

## **ОРГАНИЗАЦИЯ АДАПТАЦИОННОГО ПРОЦЕССА У ДЕТЕЙ РАННЕГО ВОЗРАСТА К ДОШКОЛЬНОМУ УЧРЕЖДЕНИЮ (ИЗ ОПЫТА РАБОТЫ ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА)**



**Есипова Елена Геннадьевна,**  
*педагог-психолог*  
*ГУО «Ясли-сад № 15 г. Полоцка»*

### **ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ РЕБЕНКА В АДАПТАЦИОННОМ ПРОЦЕССЕ**

*В статье представлен опыт работы педагога-психолога ГУО «Ясли-сад № 15 г. Полоцка» по организации адаптационного процесса у детей раннего возраста к дошкольному учреждению.*

**Введение.** Приход в детский сад – очень важный этап в жизни ребенка. С данным этапом связано изменение социальной ситуации развития ребенка: из семьи ребенок попадает в группу сверстников, где его дальнейшее развитие осуществляется под руководством воспитателя. Далеко не все дети готовы к данному событию. Детям присущи повышенная эмоциональность, впечатлительность, внушаемость. Исследования К.Л. Печоры показали, что только 18,2% детей готовы к посещению дошкольного учреждения, 6% – не готовы, 75,8% – условно готовы [1]. В связи с этим процесс адаптации к условиям дошкольного учреждения проходит не всегда благополучно и сопровождается плохим аппетитом, нарушением сна и болезнями детей.

Педагогу-психологу, работающему в дошкольном учреждении, приходится сталкиваться с проблемами адаптации, возникающими у вновь поступивших воспитанников. Чаще всего проблемы адаптации сопровождаются отрицательными эмоциями (от плача за компанию, хныканья до приступообразного, постоянного плача). В первые дни у детей наблюдалась сниженная степень социальных контактов. Дети были малообщительны, беспокойны, замкнуты, напряжены, познавательная и игровая деятель-

ность снижена, плохой аппетит, скудный словарный запас, идет употребление облегченных слов. Наибольшую опасность представляют состояния стрессовых реакций: страха, гнева, депрессии.

Поэтому одна из основных задач педагога-психолога дошкольного учреждения – помочь ребенку, облегчить и ускорить процесс адаптации. Для того чтобы выстроить алгоритм работы, необходимо учитывать особенности адаптационного процесса.

Адаптация – это процесс вхождения человека в новую для него среду и приспособления к ее условиям [2]. Различают 3 степени тяжести прохождения адаптационного периода детей к новым условиям жизни в дошкольном учреждении:

1. Легкая степень адаптации – 10–15 дней.
2. Адаптация средней тяжести – в течение месяца.
3. Тяжелая адаптация – длится от 2 до 6 месяцев [3].

Процесс перехода из семьи в дошкольное учреждение для ребенка труден. Малышу предстоит приспособиться к совершенно новым для него условиям. С приходом детей в детский сад их жизнь существенно меняется: отсутствие родителей и других близких, новое незнакомое по-

мещение, новый режим дня, новые требования к поведению, постоянный контакт со сверстниками, другой стиль общения.

Успешная адаптация ребенка во многом зависит от взаимных установок семьи и дошкольного учреждения. Если обе стороны осознают необходимость целенаправленного воздействия на ребенка и доверяют друг другу, то они будут складываться наиболее оптимально. Очень важно, чтобы родители были уверены в хорошем отношении педагогов к ребенку, чувствовали компетентность педагога в вопросах воспитания, но главное – ценили его личностные качества (доброту, заботливость, внимание к людям). Самые важные учителя для ребенка – родители. Родительский дом – это первая школа для ребенка. Семья оказывает огромное влияние на то, что ребенок будет считать самым важным в своей жизни, на формирование ценностей. Независимо от того, сколько бы человек не прожил, он периодически обращается к опыту из детства, к жизни в семье: чему его учили отец и мать.

Как показывает опыт работы ГУО «Ясли-сад № 15 г. Полоцка», в процессе подготовки ребенка к дошкольному учреждению родителям необходимо соблюдать определенные требования:

1. Для ребенка организовать общение со сверстниками.

2. В соответствии с возрастом обеспечить навыками самообслуживания.

3. Постепенно изменить режим дня, приближая к распорядку в дошкольном учреждении.

4. Разнообразить меню.

В процессе адаптации также необходимо выполнять ряд требований:

1. Соблюдать адаптационный индивидуальный план, намеченный воспитателем.

2. Оградить ребенка от негативных высказываний в адрес дошкольного учреждения.

3. В период адаптации не перегружать ребенка дополнительными мероприятиями.

Психолого-педагогическое сопровождение ребенка в адаптационном процессе включает взаимодействие всех участников образовательного процесса: воспитателей, психолога и родителей. Объединив свои усилия и обеспечив малышу защиту, эмоциональный комфорт и поддержку, создав интересную атмосферу и сделав содержательным пребывание в дошкольном учреждении и жизнь дома, возможно минимизировать проблемы адаптации.

**Основная часть.** Организация работы педагога-психолога в период адаптации детей раннего возраста к условиям дошкольного учреждения основана на том, чтобы данный период прошел более успешно. Исходя из этого работа педагога-психолога ГУО «Ясли-сад № 15 г. Полоцка» включает в себя:

– теоретический анализ литературы по проблеме исследования;

– наблюдение, диагностику;

– проведение коррекционно-развивающих занятий с детьми;

– выступления на родительских собраниях, консультирование родителей и педагогов.

Работа ведется по следующим направлениям:

– работа с детьми;

– взаимодействие с родителями;

– взаимодействие с педагогами.

*В работе с детьми используются следующие приемы:* пальчиковые игры, игры с движениями, музыкальные минутки, настольный театр.

*Взаимодействие с педагогами:*

– ведение листов адаптации (ежедневно);

– обсуждение процесса адаптации каждого ребенка, выбор дальнейшего поведения;

– помощь в установлении контакта с детьми;

– помощь в установлении контакта с родителями.

*Взаимодействие с родителями*

Важным условием успешной адаптации детей к дошкольному учреждению является взаимодействие педагогов и родителей. Также большое значение в процессе адаптации имеет повышение психолого-педагогической культуры родителей.

Основными направлениями организации работы с родителями воспитанников ГУО «Ясли-сад № 15 г. Полоцка» являются:

– проведение консультаций для родителей по вопросам развития, воспитания и обучения детей раннего возраста в период адаптации;

– оформление информационных стендов, распространение буклетов и памяток среди родителей: «Ваш ребенок идет в детский сад», «Учим детей быть самостоятельными», «Рекомендации, как облегчить адаптационный период своему ребенку»;

– выступления на родительских собраниях, проведение семинаров-тренингов, способствующих овладению способами взаимодействия с детьми, осознанию возможных проблем в системе «родители–дети»;

– просмотр фото- и видеоматериалов о том, как у детей проходит день в детском саду;

– родительский клуб «Наши дети – наше будущее».

В рамках родительского клуба «Наши дети – наше будущее», работающего в ГУО «Ясли-сад № 15 г. Полоцка», проводятся: психологические игры, семинары-тренинги, ролевое проигрывание проблемных задач семейного воспитания, круглые столы, дискуссии, тесты, обмен опытом семейного воспитания, моделирование способов родительского поведения. Например, одно из занятий – психологическая игра с родителями «Семья и детский сад».

**Цель:** содействовать проявлению искренней заинтересованности родителей в обеспечении гибкой адаптации детей к условиям дошкольного учреждения и их готовности к эмоциональной поддержке ребенка в этот период.

**Задачи:**

1. Познакомить родителей друг с другом.
2. Дать знания о проблеме и адаптации к условиям детского сада.
3. Выявить ожидания родителей, связанные с приходом ребенка в дошкольное учреждение.
4. Способствовать взаимному эмоциональному расположению между участниками.
5. Содействовать оптимизации детско-родительских отношений, развитию психологической культуры родителей.

**Участники:** родители вновь прибывших воспитанников групп раннего возраста.

**Оборудование:** бейджики, ватман, мяч, ручки, фломастеры, различные журналы, цветная бумага, клей, музыкальное сопровождение.

Ход занятия:

**1. Вступительное слово**

Здравствуйте уважаемые родители! Я очень рада вас видеть. На базе нашего учреждения организован родительский клуб «Наши дети – наше будущее». Я, педагог-психолог, являюсь руководителем данного клуба. Заседания клуба осуществляются один раз в квартал. Наша сегодняшняя встреча посвящена вопросу адаптации детей к условиям дошкольного учреждения. Речь пойдет о семье, о детском саде, а также о необходимости их совместного сотрудничества. Мы попытаемся найти методы и способы, чтобы помочь детям быстрее освоиться в детском саду, повысить их интерес и желание к познанию чего-то нового.

Вы, наверно, догадались, что занятие наше пройдет в необычной для вас форме – игровой.

**2. Правила тренинга**

Для того чтобы нам было легче общаться, давайте создадим правила группы:

1. *Не перебивать друг друга.*
2. *Доверительный, доброжелательный стиль общения.*
3. *Искренность в общении.*
4. *Общение по принципу «здесь и сейчас», говорим от 1-го лица.*
5. *Помним, что поведение человека и его личность – это не одно и то же. Не следует критиковать личность другого, так как каждый из нас индивидуален.*

6. *Стараемся видеть сильные стороны выступающего.*

**3. Упражнение «Знакомство»**

Каждый участник по очереди передает по кругу мяч, и тот, у кого он находится в руках:

1. Называет свое имя и имя своего ребенка.

Затем записывает свое имя на бейджике и прикрепляет к себе.

2. Помните ли вы себя в детском саду?

3. Ваше настроение сейчас.

**4. Упражнение «Мои ожидания»**

Каждый участник по очереди завершает предложение: «Я жду от сегодняшнего занятия...».

**5. Упражнение «Мои привычки и интересы»**

Все люди разные, но есть то, что нас объединяет и делает интересными друг для друга, – это привычки и интересы. Участникам предлагается выполнить задания, которые, по их мнению, отражают их собственные привычки и интересы:

1. Выходят в круг и жмут друг другу руки те, кто:

- а) любит сладкое;
- б) любит спать.

2. Выходят в круг и прыгают на одной ноге те, кто:

- а) любит рукоделие;
- б) любит работать на даче.

3. Выходят в круг и делают приседания те, кто:

- а) любит путешествовать;
- б) любит тратить деньги.

**6. Упражнение «Погружение в детство»**

*Звучит тихая, легкая музыка*

Сядьте поудобнее, ноги поставьте на пол так, чтобы они хорошо чувствовали опору, спиной обопритесь на спинку стула. Закройте глаза, прислушайтесь к своему дыханию: оно ровное и спокойное. Почувствуйте тяжесть в руках, в ногах. Поток времени уносит вас в детство – в то время, когда вы были маленькими. Представьте теплый весенний день, вам год-два. Вы идете по улице. Посмотрите, что на вас надето, какая обувь, какая одежда. Вам весело, вы идете по улице, а рядом с вами близкий человек, ваша любимая мамочка. Вы берете ее за руку и чувствуете ее тепло и надежность. Вы вместе идете по улице. Подходите к красивому зданию, где есть детские игровые площадки. Вам очень хочется поиграть вместе с другими детками в песочнице, поиграть с новыми игрушками. Вы видите, как здесь весело и интересно. И вы заходите в это красочное здание и подходите к комнате, откуда слышен детский смех. Ваш самый близкий и родной человек, ваша любимая и нежная мамочка открывает перед вами дверь, и вы видите красочную комнату, в которой находится множество различных игрушек и книг. Вам очень хочется туда войти и поиграть с детьми. Но что же произошло? Ваша любимая, добрая, самая нежная, такая родная мамочка вас даже не обняла и не поцеловала. И вы стоите, пугаясь от неизвестности, а что же дальше.

А сейчас пришло время вернуться обратно в эту комнату. Когда будете готовы, вы откроете глаза.

**Рефлексия**

1. Удалось ли окупиться в детство?
2. Почувствовали ли вы надежное плечо, сопровождающее вас в детстве?
3. Важна ли вам поддержка близкого человека?
4. Какие чувства вы испытывали, когда вы шли с близким человеком за руку?
5. Что вы почувствовали, когда вас не обняли и ничего не объяснив просто оставили в группе?

Идет обсуждение.

Каждый по очереди, передавая мяч, высказывается.

**7. Упражнение «Хорошее настроение»**

Представьте теперь другую историю. Вы работаете воспитателем. Вы проснулись в отличном настроении. Вы приходите на свою работу. Подготовили игрушки, книжки. Ведь сейчас к вам в группу придут малыши, которые хотят поиграть с новыми игрушками и узнать что-то новое. Вы подготовили интересное занятие для малышей, вам так хочется их заинтересовать. Вы приготовили им красочную книгу с интересными сказками, которые будете читать перед сном. И вот в окошко вы увидели, что малыши уже идут в группу. Вы подходите к двери и с радостью встречаете деток. Вы с ними играете. Как вдруг открывается дверь и папа одного вашего воспитанника начинает на вас кричать: «Вы вчера водили детей на улицу, и у Петеньки грязные штаны, он их вымазал. И мне пришлось его грязного отводить домой. Чтобы больше такого не было. Если такое повторится еще раз, я буду очень серьезно разговаривать с вашим руководством. Понятно вам?». Петин папа пошел домой. И вы после агрессивного разговора с папой Пети заходите в группу к деткам, которые хотят с вами радостной играть.

А сейчас пришло время вернуться обратно в эту комнату. Когда будете готовы, вы откроете глаза.

**Рефлексия**

1. Удалось ли представить себя в роли воспитателя?
2. Что вы почувствовали, когда Петин отец на вас ругался?
3. С каким настроением вы вошли в группу к детям?
4. Как продолжился ваш рабочий день?
5. С каким настроением вы пришли на работу на следующий день?

Идет обсуждение.

Каждый по очереди, передавая мяч, высказывается.

Все конфликтные ситуации можно обговорить и договориться мирным путем.

**8. Упражнение «Составление коллажа «Мой ребенок ходит в детский сад»»**

Участники делятся на две команды, каждый ребенок с помощью подручных средств (журналов, открыток, цветной бумаги, фломастеров, клея и пр.) выполняет коллаж на тему «Мой ребенок ходит в детский сад». Время выполнения задания 15–20 минут. После этого команды презентуют свои работы. Во время создания коллажа можно включить музыку.

**9. Рефлексия**

Идет обсуждение занятия.

**Заключение.** В процессе подготовки адаптационных мероприятий необходимо выбрать такие формы и методы взаимодействия с детьми, а также с родителями, которые бы смогли их заинтересовать и вызвать у них положительные эмоции.

Используя в практике данную систему организации работы педагога-психолога, адаптационный период у детей проходит легче и быстрее, а родители становятся более компетентными в вопросах адаптации.

Таким образом, систематическая работа в ГУО «Ясли-сад № 15 г. Полоцка» по взаимодействию с родителями в данном направлении дает положительные результаты: родители являются активными участниками встреч и помощниками воспитателя в вопросах развития детей; отмечен повышенный интерес к содержанию воспитательно-образовательного процесса, к участию в совместной творческой деятельности с детьми; создана атмосфера взаимопонимания и взаимоуважения.

**ЛИТЕРАТУРА**

1. Вахнина, Н. Первый день в детском саду / Н. Вахнина // Дошкольное воспитание. – 2012. – № 7. – С. 13–18.
2. Кощева, З.В. Первые шаги малыша в детском саду / З.В. Кощева. – Минск: Зорны Верасень, 2006. – 68 с.
3. Печора, Л.Н. Дети раннего возраста в дошкольных учреждениях / К.Л. Печора. – М.: Просвещение, 2006. – 214 с.