**Работа педагога-психолога**

**по адаптации к детскому саду детей младших групп**

При поступлении в детский сад все дети переживают адаптационный стресс. Адаптивные возможности ребенка ограничены, поэтому резкий переход

* новую социальную среду, пребывание в стрессовом состоянии длительное время может привести к эмоциональным нарушениям или замедлению темпа психофизического развития. Поэтому необходимо помочь детям преодолеть стресс поступления и успешно адаптироваться в детском саду.

Адаптация ребенка к новым для него условиям среды - тяжелый и болезненный процесс. Процесс, сопровождающийся рядом негативных сдвигов

* детском организме, затрагивающий все его уровни, и, возможно, приводящий к стрессу.

Что же провоцирует в подобной ситуации стресс у ребенка?

* + огромной степени - отрыв от матери, внезапное прекращение поступления необходимого ему для жизни витамина "М". Чтобы в этой новой обстановке продержаться, ребенку необходимо здесь вести себя не так, как дома. Но он не знает этой новой формы поведения и от того страдает, боясь, что что-то сделает не так. А страх поддерживает стресс, и образуется порочный круг, который все-таки в отличие от всех других кругов имеет точное начало - отрыв от матери, разлука с матерью, сомнения в ее любви.

Разлука - страх - стресс - срыв адаптации - болезнь. Но все это обычно свойственно ребенку с тяжелой или неблагоприятной адаптацией к детском саду. При этом типе адаптации процесс, как правило, затягивается на длительное время, и ребенок приспосабливается к организованному коллективу месяцами, а иногда не может приспособиться совсем.

Полярным типом для тяжелой адаптации, является тип легкой адаптации ребенка, когда малыш адаптируется к новой обстановке обычно несколько недель, чаще всего - полмесяца. С таким ребенком почти нет хлопот, и изменения, которые видны вам в его поведении, обычно кратковременны и незначительны, поэтому ребенок не болеет.

Помимо двух полярных типов адаптации, имеется еще и промежуточный вариант - адаптация средней тяжести. При этом типе адаптации ребенок в среднем адаптируется к новому организованному коллективу больше месяца и иногда во время адаптации заболевает.

Педагог-психолог, сопровождая детей в период их адаптации к ДОУ придерживается следующих целей:

 исследование процесса адаптации детей младшего дошкольного возраста к условиям дошкольного учреждения;

 помощь детям в период адаптации к условиям дошкольного образовательного учреждения.

Основные задачи:

• определение психолого-педагогических условий, при которых успешно проходит процесс адаптации к ДОУ;

•проведение диагностического исследования адаптации детей

раннего возраста к условиям детского сада;

* разработка методических рекомендаций для воспитателей и

родителей;

* преодоление стрессовых состояний у детей раннего возраста в период адаптации к детскому саду;
* обучение воспитателей методам проведения групповых занятий в адаптационный период;
* формирование активной позиции родителей по отношению к процессу адаптации детей раннего возраста к дошкольному учреждению.

**Алгоритм работы педагога-психолога**

**в период адаптации детей к ДОУ**

Работа психолога ведётся со всеми участниками образовательного процесса. Это администрация ДОУ, воспитатели, дети и их родители.

**Работа с администрацией ДОУ**

Начинается работа с администрацией ДОУ с обсуждения вопроса о том, как будет осуществляться приём детей в детский сад. Здесь важно обсудить следующие вопросы:

1. Какое количество новых детей будет приходить в группу?
2. В какие дни недели будет осуществляться приём в детский сад? (лучше всего это делать со вторника по четверг).

Также на этом этапе педагог-психолог может подготовить следующие документы, которые предлагаем родителям заполнить на этапе оформления документов при приёме в детский сад. Это могут быть:

Согласие на психологическое сопровождение и проведение психологической диагностики.

Родительская анкета, анкета "Готов ли Ваш ребенок к поступлению в дошкольное образовательное учреждение". Данные анкеты помогут в организации работы с ребёнком во время адаптации.

**Работа с воспитателями адаптационных групп** В работе с воспитателями важно:

 помочь педагогам настроиться психологически к работе по адаптации детей раннего возраста к дошкольному учреждению;

 дать общие рекомендации по ведению документации. Лист адаптации предназначен для фиксации важных параметров поведения ребенка в дошкольном заведении, а также состояние здоровья.

Возникает вопрос, если ребенок приходит в детский сад на 1-2 часа, то мы не можем знать, как ребенок ложился спать, как он ходил в туалет в дни адаптации. Воспитатель, может получить эти данные из беседы с родителями.

Окончанием адаптации считается тот момент, когда ребенок полностью привыкает к детскому саду и набирает все максимальные показатели по критериям листа адаптации. Это может случиться и на 15 день, и на 128 день. По окончании адаптации лист далее не заполняется и передается педагогу-психологу, который прилагает его к карте нервно-психического развития ребенка. Ведение воспитателем адаптационного листа позволяет отследить

особенности привыкания малыша к ДОУ и наметить ряд профилактических и при необходимости, коррекционных мероприятий для облегчения адаптационного синдрома.

* + - организовать психологическую поддержку в период адаптации. Это могут быть индивидуальные консультации. До прихода ребенка в детский сад педагог-психолог передает воспитателям всю информацию о ребенке, которая была получена из беседы с родителями или анкеты. Это помогает построить работу с вновь пришедшим воспитанником на основе учета личностных особенностей, его опыта и привычек.
    - подготовить картотеку рекомендуемых игр с детьми в адаптационный период. Обратить внимание педагогов на то что, затормаживают отрицательные эмоции монотонные движения руками или сжимание кистей рук, поэтому для детей готовятся такие игры, как нанизывание шариков на шнур, резиновые игрушки-пищалки, крупные детали конструктора «Лего» и др.
    - оказывать помощь педагогам в режимных моментах. Особенно сложным бывают сборы на прогулку и возвращение с неё.

**Работа с родителями**

От того как будут проявлять себя родители зависит на сколько быстро адаптируется ребёнок к детскому саду. Чтобы избежать осложнений и обеспечить оптимальное течение адаптации, необходим постепенный переход ребенка из семьи в дошкольное учреждение. И это нужно объяснить родителям до их прихода в детский сад. Это возможно сделать на этапе подготовки к поступлению в ДОУ во время консультации или университета для родителей, в рамках работы консультационного центра с родителями будущих воспитанников. Необходимо обратить внимание родителей на режим дня, питание, отказ от сосок, бутылок, грудного вскармливания.

* + качестве форм работы с родителями можно использовать:

1. Стендовую информацию, папку-передвижку с практическими рекомендациями для родителей, чьи дети впервые поступают в детский сад;
2. Информационные листы, памятки, буклеты с кратким материалом «Адаптация. Что это такое?» и «Рекомендации по подготовке ребенка к детскому саду», которые родители могут взять с собой;
3. Психологические встречи.
4. Выступления на родительских собраниях.
5. Анкетирование.

*Психологические встречи*

Психологические встречи — это встреча группы родителей с психологом ДОУ, где обсуждается вопрос адаптации детей к детскому саду. Такие встречи оптимально проводить один раз в неделю. По времени подойдёт первая половина дня, когда дети находятся в группе с воспитателем.

Участие в психологических встречах позволяет родителям:

* отреагировать актуальные эмоции, чувства;
* снять напряжение;
* поделиться своим опытом (если такой был с первым ребёнком) и узнать об опыте других родителей.

Всё это позволит родителям более спокойно отнестись к адаптации, а как известно если спокойна мама, то и ребёнок спокоен.

**Работа с детьми в период адаптации**

Для успешной адаптации ребенка к условиям дошкольного учреждения взрослым необходимо сформировать у ребенка положительную установку на детский сад, позитивное отношение к нему. Это зависит от профессионального мастерства воспитателей, атмосферы тепла, доброты, внимания.

На процесс адаптации ребенка влияют достигнутый уровень психического и физического развития, состояние здоровья, степень

закаленности, сформированность навыков самообслуживания, коммуникативного общения со взрослыми и сверстниками, личностные особенности самого малыша, а также уровень тревожности и личностные особенности родителей.

В данной работе выделяются следующие направления:

• подготовка детей к поступлению в ДОУ и прогнозирование адаптации к нему;

•организация жизнедеятельности детей в период адаптации;

• контроль состояния здоровья детей в период адаптации и коррекция возникающих нарушений.

Психологическая готовность ребенка к ДОУ - это один из важнейших итогов психического развития в период дошкольного детства.

Трудности адаптации возникают в тех случаях, когда ребенок встречает непонимание, его пытаются вовлечь в общение, содержание которого не отвечает его интересам, желаниям. Ребенок должен быть готов к тому уровню общения, который задает атмосфера детского сада. Невыполнение основных педагогических правил при воспитании детей приводит к нарушениям

интеллектуального, физического развития ребенка, возникновению отрицательных форм поведения.

Среди форм работы педагога-психолога с детьми можно выделить:

1. наблюдение за адаптационным процессом;
2. организация игровых ситуаций в течение недели. Желательно, чтобы эта форма работы не сводилась к единоразовому посещению детей. Необходимо ежедневно будет заходить в группу к детям в период адаптации. Так дети быстрее привыкнут к нему и не успеют забыть;
3. индивидуальная работа с детьми. Данная форма работы может проводиться, как в кабинете психолога (если ребёнок согласен пойти), так и в групповом помещении. В индивидуальной помощи нуждаются дети, которые подолгу не могут успокоиться. Тогда задача психолога переключить внимание ребёнка на любой вид деятельности. Здесь важно создать интерес и передать его своими эмоциями;
4. контроль за НПР, заполнение карт нервно-психического развития - это следующая форма работы;

При помощи Методики определения нервно-психического развития детей раннего возраста, разработанной Н. М. Аксариной, К. Л. Печорой, Г. В. Пантюхиной. Эта методика позволяет - своевременно выявить отклонения в развитии и поведении ребенка для организации необходимой коррекции. Диагностика предполагает эмоционально-деловое общение взрослого с ребенком, проходящее в непринужденной ситуации. Одномоментно проверяется развитие ребенка не более чем по 2-3 показателям. Поведение ребенка, состояние возбудимости нервной системы, выносливость, подвижность, уравновешенность, контактность и другие индивидуальные особенности могут быть определены путем наблюдения за ним.

1. Фронтальные занятия;

Коррекционно-развивающие занятия, направленные на решение проблем, возникших в начальном периоде адаптации детей к условиям дошкольного образовательного учреждения.

* период адаптации можно пользоваться следующими программами: Е.Е.Хомякова «Комплексные развивающие занятия с детьми раннего возраста»; И.В. Ковалева «Профилактика агрессивного поведения у детей раннего возраста»; А.С. Роньжина «Занятия с детьми 2-4х лет в период адаптации к дошкольному учреждению»; Н.В.Кирюхина «Организация и содержание работы по адаптации детей в ДОУ»; О.А. Терехина, В.С. Богословская «Здравствуй, детский сад».

Игры в период адаптации должны быть фронтальными, чтобы не один ребенок не чувствовал себя обделенным вниманием, игры не должны быть слишком длительными. Всегда инициатором игры выступает взрослый.

По истечении периода адаптации на педагогическом совещании анализируется степень адаптации детей на основании данных полученных из

листа адаптации, обсуждаются результаты проделанной работы, положительные моменты, анализируются итоги, корректируются планы организации адаптации и намечается дальнейшая работа.