

## **Психолого-педагогическое сопровождение детей раннего возраста в период адаптации к условиям ДОО**

*Черезова Елена Евгеньевна,*  
педагог-психолог  
МАДОУ «Центр развития ребенка –детский сад № 2»  
Петропавловск-Камчатский городской округ

Поступление в дошкольную образовательную организацию (далее – ДОО) – важный этап в жизни ребёнка. С ним связано изменение социальной ситуации развития ребенка. Главной проблемой становится его адаптация к новым нормам и правилам жизни, к отсутствию родителей, к постоянному контакту со сверстниками. Всё это обрушивается на ребёнка одновременно, создавая стрессовую ситуацию. Далеко не все дети успешно с ней справляются. Возникновение у ребенка так называемого «дезадаптационного синдрома» является прямым следствием его психологической неготовности к выходу из семьи. Как родители, так и воспитатели параметрами готовности ребенка к поступлению в детский сад считают владение навыками самообслуживания и привычку к режиму дня как в детском саду. Не все родители осознают важность этапа адаптации ребенка. Вопрос же в том, в какой мере ребенок готов к разлуке с матерью, к установлению контактов с новыми незнакомыми детьми и взрослыми, к принятию и соблюдению достаточно сложных и не всегда понятных для ребенка социальных норм и правил поведения, родителями даже не обсуждается. Более того, нередко родители, отмечая у своего ребенка слабое развитие навыков общения, стремятся отдать его в детский сад именно для того, чтобы он этому научился. Такая «учеба» зачастую оборачивается тяжелыми переживаниями самого ребенка, слезами и обидами других детей, претензиями и замечаниями воспитателя.

О сложности и значимости периода адаптации ребенка к детскому саду написано в отечественной литературе достаточно. Рекомендации о том, как подготовить малыша к детскому саду, многочисленны. Но наблюдения за

детьми свидетельствуют о том, что проблема адаптации в настоящее время стоит столь же остро, как и прежде.

Адаптация (от лат. *adaptatio* – «приспосаблию») – сложный процесс приспособления организма, протекающий на разных уровнях – физиологическом, социальном, психологическом. Таким образом, адаптация к детскому саду затрагивает все структуры не только личности, но и организма в целом [4].

По мнению М.Р. Битяновой, адаптация — это не только приспособление к успешному функционированию в данной среде, но и способность к дальнейшему психологическому, личностному, социальному развитию [1].

Все дети в период адаптации испытывают определенные трудности, связанные с привыканием к режиму, новым системам требований, новому стилю общения. Поэтому необходимо так организовать психолого-педагогическую работу в этот период, чтобы как можно меньше травмировать ребенка.

Организация условий для развития ребенка раннего возраста в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями, охрана и укрепление физического и психологического здоровья ребенка, предоставление психолого-педагогической помощи семье, в том числе повышение компетентности родителей в проблемах воспитания и образования, – главные задачи, поставленные ФГОС ДО [3].

Реальные результаты в решении задач профилактики и практического преодоления «адаптационного синдрома», возникающего у детей, впервые пришедших в детский сад, может принести только единая система психолого-педагогического сопровождения процесса адаптации ребёнка, в который включены администрация, педагог-психолог, воспитатели, младшие воспитатели, медсестра. Для эффективного течения адаптации важен индивидуальный подход к семье со стороны специалистов детского сада, взаимодействие специалистов и родителей. Данная работа должна вестись по трем направлениям: с родителями (законными представителями), с

воспитателями и с детьми, поэтапно. Оптимизации процесса адаптации детей раннего возраста к условиям ДОО будут способствовать следующие направления деятельности:

- повышение уровня психолого-педагогической компетенции персонала ДОО;
- организация просветительской деятельности для родителей детей раннего возраста;
- создание в ДОО соответствующей предметно-развивающей среды;
- организация игрового пространства, соответствующего потребностям детей с учетом их возрастных особенностей.

Основную роль в данном процессе занимает педагог-психолог дошкольной организации.

Специфика работы педагога-психолога предполагает, прежде всего, ориентацию на возрастные особенности детей и понимание тех трудностей, с которыми сталкиваются воспитатели, родители. Этап адаптации является одним из наиболее трудных периодов и способствует значительному повышению психологического напряжения, поэтому необходимо организовать психологическую поддержку воспитателей, родителей, детей. Специальной задачей педагога-психолога является работа с трудными случаями и поиск адекватного подхода к разным детям. «Сложность этой задачи в том, что здесь невозможно предложить единый для всех метод адаптации – каждый ребенок нуждается в особом подходе. Единственным общим моментом является завоевание доверия и расположения малыша. Без такого доверия к новому взрослому нормальное эмоциональное самочувствие ребенка невозможно» [5].

### **Работа психолога с родителями**

Взаимодействие с семьей начинается в тот момент, когда родители получают направление в детский сад и приходят в образовательную организацию для заключения договора. Одновременно с этим родители заполняют согласие на психологическое сопровождение ребенка в ДОО (Приложение 1). При первом знакомстве администрация знакомит родителей

с ДОО, показывает группу, которую ребёнок будет посещать, озвучивает правила пребывания ребенка в учреждении и взаимодействия родителей с администрацией и педагогами сада. Основная цель данной беседы - активизировать заинтересованность родителей будущих воспитанников в дальнейшем сотрудничестве. Такая форма работы помогает родителям удовлетворить их любопытство и почувствовать себя более уверенно. Также родителям рассказывают об особенностях адаптационного периода в начале посещения ребенком детского сада, вручают памятки «Рекомендации для родителей. (Что важно сделать до начала посещения ДОО и в период адаптации)» (Приложение 2). Родители понимают, что малыша следует морально подготовить к детскому саду, но, что именно сказать ребенку о садике они часто не знают. Психолог предлагает подборку лучших книг для родителей, которые помогут малышу в адаптации к детскому саду (Приложение 3), представленной в библиографическом списке детской литературы [1-7].

Взаимодействие педагога-психолога с родителями начинается еще до поступления ребёнка в детский сад с помощью памяток с рекомендациями и продолжается индивидуальными консультациями, а также на традиционных родительских собраниях и тренингах.

Индивидуальная консультация на данном этапе работы имеет несколько целей. В ходе беседы и наблюдения психолог собирает информацию о семье, выявляет отношение родителей к поступлению в детский сад, устанавливает партнерские, доброжелательные отношения; выясняет индивидуально-личностные привычки ребенка, особенности режима дня и питания, засыпания и сна, игровые навыки, умение вступать в контакт с незнакомыми взрослыми и сверстниками. На основе этих данных психолог определяет степень субъективной готовности к поступлению ребенка в детский сад и дает родителям соответствующие рекомендации.

Работа педагога-психолога с семьей на этапе, когда ребенок уже посещает детский сад, строится в двух направлениях:

1) индивидуальное консультирование родителей о процессе и результатах адаптации ребенка к новым условиям, а также в оказании психолого-педагогической помощи в разрешении сложных случаев, связанных с адаптацией ребенка к ДОО, выявлении причин дезадаптации;

2) организация Клуба родительских встреч. Родители часто сталкиваются с конкретными проблемами, требующими специфических решений, и задачей клуба является совместный поиск этих решений. Организация и проведение для родителей тренинга «Повышение педагогической компетенции родителей об особенностях адаптации ребенка к новым условиям» (Приложение 4, 5) способствует большей информированности родителей об особенностях адаптации и развития детей, возможностях современных методов воспитания. Специально подобранные игры и упражнения помогают выработать эффективные навыки взаимодействия с детьми в период адаптации, выработать единые требования семьи и детского сада по воспитанию ребёнка. Хороший результат даёт проведение с родителями игр на знакомство и сплочение группы – это позволяет родителям узнать больше друг о друге и о детях группы, а также обсудить схожие затруднения при прохождении адаптации.

#### **Работа психолога с воспитателями.**

Чтобы облегчить адаптационный период, воспитателям рекомендуется постепенно включать ребенка в группу детского сада, создавать для него особый эмоциональный климат. Воспитатель группы является активным участником процесса: организует детей, помогает справиться с возникающими затруднениями, выполняет определенные роли, отмечает и анализирует проявления индивидуальных особенностей каждого ребенка. С первого дня посещения ребенком детского сада на него оформляется «Адаптационный лист» (Приложение 6), в котором фиксируются наблюдения по следующим параметрам: эмоциональное состояние; аппетит; сон; взаимодействие с детьми; взаимодействие со взрослыми. В адаптационном листе также фиксируется заболеваемость ребенка в период адаптации. Адаптационный лист заполняется воспитателем

самостоятельно, либо совместно с психологом. Анализ данных адаптационного листа помогает психологу разработать рекомендации воспитателю по личностно-ориентированному взаимодействию с каждым ребенком. Основные рекомендации по организации адаптационного периода воспитателями даны в приложении 7.

Во время адаптации детей главное в работе психолога – не наблюдение за работой воспитателя, а конкретная помощь, особенно в острый период адаптации. Это и помощь физическая (успокоить плачущих, одеть, накормить, уложить спать), и помощь в установлении контакта с отдельными детьми, а также помощь в установлении контакта с родителями. Разъяснение воспитателям позиции и опасений родителей, обсуждение с родителями позиции воспитателей позволяет снять остроту проблемы непонимания, если она возникает, сгладить причину назревающего конфликта.

Повышение уровня психолого-педагогической компетенции воспитателей является основной задачей психолога. Важно донести до воспитателей, что в раннем возрасте индивидуальный подход имеет решающее значение не только потому, что все дети разные, но еще и потому, что маленький ребенок может воспринять только то воздействие взрослого, которое адресовано лично ему. Малыши не воспринимают призывы или предложения, обращенные к целой группе. Им необходим взгляд в глаза, называние по имени, ласковое прикосновение, словом, всё то, что свидетельствует о личном внимании и персональной обращенности взрослого. Только в этом случае они могут принять и понять предложения взрослого.

Еще одна особенность работы с детьми раннего возраста – низкая эффективность вербальных методов воздействия. Любые инструкции, объяснения правил, призывы к послушанию оказываются бесполезными, так как дети еще плохо понимают их, к тому же до 3-4 лет малыши не могут регулировать свое поведение посредством слова. Более сильными мотиваторами, чем слова взрослого, являются окружающие предметы,

движения, звуки. Эта особенность маленьких детей предъявляет высокие требования к действиям воспитателя и психолога. Они должны быть предельно выразительными, эмоциональными и «заразительными». Только собственной увлеченностью какой-либо деятельностью можно вызвать интерес к ней у маленького ребенка. У воспитателя должна быть повышенная чувствительность к состояниям малыша, выразительность движений и мимики. Слова необходимо включать в контекст реальных действий, чтобы передать ребенку интерес к новой деятельности, привлечь к ней и увлечь ею, вызвав, таким образом, его собственное желание. Важно стимулировать активность каждого ребенка через его желание действовать, общаться, играть, решать практические задачи. Для этого необходимы эмоциональное вовлечение детей, создание общего смыслового поля, эмоциональная включенность взрослого в нужные действия. Эмоциональная выразительность, артистизм, способность расположить к себе и передать интерес к деятельности - это профессиональные качества специалистов, работающих с детьми раннего возраста. Данные качества необходимы как педагогам, так и психологам [5].

И, наконец, третье, и главное направление работы педагога-психолога по адаптации детей к ДОО – **работа с самими детьми**. Важную роль в этом играет диагностика, которая проводится с помощью листа адаптации педагогом-психологом, медицинским работником и воспитателем группы. Цель наблюдения в период адаптации – ежедневный контроль над поведением, эмоциональным состоянием и состоянием здоровья ребёнка в первый месяц посещения детского сада [4]. Основные задачи психолога в период адаптации детей:

- способствовать развитию самостоятельности и независимости ребёнка;
- привлекать внимание малышей к сверстникам и учить их ориентироваться на действия партнеров;
- налаживать гуманные, доброжелательные отношения между детьми;
- предлагать детям и родителям развивающие игры и занятия, соответствующие возрасту детей;

- способствовать развитию познавательных процессов детей (внимание, память, мышление);
- обогащать жизнь малышей новыми впечатлениями и положительными эмоциями.

Эти задачи решаются в процессе проведения разнообразных игр и занятий, которые организуют совместно воспитатель и психолог.

Первые формы взаимодействия малышей играют исключительно важную роль в развитии личности ребенка и межличностных отношений. Именно здесь закладывается чувство непосредственной общности и связи с другими, равными ребенку людьми. Дети двух-трех лет еще не испытывают потребности в общении со сверстниками. Они могут наблюдать друг за другом, прыгать, и оставаться совершенно равнодушными к состоянию и настроению другого ребенка. Взрослый должен научить их общаться, и основы такого общения закладываются именно в адаптационный период.

Организация игровой деятельности в адаптационный период, направлена на формирование эмоциональных контактов «ребенок-взрослый» и «ребенок-ребенок». Основная задача игр в этот период – формирование эмоционального контакта, доверия к другим взрослым и детям, социуму в целом. Инициатором игр всегда выступает взрослый. Игры выбираются с учетом игровых возможностей детей, места проведения.

Игры, направленные на сближение детей друг с другом и воспитателем, в которых дети действуют одновременно и одинаково: «Каравай», «Карусели», «Раздувайся, пузырь», «Зайка» и др. можно подобрать в книге, представленной в библиографическом списке [6]. Разработка, подбор и проведение таких игр составляют важное направление работы психолога.

В заключении хочется еще раз подчеркнуть, что только единая система психолого-педагогического сопровождения процесса адаптации воспитанников ДОО, только совместная деятельность психолога, воспитателей и родителей поможет ребенку преодолеть такой непростой и важный этап в его жизни, как адаптация к детскому саду. Выработка единых



требований к поведению ребенка, согласование воздействий на него дома и в детском саду - важнейшее условие, облегчающее его адаптацию.

### **Библиографический список**

1. Битянова М.Р., Азарова Т.В., Афанасьева Е.И., Васильева Н.Л. Работа психолога в начальной школе. – М., 1998. – 352с.
2. Кремлякова А.Ю. Психологическое сопровождение детей раннего возраста в ДОУ. – СПб.: Детство-ПРЕСС, 2013. – 96 с.
3. Об утверждении Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования. Приказ Минобрнауки России от 17.10.2013 № 1155 (зарегистрирован в Минюсте России 14.11.2013, рег. № 30384). //Официальные документы в образовании. – 2013. - № 36. – С.2 (обл.); Вестник образования России. – 2013. - № 24. –С.36.
4. Роньжина А.С. Занятия психолога с детьми 2-4-х лет в период адаптации к дошкольному учреждению. - М.: Книголюб, 2003 (Домодедово: ДПК).-72 с.
5. Смирнова Е.О. Психологическая служба раннего возраста // Психологическая наука и образование. – 2005. - № 1. – С. 73-82.
6. Смирнова Е.О., Мещерякова С.Ю., Ермолова Т.В. Игры и игрушки для детей раннего возраста: Методическое пособие для воспитателей. М., 2004

### **Библиографический список детской литературы:**

1. Бомон Эмили. В детском саду. Энциклопедия для малышей. М., Из-во: Махаон, 2016г., 34с.
2. Брукс Филисити. Маша и Миша идут в детский сад. М., Из-во: Клевер, 2016г., 32с.
3. Громова О. Е. Зайка идет в детский сад. М., Из-во: Карапуз, 2016г., 16с.
4. Жукова О. С. Детский сад ежика Федьки. М., Из-во: Олимп медиа групп, 2015г., 64с.
5. Казенс Л. Мыша в детском саду. М., Из-во: МИФ, 2014г., 32с.
6. Неш Сара «Забавные истории для малышей». М., Из-во: Микко, 2011г., 34с.
7. Овсепян К. Р. Я хочу в детский сад. М., Из-во: Карапуз, 2016г., 16с.

