употребление алкоголя, курение.

2. Во время родов (интранатальные факторы)

Осложнения в родах.

Наличие асфиксии разной степени тяжести. Родовая травма Хирургическое вмешательство.

Несовместимость по резус-фактору у матери и ребенка.

3. После родов (постнатальные факторы)

Недоношенность или перекошенность ребенка.

Крупная масса теш (более 4 кг.) Заболеваемость на 1-ом месяце.

Частые заболевания ОРВИ.

А также большое значение имеет стиль воспитания в семье.

Стиль воспитания	Особенности ребенка	Трудности, с которыми сталкивается ребенок
<p><u>«Кумир семьи»</u> Родители восхищаются, умиляются, «слепо любят», слово ребенка - закон</p>	<p>Опережает сверстников в запросах, но отстает в элементарных навыках: одеться и т. д.</p>	<p>Капризы, отставание от сверстников в умениях справляться с элементарными вещами.</p>
<p><u>«Гиперопека»</u> Взрослые продумывают жизнь ребенка до мелочей, осуществляя постоянный сверх контроль. Готовят из него «вундеркинда».</p>	<p>Несамостоятелен, безволен, загружен сверх меры</p>	<p>Не уверен в себе, может бояться детей.</p>
<p><u>«Гипоопека»</u> <u>«Безнадзорность»</u> Родители почти не обращают внимания на ребенка</p>	<p>Ощущает себя ненужным, неполноценным</p>	<p>В д/саду чувствует себя хорошо, но, переняв родительский стиль поведения, может быть агрессивен, либо излишне прилипчив.</p>

«Ежовые рукавицы» Агрессивное поведение, направленное на ребенка	Всеми поступками ребенка управляет страх. Ребенок ожесточается.	Агрессивное поведение, особенно по отношению к более слабым.
Воспитание по типу «КУЛЬТ болезней» Родители чрезмерно обеспокоены по поводу реальных и мнимых заболеваний. Потворствует всем желаниям ребенка.	Маленький тиран. Озабочен здоровьем.	Трудности в общении, возможны капризы.
Воспитание по типу «Кронпринца» Родители делают карьеру, а недостаток своих чувств компенсируют подарками.	Часто тоскует о родительской любви, завидует другим детям.	Могут быть чрезмерно прилипчивы ко взрослым, боязливы.

Большинство детских психологов сходятся во мнении, что процесс адаптации во многом зависит от типа восприятия и темперамента.

Каждый ребенок с первых дней жизни обладает индивидуальным природным темпераментом, который невозможно изменить.

Врожденный темперамент человека виден во всем: в скорости его мышления, темпе речи, подвижности и т.д.

Как известно, существует четыре наиболее распространенных типа темперамента: меланхолик, флегматик, холерик, сангвиник.

Ребенок - меланхолик

Это замкнутый нерешительный и медлительный ребенок. Он редко выражает приятные эмоции, не любит никаких нововведений.

Изменение распорядка дня, новой еды он воспринимает настороженно.

Он комфортно чувствует себя дома, в окружении взрослых.

Проблема: По утрам он будет устраивать настоящие концерты, протестовать против похода в детский сад.

Тактика поведения: Нельзя приказывать и силой вести его в садик. С ним надо обсуждать предстоящие события, рассказывать, как интересно ходить в детский сад и т. д.

Ребенок - флегматик

С таким ребенком родители обычно не знают проблем. Он много спит, играет один, всегда сдержанный и рассудительный.

Возможные проблемы: адаптируясь к д/саду, он погружается в себя, избегает общения со сверстниками, не идет на контакт с воспитателем.

Тактика поведения: ему необходимо присутствие рядом чего-то родного и знакомого. Принесите в садик частичку дома: пижаму, любимую игрушку.

Ребенок - холерик

Он легко возбуждается и долго не может успокоиться, предпочитает шумные игры, баловство и постоянно нуждается в зрителях. Провоцирует конфликтные ситуации со сверстниками и воспитателями.

Проблемы: адаптируясь к детскому саду, холерик будет проявлять еще большую активность и задористость - таким образом, он пытается снять нервное возбуждение и привыкнуть к разлуке с мамой.

Тактика поведения: не ругайте ребенка за задиристость и драчливость. Он и сам понимает, что ведет себя неправильно, но ничего не может с собой поделать. Задача родителей и воспитателей - направить его бьющую через край энергию в мирное русло.

Ребенок - сангвиник

Это самый "подходящий» для детского сада темперамент. Он невероятно любопытен и постоянно нуждается в новых впечатлениях. Ребенок проявляет огромный интерес ко всему, что его окружает. Он прекрасно сходится со сверстниками. Не злопамятный - он быстро прощает и забывает обиду. Прирожденные лидеры и заводилы.

Проблемы: первое время сангвиник будет с радостью идти в детский сад. Но он быстро устает от однообразия.

Тактика поведения: максимально загружайте разнообразными занятиями: лепкой, рисованием, танцами и т.д. И он с удовольствием будет ходить в детский сад, если ему там интересно.

В зависимости от того, как ребенок получает новые знания и усваивает информацию, выделяют четыре типа: зритель, слушатель, оратор и деятель.

Ребенок — зритель

Его основной канал восприятия - зрение. Он с удовольствием рассматривает книжки, картинки, любит смотреть телевизор. Зритель не боится новых лиц, но при этом не идет на контакт с незнакомыми людьми.

Проблемы: Зритель пугается, когда внимание окружающих приковано к нему. От будет с любопытством заглядывать в группу. Но при этом боится широко открыть дверь и зайти туда.

Тактика поведения: не смущать ребенка своими вопросами и не привлекать к нему внимания других детей. Ему нужно время привыкнуть к новым лицам и внимательно рассмотреть все вокруг.

Ребенок - слушатель

Он усваивает информацию посредством слушания. Отдает предпочтение музыкальным игрушкам, любит слушать сказки и песенки.

Проблемы: слушателю необходимо, чтобы с ним постоянно разговаривали и объясняли ему все происходящее вокруг. При этом он стесняется приставать к незнакомым людям с вопросами и тихо ждет, пока его заметят.

Тактика поведения: научите малыша слушать не только взрослых, но и детей. Спрашивайте, что говорили другие дети.

Ребенок - оратор

Оратор познает мир через общение. Этот ребенок постоянно что-то говорит. Как истинному оратору, ему нужны слушатели, которых он обязательно найдет.

Проблемы: оратору тяжело молчать, а в садике ему первое время не с кем поговорить.

Тактика поведения: каждый вечер спрашивайте у оратора, чем он занимался в садике. Не перебивайте его, ему необходимо выплеснуть накопившийся словесный поток

Ребенок - деятель

Он все время занят делом, ребенок не может спокойно сидеть и наблюдать за чем-то, он много двигается и жестикулирует.

Проблемы: деятель обычно с удовольствием идет в детский сад, а спустя некоторое время его азарт может исчезнуть.

Тактика поведения: деятелям требуется спокойное окружение и возможность движения. Ему нужно регулярно давать «ответственные» поручения.

Проблемой адаптации мы начинаем заниматься за 3-4 месяца до того, как ребенка приведут в детский сад. Психологическое обеспечение адаптационного периода ребенка в детском саду включает в себя несколько этапов.

I этап:

Проведение семинаров для педагогов по данной проблеме.

«Динамика адаптации»; Личностно-ориентированное взаимодействие педагога с детьми» и т.д. в период адаптации.

Как правило, к концу учебного года, новая группа полностью набрана, но дети приходят только с началом нового учебного года

В мае-июне проводится родительское собрание по теме: «Ребенок поступает в детский сад». На этом собрании присутствуют заведующая д/с, врач, психолог, координатор по работе с семьей, логопед, воспитатели, которые будут работать с этими детьми

Психолог рассказывает об адаптации (см. родительское собрание «Ребенок поступает в детский сад»). Отвечает на возникающие у родителей вопросы.

Воспитатели готовят памятки для родителей: «Основные показатели развития ребенка раннего возраста», которые родители берут домой и сами сравнивают развитие своего ребенка с возрастными показателями.

После собрания родители получают приглашение прийти на консультацию и первичное обследование к специалистам: психологу, логопеду, врачу, координатору.

Составляется график посещения заранее. Каждый специалист решает важные для себя задачи.

Моя задача : Вовремя определить отклонения в развитии ребенка, оказать необходимую помощь в устранении данных отклонений. Познакомиться с родителями. На основании сделать прогноз вероятной степени адаптации.

Встреча с психологом может занять от 1 до 1,5 часов, о чем родители предупреждаются заранее.

Встречу провожу в кабинете, где есть удобное место для родителей и игровая зона для ребенка. За время встречи провожу не только диагностику, но и первую консультацию семьи. Я использую методику Стребелевой, которая включает в себя 10 заданий. (Подробно о целях. Показать протокол обследования)

Пока я играю с ребенком (т.к. обследую), родители заполняют анкету «Готов ли ребенок к поступлению в ДОУ». Анкеты могут быть самыми разными (показать) вплоть до сочинения на тему: «Мой ребенок, его индивидуальные особенности» (показать). Беседуем о темпераменте ребенка (показать форму).

II этап:

Анализ результатов анкетирования, диагностики, наблюдения. На основании анализа психолог (совместно с врачом, координатором, заведующей, логопедом) делают прогноз адаптации ребенка к новым условиям и определяют проблемы, которые могут возникнуть.

При необходимости и по запросам родителей психолог проводит индивидуальные консультации. Вопросы бывают самые разные. Например: «Результаты обследования», «Левша или правша», «Что делать, если ребенок не хочет засыпать один» и т.д.

Семьи новых воспитанников имеют возможность, если не сделали этого раньше, побывать в группе, ближе познакомиться с педагогами. Воспитатели показывают группу, дают возможность ребенку поиграть.

Каждый год мы сталкиваемся с разными детьми. Исходя из практики, мы выработали основные тенденции: в группу приходит не более 1-2 новых детей в день, не более 1 ребенка с тяжелой адаптацией в неделю. Желательно не назначать приход новых детей на понедельник, особенно детей с прогнозом тяжелой адаптацией.

Введение в группу практически всех детей в течение 2-х месяцев становится возможным за счет большой предварительной работы как сотрудников д/сада, так и семьи.

Во время адаптации воспитатели ведут «Лист адаптации» (показать).

Врач и психолог анализируют результаты адаптации и подводят итог: сколько детей с легкой адаптацией, средней или тяжелой (показать лист).

С этого года я планирую ввести еще одну форму учета уровня адаптированности ребенка к дошкольному учреждению (показать форму).

III этап:

Реализация профилактических и коррекционных мер для оптимизации процесса адаптации. Это индивидуальная работа с детьми и родителями детей, у которых наблюдается тяжелая степень адаптации или возникают какие-либо проблемы, а также работа с воспитателями.

Есть очень хорошее пособие для работы с детьми в период адаптации (показать).

АС. Роньжина «Занятие психолога с детьми 2-4 лет в период адаптации к дошкольному учреждению».

Наша практика показывает, что большое количество проблем, связанных с адаптацией, снимается установлением с родителями отношений сотрудничества.

В работе можно использовать следующую литературу (показать).

«Журнал наблюдения за ребенком от 1 года до 3 лет».

ЛИТЕРАТУРА

1. Авдеева Н.Н. Привязанность ребенка к матери образ себя в раннем возрасте // Вопросы психологии. 1997 № 4, стр. 24-26.
2. Балл Г.А. Понятие адаптации и его значение для психологии личности // Вопросы психологии. 1989. № 1 стр.12-15.
3. Баркан А.И. Его Величество Ребенок какой он есть.- М.: АО «Столетие». 1996. 368 с.
4. Белкина Л.В. Адаптация детей раннего возраста к условиям ДООУ. Практическое пособие. Воронеж: «Учитель». 2004.- 236 с.
5. Граббет Р. Игры для малышей от 2 до 6 лет — М.:РОСМЭН — 1999
6. Громовой О.Е. Зайка идет в садик. - Дмитров: ИД «Карапуз». 2005. - 20 с.
7. Захаров А.И. Как предупредить отклонения в поведении ребенка. Кн. для воспитателей дет. сада и родителей. - 2-е изд. доп. - М.: Просвещение, 1993 — 192 с.
8. Макшанцева Л.В. Программа психодиагностики, профилактики и преодоления дезадаптации младших к детскому саду. //Психолог в детском саду. 2004. - № 1.
9. Мещерякова С.Ю. Поведение ребенка в незнакомой обстановке. В сб.: Общение и его влияние на развитие психики дошкольника. /Под ред. М.И.Лисиной. - М.: 1974.
10. Печора К. Адаптация ребенка к дошкольному учреждению. Ребенок в детском саду. 2001 - № 4, стр.80-83.
11. Р Калинина. Ребенок пошел в детский сад. К проблеме адаптации детей к условиям жизни в дошкольном учреждении. Дошкольное воспитание. 1998. № 4. с.2-9.
12. Роньжина А.С. Занятия психолога с детьми 2-4 лет в период адаптации к дошкольному учреждению. - М.: Книголюб. 2003. - 72 с.
13. Севостьянова Е.О. Дружная семейка: Программа адаптации детей к ДООУ. - М. - ТЦ Сфера. 2005. - 128 с. (Ранний возраст).
14. Словарь основных психолого-педагогических понятий. - Ярославль.: Изд-во ЯГПУ им. К.Д.Ушинского. 1998.- 45 с.
15. Социальная адаптация детей в дошкольных учреждениях // Под ред. Р.В.Тонковой-Ямпольской, Е.Шмидт-Кольмер, А.А.Атанасовой-Буковой. М.: 1980.
16. Тарасова Г.В. Ребенок от года до трех. - М: Медицина. 1985. - 128 с.
17. Ширяева И. Адаптация ребенка к дошкольному учреждению. Ребенок в детском саду. 2001, № 4. стр.83-88.