

Работа психолога с детьми в период адаптации к дошкольному учреждению В МБДОУ КГО «Детский сад №1 «Теремок» за 2022-2023гг.

(методические рекомендации)

Методические рекомендации разработаны на основе опыта работы с целью организации работы психолога с детьми в период адаптации к дошкольному учреждению. Данная работа содержит много полезной информации, которая объясняет особенности поведения детей дошкольного возраста в адаптационный период, представлены анкеты и карты наблюдений для диагностики уровня адаптации, а также комплексы занятий, состоящие из игр и тренингов, которые помогут облегчить детям период привыкания к ДО.

Методические рекомендации адресованы психологам и педагогам системы дошкольного образования, а также студентам педагогических вузов и колледжей.

Содержание

1. Информационная часть

- 1.1 Общая характеристика процесса адаптации
- 1.2 Особенности поведения ребенка в период адаптации к детскому саду
- 1.3 Психологическая подготовка ребенка к детскому саду

2. Диагностическая часть

- 2.1 Анкета для родителей
- 2.2 Карта наблюдений
- 2.3 Сравнительный анализ психоэмоционального состояния детей

3. Коррекционная работа

- 3.1 Игры в период адаптации
- 3.2 Занятия психолога с детьми 2-4 лет в период адаптации к дошкольному учреждению (автор А.С.Роньжина)
- 3.3 Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь.//Тренинговая программа адаптации детей 4-6 лет к условиям дошкольного учреждения (автор С.В.Крюкова, Н.П.Слободяник)

Список литературы

Пояснительная записка

Одной из важных проблем системы современного дошкольного образования является проблема создания условий для успешной адаптации детей к дошкольному образовательному учреждению.

Начало учебного года - трудная пора для детей раннего возраста, так как это период адаптации к новым для них условиям. Малыши тяжело переносят разлуку с мамой, приходят в отчаяние, оказавшись в незнакомой обстановке, в окружении чужих людей. Тяжело и родителям, которые видят неутешное горе своего всегда жизнерадостного малыша. Нелегко приходится и персоналу групп.

Роль психолога в данном случае заключается в оказании помощи детям, родителям и педагогам.

Данные методические рекомендации разработаны с целью организации работы с детьми в период адаптации. Состоят из трех частей: информационной, диагностической и коррекционной.

Информационная часть работы заключается в предоставлении информации родителям и педагогам о периоде адаптации детей к детскому саду, об особенностях данного периода, о необходимости подготовки ребенка к поступлению в детский сад. Информационный материал может быть использован в выступлениях на родительских собраниях, а также в качестве раздаточного материала для каждого родителя.

Диагностическая часть работы проводится с использованием анкет для родителей (характеристика родителями состояния своих детей преимущественно в семье) и карт наблюдений (оценка воспитателями состояния детей в период адаптации к условиям детского сада).

Родителям предлагается анкета, в которой они оценивают психоэмоциональное напряжение, состояние тревожности у ребенка преимущественно в домашних условиях.

«Карту наблюдений» предлагается заполнить воспитателям для оценки психоэмоционального состояния детей в начале периода адаптации и через месяц посещения ими детского сада.

Коррекционная работа проводится с использованием, как отдельных игр, так и систем занятий для разных возрастных групп. Предложенные занятия и игры позволяют ребенку легче адаптироваться в группе детей, создают безопасное пространство для общения, условия для самовыражения, объединяют всех детей совместной деятельностью, способствуют повышению уверенности в своих силах, появлению сплоченности.

Вся работа проводится в начале учебного года (сентябрь-октябрь), когда формируются новые группы или дети собираются вместе после летнего перерыва. При этом особое внимание следует уделить согласованности действий психолога, родителей и воспитателей, соблюдения общего подхода к ребенку в семье и детском саду. Здесь необходима работа по психологическому просвещению взрослых, в ходе которой воспитатели и родители получают знания о симптомах трудной адаптации, рекомендации по улучшению адаптации к общим условиям детского дошкольного учреждения каждого конкретного ребенка с его выраженной индивидуальностью.

Методические рекомендации адресованы психологам и педагогам дошкольных учреждений для работы с детьми в период адаптации к дошкольному учреждению.

1. Информационная часть

1.1 Общая характеристика процесса адаптации

Поступление ребенка в дошкольное учреждение всегда сопровождается определенными психологическими трудностями. Это связано с тем, что, живя в семье, в определенных сравнительно устойчивых условиях, ребенок постепенно приспосабливается к влиянию окружающей среды. В домашних условиях опыт ребенка все время обогащается новыми связями под руководством близкого взрослого. А в дошкольном учреждении своего любимого взрослого рядом с ребенком нет. Его не радует обилие игрушек, детей. Ребенок начинает страдать, так как нет главного взрослого, с которым он чувствует себя комфортно, т.е. нет точек соприкосновения с близкими.

Переход ребенка из семьи в детский сад часто связан с необходимостью изменить целый ряд сложившихся привычек, перестроить ранее сформированные стереотипы (режим дня, способ кормления, приемы воспитания и др. – то есть нарушается система сложившихся условных рефлексов на различные моменты жизни ребенка). Ребенок будет обязательно адаптироваться в группе: он должен приспособиться к новым (иным) условиям, выработать новые для себя формы поведения. Задача для ребенка не из легких. Процесс привыкания к ДО отягощается физиологическими и психологическими изменениями, которые являются одной из причин негативного отношения вновь поступивших детей к ДО. Когда ребенок впервые переступает порог детского сада, у него наступает состояние страха, возникает психическая напряженность, что приводит к эмоциональному стрессу и даже к заболеванию.

Ребенка, впервые пришедшего в группу, страшит внезапность изменения происходящего, неизвестность держит его в нервном напряжении, связи с родными неожиданно прерваны, его окружают чужие люди, незнакомая обстановка, в которой трудно ориентироваться. Срабатывает инстинкт самосохранения, и ребенок начинает активно обороняться доступными для него способами: он горько плачет, бунтует, отказываясь от помощи незнакомых людей, требует, чтобы рядом была мама, и даже пытается убежать. Стойкий отрицательный эмоциональный настрой, отчаяние и обида на протяжении нескольких часов в день настолько доминируют, что малыш забывает о еде и сне. Ребенка пугают попытки воспитателя хоть как-то успокоить его. Ребенок настолько возбужден, что возвращаясь домой, не в состоянии успокоиться, во время сна вздрагивает, плачет, часто просыпается. Примерно так же проходит второй и третий день. Хрупкий организм не выдерживает нервных перегрузок, ребенок может заболеть.

У большинства детей период адаптации сопровождается рядом, хотя и временных, но серьезных нарушений поведения и общего состояния, а именно (особенности адаптационного периода):

- изменяется эмоциональное состояние: появляется напряженность, беспокойство или заторможенность (ребенок много плачет, иногда стремится к эмоциональному контакту с взрослым, но, в большинстве случаев, раздраженно сторониться их и сверстников);
- часто нарушается аппетит и сон (дети не могут заснуть, сон кратковременный, прерывистый, многие дети отказываются от еды);
- проявляются более глубокие функциональные расстройства: повышается температура тела, изменяется характер стула (первые признаки расстройства желудка), может появиться сыпь на коже.
- наблюдается потеря уже сложившихся положительных привычек и навыков (дома просится на горшок - в саду этого не делает, дома ест самостоятельно – в детском саду

отказывается);

- снижается интерес к предметному миру, игрушкам, ко всему окружающему;
- падает уровень речевой активности, сокращается словарный запас, новые слова усваиваются с трудом;
- ребенок подвергается риску инфекционных заболеваний из-за -контакта с другими детьми. В период адаптации ослабевают энергетические силы, нарушается сопротивляемость организма, ребенок быстро заболевает. Дети обычно заболевают тем, к чему были склонны ранее (если ранее болел гриппом, ОРВИ, то заболевает пневмонией, т.е. заболевания приобретают более сложные формы).

Адаптация бывает трех видов: легкая, тяжелая и средняя.

Легкая адаптация (происходит в течение месяца) – ребенок спокойно входит в группу, внимательно осматривается, прежде чем остановит свое внимание на чем-либо. Он смотрит в глаза незнакомому взрослому, когда тот к нему обращается, вступает в контакт по своей инициативе, может обратиться с вопросом к другому человеку, попросить о помощи. Умеет занять себя сам, использует в игре предметы-заместители, например, понарошку кормит куклу, способен длительное время удерживать внимание на одной игрушке, его речь хорошо развита, настроение бодрое или спокойное, пантомимика выразительна, эмоции легко распознаются. Ребенок придерживается установленных правил поведения, адекватно реагирует на замечание и одобрение, корректируя после них свое поведение. Он умеет играть рядом с другими детьми, доброжелателен к ним. Родители доверяют своему ребенку, не контролируют его поминутно, не опекают, не указывают, что нужно делать, хорошо чувствуют его настроение, поддерживают в случае необходимости. Родители уверены в себе, с доверием относятся к специалисту, отстаивают свои взгляды, проявляют в общении инициативу и самостоятельность.

Средняя адаптация (этап растягивается до 30-40 дней) – когда малыш более-менее терпимо переносит походы в детский сад, может периодически "всплакнуть", но ненадолго. В среднем, этот период длится до двух-трех месяцев. Чаще всего в это время заболеваний не избежать. Все нарушения выражены более ярко и длительно: сон и аппетит восстанавливаются в течение 20-40 дней, ориентировочная деятельность (20 дней), речевая активность (30-40 дней), эмоциональное состояние (30 дней), двигательная активность, претерпевающая значительные изменения, приходит в норму за 30-35 дней.

Тяжелая адаптация (протекает от 2 до 6 месяцев) сопровождается грубым нарушением всех проявлений и реакций ребенка. Данный тип адаптации отмечается у 8-9% детей: характеризуется снижением аппетита (иногда возникает рвота при кормлении), резким нарушением сна, ребенок нередко избегает контактов со сверстниками, пытается уединиться, отмечается проявление агрессии, подавленное состояние в течение долгого времени (ребенок плачет, пассивен, иногда происходит волнообразная смена настроения). Обычно видимые изменения происходят в речевой и двигательной активности, возможна временная задержка в психическом развитии. Контакт с ребенком удается установить только через родителей. Кроме того, малыш очень часто болеет - (в данном случае болезнь нередко связана с нежеланием ребенка идти в детский сад). Такие дети в коллективе чувствуют себя неуверенно, практически ни с кем не играют.

В целом проблема психологической неготовности ребенка к «выходу» из семьи представляется не менее важной, чем проблема готовности к школьному обучению. Игнорирование ее порождает в дальнейшем так называемого «несадовского» (а потом и «нешкольного») ребенка, не умеющего и не желающего принять иные, чем в семье, социальные нормы и выдвигающего в качестве защитного механизма бесконечные соматические заболевания.

Реальные результаты в решении задач профилактики и практического преодоления «адаптационного синдрома», возникающего у детей, впервые поступающих в ДООУ, может принести только единая система взаимодействия родителей и специалистов детского сада.

1.2 Особенности поведения ребенка в период адаптации к детскому саду.

Многие особенности поведения ребенка в период адаптации к саду пугают родителей настолько, что они задумываются: а сможет ли ребенок вообще адаптироваться к саду, закончится ли когда-нибудь этот «ужас»? С уверенностью можно сказать: те особенности поведения, которые очень беспокоят родителей, в основном являются *типичными* для всех детей, находящихся в процессе адаптации. В этот период почти все мамы думают, что именно их ребенок «несадовый», а остальные малыши якобы ведут и чувствуют себя лучше. Но это не так. Вот распространенные изменения в поведении ребенка в период адаптации.

Эмоции ребенка. В первые дни пребывания в саду гораздо сильнее выражены отрицательные эмоции: от хныканья, «плача за компанию» до постоянного приступообразного плача. Особенно яркими являются проявления страха (кроха явно боится идти в садик, боится воспитателя или того, что мама за ним не вернется), гнева (когда малыш вырывается, не давая себя раздеть, или даже может ударить взрослого, собирающегося оставить его), депрессивные реакции и «заторможенность», как будто эмоций нет вообще.

В первые дни ребенок испытывает мало положительных эмоций. Он очень расстроен расставанием с мамой и привычной средой. Если малыш и улыбается, то в основном это реакция на новизну или на яркий стимул (необычная игрушка, «одушевленная» взрослым, веселая игра). Наберитесь терпения! На смену отрицательным эмоциям обязательно придут положительные, свидетельствующие о завершении адаптационного периода. А вот плакать при расставании кроха может еще долго, и это не говорит о том, что адаптация идет плохо. Если ребенок успокаивается в течение нескольких минут после ухода мамы, то все в порядке.

Контакты со сверстниками и воспитателем. В первые дни у ребенка снижается социальная активность. Даже общительные, оптимистичные дети становятся напряженными, замкнутыми, беспокойными, малообщительными. Нужно помнить, что малыши 2–3 лет играют не вместе, а рядом. У них еще не развита сюжетная игра, в которую включались бы несколько детей. Поэтому не стоит расстраиваться, если ваш ребенок пока не взаимодействует с другими малышами. О том, что адаптация идет успешно, можно судить по тому, что кроха все охотнее взаимодействует с воспитателем в группе, откликается на его просьбы, следует режимным моментам.

Познавательная активность. Первое время познавательная активность может быть снижена или даже вовсе отсутствовать на фоне стрессовых реакций. Иногда ребенок не интересуется даже игрушками. Многим детям требуется посидеть в сторонке, чтобы сориентироваться в окружающей обстановке. В процессе успешной адаптации малыш постепенно начинает осваивать пространство группы, его «вылазки» к игрушкам станут более частыми и смелыми, ребенок станет задавать вопросы познавательного плана воспитателю.

Навыки. Под влиянием новых внешних воздействий в первое время малыш может на короткое время «растерять» навыки самообслуживания (умение пользоваться ложкой, носовым платком, горшком и т.д.). Успешность адаптации определяется тем, что ребенок не только «вспоминает» забытое, но вы, с удивлением и радостью, отмечаете новые достижения, которым он научился в саду.

Особенности речи. У некоторых детей словарный запас скудеет или появляются «облегченные» слова и предложения. Не волнуйтесь! Речь восстановится и обогатится, когда адаптация будет завершена.

Двигательная активность. Некоторые дети становятся «заторможенными», а некоторые – неуправляемо активными. Это зависит от темперамента ребенка. Изменяется также и домашняя активность. Хорошим признаком является восстановление нормальной активности дома, а затем и в садике.

Сон. Если ребенка оставить на дневной сон, то первые дни он будет засыпать плохо. Малыш может вскакивать или, уснув, вскоре просыпаться с плачем. Дома также может отмечаться беспокойный дневной и ночной сон. К моменту завершения адаптации сон и дома, и в саду обязательно нормализуется.

Аппетит. В первое время у ребенка может быть пониженный аппетит. Это связано с непривычной пищей (непривычен и вид, и вкус), а также со стрессовыми реакциями – малышу просто не хочется есть. Хорошим признаком считается восстановление аппетита. Пусть малыш съедает не все, что есть на тарелке, но он начинает кушать.

Здоровье. В это время снижается сопротивляемость организма инфекциям, и ребенок может заболеть в первый месяц (а то и раньше) посещения садика.

Конечно, многие мамы ждут, что негативные моменты поведения и реагирования малыша уйдут в первые же дни. И расстраиваются или даже сердятся, когда этого не происходит. Обычно адаптация проходит за 3–4 недели, но может растянуться на 3–4 месяца. Не торопите время, не все сразу!

1.3 Психологическая подготовка ребенка к детскому саду.

Как готовить ребенка к детскому саду? Отвечая на этот вопрос давайте рассмотрим некоторые практические советы, к которым должны прислушиваться родители.

- Не отдавайте ребенка в детский сад в разгаре кризиса трех лет. Этот кризис - первая попытка самореализации.
- «Раскройте секреты» малышу возможных навыков общения с детьми и взрослыми людьми.
- Настройте малыша как можно положительнее к его поступлению в детский сад.
- Не обсуждайте при малыше волнующие Вас проблемы: ребенок не слушая, слушает.
- Готовьте Вашего ребенка к временной разлуке с Вами и дайте понять ему, что это неизбежно лишь только потому, что он уже большой.
- Все время объясняйте ребенку, что он для Вас, как прежде, дорог и любим.
- Учите ребенка дома всем необходимым навыкам самообслуживания.
- Введите режимные моменты детского сада в домашний режим дня.
- Повысьте роль закаливающих мероприятий. Они не защитят от инфекционных заболеваний, но уменьшат вероятность возникновения возможных осложнений.
- Не угрожайте ребенку детсадом как наказанием за детские грехи, а также за его непослушание.
- Не нервничайте и не показывайте свою тревогу накануне поступления ребенка в детский сад или в случаях, если ребенок заболевает: ребенок фиксирует родительские способы реагирования и включает их в собственную модель и стиль поведения.

Как надо родителям вести себя с ребенком, когда он впервые начал посещать детский сад.

- Настраивайте ребенка на мажорный лад. Внушайте ему, что это очень здорово, что он дорос до детского сада и стал таким большим.
- Забирайте первое время пораньше домой, создайте спокойный, бесконфликтный климат для него в семье.
- Уменьшайте нагрузку на нервную систему: на время прекратите походы в цирк, в театр, в гости и другие, многолюдные и шумные места, сократите просмотр телепередач.
- Не кутайте ребенка, а одевайте в соответствии с температурой в группе.

- Не реагируйте на выходки ребенка и не наказывайте его за детские капризы.

Как не надо вести себя родителям с ребенком, когда он начал посещать впервые детский сад.

- В присутствии ребенка плохо говорить о детском саде или обсуждать связанные с ним проблемы.

- «Наказывать» ребенка детским садом и в числе последних забирать его домой.

- Мешать его контактам с детьми в группе: значимый взрослый, оставаясь в группе наблюдая за своим ребенком, порождает ситуацию двойственности, которая усугубляет в ребенке качество нерешительности и препятствует возможности обучиться спонтанному поведению в новой обстановке.

- Наказывать за детские капризы. Обратите внимание: ребенок капризен и своеволен лишь тогда, когда ему действительно ничто не угрожает. Балуюсь, он испытывает и себя, и мир на прочность, он определяет до каких допустимых границ могут простираться его действия в этом мире. При малейшем страхе, намеке на опасность он бежит искать защиты и помощи у взрослых, становясь образцом послушания. Это - признание своей ошибки и просьба о помощи. Ведь своего опыта еще нет. Требуется грамотная помощь взрослых: в трудной ситуации - дать образец новой формы поведения в изменившихся условиях.

Подводя итог, хочется ответить на вопрос, беспокоящий многих родителей, какие дети проходят адаптацию легче?

Дети, чьи родители готовили их к посещению сада заранее, за несколько месяцев до этого события. Эта подготовка могла заключаться в том, что родители читали сказочные истории о посещении садика, играли «в садик» с игрушками, гуляли возле садика или на его территории, рассказывая малышу, что ему предстоит туда ходить. Если родители использовали возможность и познакомили ребенка с воспитателями заранее, то малышу будет значительно легче (особенно, если он не просто видел эту «тетю» несколько минут, а смог пообщаться с ней и пройти в группу, пока мама была рядом).

Дети, физически здоровые, т.е. не имеющие ни хронических заболеваний, ни предрасположенности к частым простудным заболеваниям. В адаптационный период все силы организма напряжены, и когда можно направить их на привыкание к новому, не тратя еще и на борьбу с болезнью, это хороший «старт».

Дети, имеющие навыки самостоятельности. Это одевание (хотя бы в небольшом объеме), «горшечный» этикет, самостоятельное принятие пищи. Если ребенок это все умеет, он не тратит силы на то, чтобы срочно этому учиться, а пользуется уже сложившимися навыками.

Дети, чей режим близок к режиму сада. За месяц до посещения сада родители должны начать приводить режим ребенка к тому, какой его ждет в саду: 7:00 – подъем, умывание, одевание; 8:15 – крайнее время для прихода в сад; 8:30 – завтрак, 10:00 – прогулка, 11:30 – возвращение с прогулки, 11:50-12:30 – обед, 13:00 – 15:00 – дневной сон, 16:00 – усиленный полдник. Для того чтобы легко встать утром, лучше лечь не позже 20:30.

Дети, чей рацион питания приближен к садовскому. Если ребенок видит на тарелке более-менее привычную пищу, он быстрее начинает кушать в саду, а еда и питье – это залог более уравновешенного состояния. Основу рациона составляют каши, творожные запеканки и сырники, различные котлеты (мясные, куриные и рыбные), тушеные овощи и, конечно, супы.

Трудно приходится детям, у которых не соблюдены одно или несколько условий (чем больше, тем будет сложнее). Особенно трудно малышам, которые воспринимают поход в сад как неожиданность из-за того, что родители не считали нужным разговаривать об этом. Бывают ситуации, когда посещение садика начинается неожиданно по объективным причинам (например, вследствие тяжелой болезни бабушки, которая до этого ухаживала

за ребенком дома). И, как ни странно, часто трудно бывает тем детям, чьи мамы (или другие родственники) работают в саду.

2. Диагностическая часть

Использование психодиагностических методов обуславливает разработку целостных программ развития, коррекции. Поэтому для психологического заключения (вывода) используются результаты первичных, определяющих и контрольных вариантов обследования.

Работа в адаптационный период проводится поэтапно:

1. Первичная диагностика (в период поступления в дошкольное образовательное учреждение).
2. Профилактическая и коррекционная работа психолога с детьми, родителями, воспитателями.
3. Контрольная диагностика (повторная) – через месяц посещения ребенком дошкольного образовательного учреждения.

Важно отметить, что данная работа позволяет оценить различные взаимоотношения в позициях: ребенок-родитель-воспитатель.

Обследование на первом этапе может проводиться одновременно в двух направлениях: первое – характеристика родителями состояния своих детей преимущественно в семье (анкеты для родителей); второе – оценка воспитателями состояния детей в период адаптации к условиям детского сада («Карты наблюдений»).

Родителям предлагается анкета, в которой они оценивают психоэмоциональное напряжение, состояние тревожности у ребенка преимущественно в домашних условиях.

«Карту наблюдений» предлагается заполнить воспитателям для оценки психоэмоционального состояния детей в начале периода адаптации и через месяц посещения ими детского сада.

При проведении контрольного этапа сравниваются результаты по «Картам наблюдений» в начале адаптационного периода и через месяц посещения детьми детского сада.

Анализируя по идентичным параметрам характеристики состояний детей, данные родителями и воспитателями, можно соотнести индивидуальные оценки эмоционально-личностного состояния ребенка в период адаптации.

2.1 Анкета для родителей

Родителям предлагается анкета, в которой они оценивают психоэмоциональное напряжение, состояние тревожности у ребенка преимущественно в домашних условиях.

Инструкция: «Заполните, пожалуйста, бланк. Отвечая на вопросы, постарайтесь отметить состояние ребенка, свойственное ему в привычных домашних условиях».

1. Ф. И. О. заполняющего анкету _____
2. Фамилия, имя и возраст ребенка _____
3. Какое настроение чаще всего бывает у вашего ребенка?
А) бодрое, уравновешенное
Б) неустойчивое, раздражительное
В) подавленное
4. Какой у вашего ребенка аппетит?
А) хороший

- Б) избирательный, неустойчивый
В) плохой
5. Как ваш ребенок засыпает?
А) быстрое засыпание (до 10 минут)
Б) неустойчивое
В) медленное
6. Как он спит?
А) продолжительность сна соответствует возрасту
Б) неустойчивая продолжительность сна
В) не соответствует возрасту
7. Умеет ли он самостоятельно играть?
А) умеет
Б) не всегда
В) самостоятельно не играет
8. Легко ли идет на контакт с другими взрослыми?
А) легко
Б) избирательно
В) трудно
9. Как переносит разлуку с матерью?
А) легко, быстро успокаивается
Б) через некоторое время успокаивается
В) тяжело
10. Нет ли у вашего ребенка привычки сосать большой палец, грызть ногти, часто хныкать, теревить кончик носа или др.? (укажите)
11. Какие сложности вы испытываете в воспитании ребенка? _____

Спасибо за участие!

Обработка результатов

Оцениваются ответы родителей и лиц, их замещающих, в следующем порядке:

1. Засыпание:

- быстрое (до 10 минут), спокойное – 3 балла;
- неустойчивое – 2 балла;
- медленное, беспокойное – 1 балл.

2. Сон:

- спокойный, соответствующий возрасту – 3 балла;
- неустойчивый – 2 балла;
- беспокойный, не соответствующий возрасту – 1 балл.

3. Аппетит:

- хороший – 3 балла;
- избирательный, неустойчивый – 2 балла;
- плохой – 1 балл.

4. Самостоятельность в игре:

- умеет играть самостоятельно – 3 балла;

- не всегда – 2 балла;
- сам не играет – 1 балл.

5. Контакты с другими взрослыми:

- легко идет на контакт – 3 балла;
- избирательно – 2 балла;
- трудно – 1 балл;

6. Разлука с матерью:

- легко переносит разлуку, быстро успокаивается – 3 балла;
- успокаивается через некоторое время – 2 балла;
- тяжело успокаивается – 1 балл.

Баллы заносятся в протоколы, отражающие как индивидуальные, так и групповые показатели.

Кроме того, возможно составление прогноза условной адаптивности детей. Для этого по каждой анкете баллы суммируются, и рассчитывается средний балл. Уровни условной адаптивности ребенка к детскому дошкольному учреждению (до поступления в детский сад) были выработаны на основе приближения индивидуальных и групповых результатов к социально-психологическому нормативу. Градация средних баллов по анкете обусловлена заданными процентными соотношениями:

Средний балл по анкете	Процент по шкале прогноза
2,82-3,00	91-100
2,42-2,80	71-90
1,62-2,40	31-70
1,22-1,60	11-30
1,00-1,20	0-10

Уровни условной адаптивности

Очень высокий	От 2,82 до 3,00 баллов
Высокий	От 2,42 до 2,80 баллов
Средний	От 1,62 до 2,40 баллов
Низкий	От 1,22 до 1,60 баллов
Очень низкий	От 1,00 до 1,20 баллов

2.2 Карта наблюдений

«Карту наблюдений» за детьми предлагается заполнить воспитателям для оценивания психоэмоционального состояния детей в начале периода адаптации (1 часть) и через месяц посещения ими детского сада (2 часть).

Основные позиции критериев оценки заложены по следующим параметрам: характеристика сна, аппетита, самостоятельности в игре, контакта с взрослыми, реакции на расставание с матерью и т.д.

Инструкция: «Заполните, пожалуйста, первую часть бланка. Ставьте знак «+» рядом с выбранной Вами характеристикой, отражающей состояние ребенка в первые дни (первую неделю) посещения детского сада».

Фамилия, имя ребенка, возраст _____
 Дата заполнения: 1-й части _____ 2-й части _____

Параметры	Характеристика	1 часть	2 часть
1. Настроение	бодрое, уравновешенное		
	неустойчивое, раздражительное		
	подавленное		
2. Длительность и характер засыпания	спокойное, быстрое (до 10 минут)		
	неустойчивое		
3. Длительность и характер сна	неспокойное, медленное		
	спокойный, соответствует возрасту		
4. Аппетит	неустойчивый		
	не спокойный, не соответствует возрасту		
5. Навыки самообслуживания	хороший		
	избирательный, неустойчивый		
	плохой		
6. Инициативность в игре	соответствуют возрасту		
	не всегда		
	не соответствуют возрасту		
7. Инициативность во взаимоотношениях со взрослыми	умеет найти себе дело		
	не всегда		
	нет		
8. Результативность действий	вступает в контакт сам		
	не всегда		
	сам не вступает в контакт		
9. Самостоятельность в игре	доводит начатое дело до конца		
	не всегда		
	не доводит		
10. Идет на контакт со взрослыми	умеет играть самостоятельно		
	не всегда		
	сам не играет		
10. Идет на контакт со взрослыми	легко		
	избирательно		
	трудно		

11. Идет на контакт с детьми	легко		
	избирательно		
	трудно		
12. Реакция на отрыв от матери	отходит от матери, проявляет интерес к окружающему		
	отрывается не сразу		
	периодически возвращается, плачет		
Общий балл			
Средний балл			

Обработка результатов

Результаты оцениваются следующим образом:

Параметры	Характеристика	Баллы
1. Настроение	бодрое, уравновешенное	3
	неустойчивое, раздражительное	2
	подавленное	1
2. Длительность и характер засыпания	спокойное, быстрое (до 10 минут)	3
	неустойчивое	2
	неспокойное, медленное	1
3. Длительность и характер сна	спокойный, соответствует возрасту	3
	неустойчивый	2
	не спокойный, не соответствует возрасту	1
4. Аппетит	хороший	3
	избирательный, неустойчивый	2
	плохой	1
5. Навыки самообслуживания	соответствуют возрасту	3
	не всегда	2
	не соответствуют возрасту	1
6. Инициативность в игре	умеет найти себе дело	3
	не всегда	2
	нет	1
7. Инициативность во взаимоотношениях со взрослыми	вступает в контакт сам	3
	не всегда	2
	сам не вступает в контакт	1
8. Результативность действий	доводит начатое дело до конца	3
	не всегда	2
	не доводит	1
9. Самостоятельность в игре	умеет играть самостоятельно	3
	не всегда	2
	сам не играет	1
10. Идет на контакт со взрослыми	легко	3
	избирательно	2
	трудно	1
11. Идет на контакт с детьми	легко	3
	избирательно	2
	трудно	1

12. Реакция на отрыв от матери	отходит от матери, проявляет интерес к окружающему	3
	отрывается не сразу	2
	периодически возвращается, плачет	1
Общий балл		
Средний балл		

Выявление уровня адаптации ребенка к детскому саду проводится из расчета суммирования баллов по всем параметрам и определения среднего балла. При этом предлагается следующая градация уровней адаптации:

1. *Легкая адаптация*, если у ребенка в большинстве случаев присутствуют признаки успешной адаптации и средний балл по «Карте наблюдений» составляет 2,6-3 балла.
2. *Средняя адаптация*, если у ребенка присутствуют признаки успешной адаптации, но в большинстве случаев отмечены неустойчивые признаки адаптации и средний балл по «Карте наблюдений» составляет 2,1-2,5 балла.
3. *Трудная адаптация*, если у ребенка на фоне неустойчивых признаков отмечаются и признаки дезадаптивного поведения. Средний балл по «Карте наблюдений» составляет 1,6-2 балла.

Полученные результаты оформляются таким же образом, как и в предыдущей методике (баллы заносятся в индивидуальные и групповые протоколы).

2.3 Сравнительный анализ психоэмоционального состояния детей

На данном этапе сравниваются по идентичным параметрам характеристики состояний детей, данные родителями и воспитателями, в период адаптации ребенка к детскому дошкольному учреждению.

На основании данных протоколов целесообразно построение графиков, отражающих групповые показатели. Результаты анализируются, подводятся итоги проделанной работы. Для детей с проблемами адаптации составляются реабилитационные маршруты различных профилей и направлений.

Таблица соотношения характеристик психоэмоционального состояния ребенка в период адаптации, данных родителями и воспитателями

Параметры	Характеристика	Анкета для родителей	Карта наблюдений (1 часть)	Карта наблюдений (2 часть)
Засыпание	быстрое, спокойное			
	неустойчивое			
	медленное, беспокойное			
Сон	спокойный, соответствует возрасту			
	неустойчивый			
	не спокойный, не соответствует возрасту			
Аппетит	хороший			
	избирательный, неустойчивый			
	плохой			

Самостоятельность в игре	умеет играть самостоятельно			
	не всегда			
	сам не играет			
На контакт со взрослыми идет	легко			
	избирательно			
	трудно			
Реакция на отрыв от матери	разлуку переносит легко			
	через некоторое время привыкает			
	тяжело			

3. Коррекционная работа

3. 1. Игры с детьми в период адаптации

Основная задача игр в этот период – формирование эмоционального контакта, доверия детей к воспитателю.

Ребенок должен увидеть в воспитателе доброго, всегда готового прийти на помощь человека (как мама) и интересного партнера в игре. Эмоциональное общение возникает на основе совместных действий, сопровождаемых улыбкой интонацией, проявлением заботы к каждому малышу.

Первые игры должны быть фронтальными, чтобы ни один ребенок не чувствовал себя обделенным вниманием. Инициатором игр всегда выступает взрослый (воспитатель или психолог). Игры выбираются с учетом игровых возможностей детей, места проведения и т.д.

Названия игр: «Иди ко мне», «Пришел Петрушка», «Покружимся», «Прячем мишку», «Солнышко и дождик», «Поезд», «Солнечные зайчики», «Игра с собачкой».

В особом внимании и индивидуальном подходе нуждаются робкие, застенчивые дети, чувствующие себя дискомфортно в группе. Облегчить их душевное состояние, поднять настроение можно «пальчиковыми» играми. Кроме того, эти игры обучают согласованности и координации движений.

Названия игр: «Собирание сокровищ», «Кто в кулачке?», «Игра с кистями рук», «Покатаемся на лошадке», «Подуй на шарик, подуй на вертушку», «Вместе с мишкой».

Дети двух-трехлетнего возраста еще не испытывают потребности в общении со сверстниками. Они могут с интересом наблюдать друг за другом, прыгать, взявшись за руки, и при этом оставаться совершенно равнодушными к состоянию и настроению другого ребенка. Взрослый должен научить их общаться, и основы такого общения закладываются именно в адаптационный период.

Названия игр: «Передай колокольчик», «Зайка», «Позови», «Мяч в кругу», «Все дальше и выше», «Бегом к дереву», «Карусели», «Розовый куст», «Мишка с куклой», «Мы топаем ногами», «Мяч».

3.2 Занятия психолога с детьми 2-4 лет в период адаптации к дошкольному учреждению (автор А.С.Роньжина)

Цель занятий - помочь детям в период адаптации к условиям дошкольного образовательного учреждения.

Рекомендации по проведению занятий:

1. Психолог является непосредственным активным участником занятия – заряжает детей своими положительными эмоциями, вызывает желание принять участие в игре, задает образцы выполнения действий.
2. Не стоит настаивать на активном участии всех детей в занятии. Нормально, если на первых порах часть детей будет только наблюдать за происходящим в группе. Можно начать заниматься с теми детьми, которые готовы приступить к игре.
3. Не следует оценивать детей, добиваться единственно правильного, на Ваш взгляд, действия или ответа, так как в этом случае малыши будут повторять лишь то, что от них требуется, и не смогут проявлять собственные спонтанные, живые и естественные реакции.
4. В процессе практической работы допустимо как сокращение количества игр, так и внесение различных дополнений, в соответствии с возрастом, состоянием, потребностями и индивидуальными особенностями детей. Родителям нерешительных детей можно предложить участвовать в занятиях не только в течение первого месяца, но и позднее; полезно порекомендовать им дома поиграть с ребенком в те же игры.
5. Психолог может использовать цикл занятий как основу своей работы с детьми раннего возраста или проводить отдельные занятия, игры и упражнения.

3.3 Давайте жить дружно!

Тренинговая программа адаптации детей 4-6 лет к условиям дошкольного учреждения (авторы С.В.Крюкова, Н.П.Слободяник).

Программа рассчитана на детей 4-6 лет и состоит из 7 занятий, которые проводятся 1-2 раза в неделю в форме мини-тренингов продолжительностью 30-40 минут.

Оптимальное количество детей в группе — 10-15 человек.

Занятия по этой программе рекомендуется проводить в начале учебного года (сентябрь-октябрь), когда формируются новые группы или дети собираются вместе после летнего перерыва.

Первые два занятия программы являются вводными. Их основу составляют подвижные, динамичные действия, дающие возможность детям привыкнуть к новой для них групповой форме работы, поэтому рекомендуется проводить их в физкультурном или музыкальном зале. Последующие занятия можно проводить в помещении группы детского сада, рассаживая детей на стульчики, поставленные в круг.

Основная цель программы — через создание зоны ближайшего развития способствовать психическому и личностному росту ребенка и тем самым помочь ему адаптироваться к условиям дошкольного учреждения.

В соответствии с этой целью формулируются *задачи программы*:

- сформировать чувство принадлежности к группе, помочь ребенку почувствовать себя более защищенным;
- развивать навыки социального поведения;
- способствовать повышению уверенности в себе и развитию самостоятельности;

- формировать позитивное отношение к своему "Я".

Список литературы:

1. Психолог в детском саду. Ежеквартальный научно-практический журнал. 2004, №1
2. Балл Г.А. Понятие адаптации и его значение для психологии личности. Вопросы психологии . 1989, №1
3. А.С.Роньжина. Занятия психолога с детьми 2-4 лет в период адаптации к дошкольному учреждению. Книголюб, 2003.
4. С.В.Крюкова, Н.П.Слободяник. Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь. Тренинговая программа адаптации детей 4-6 лет к условиям дошкольного учреждения. Генезис, 2000.
5. Е.К.Лютова, Т.Б.Монина. Тренинг общения с ребенком (период раннего детства). СПб.: Речь, 2001.
6. Ключева Н.В., Касаткина Ю.В. Учим детей общению. Ярославль: Академия Развития, 1996
7. Диагностика в детском саду. Содержание и организация диагностической работы в дошкольном образовательном учреждении. Методическое пособие. Ростов н/Д: Феникс, 2003.
8. Н.Д.Ватутина. Ребенок поступает в детский сад. М., Просвещение, 1983.
9. Р.Калинина, Л.Семенова, Г.Яковлева. Ребенок пошел в детский сад. Дошкольное воспитание. 1998, №4.
10. Н.А.Рогалева. Психологический клуб для родителей в детском саду. М., 2010
11. Л.В.Белкина. Адаптация детей раннего возраста к условиям ДООУ. – Воронеж: Учитель.
12. К.Л.Печора, Г.В.Пантюхина. Дети раннего возраста в дошкольных учреждениях - М.: Владос, 2007.