**РАБОТА С РОДИТЕЛЯМИ, НАПРАВЛЕННАЯ НА ОПТИМАЛЬНУЮ АДАПТАЦИЮ ДЕТЕЙ К ДЕТСКОМУ САДИКУ.**

**1 этап. Консультационно-просветительская работа с родителями по адаптации детей к детскому садику.**

Со вступлением в детский сад в жизни ребенка происходят большие изменения, не всегда они радостные и желанные для ребенка. В детском саду не так, как дома: суровый распорядок дня, незнакомые взрослые и дети, новые требования. А самое главное – расставание с мамой. Это все может вызвать у ребенка напряжение, и даже тревожность. Это эмоциональное состояние негативно отражается на первых впечатлениях ребенка о детском садике, идет плохое привыкание к детскому саду. Наша общая цель: помочь ребенку адаптироваться к новым условиям, которые связаны со сменой окружения и внутренними изменениями.

Родителям необходимо знать психологические особенности, специфику развития детей раннего возраста, индивидуальные особенности детей.

**Адаптация – это приспособление организма к новым условиям, обстоятельствам, а для ребенка дошкольного заведения – новое, еще неизведанное пространство с новым окружением, новыми взаимоотношениями.**

**Причины, которые влияют на адаптацию ребенка в ДОУ:**

1. **Возраст ребенка.**

Более спокойно протекает период привыкания ребенка 3,5 – 4 года. В этом возрасте ребенок постепенно выходит за рамки интересов семейного круга. Но этого еще нет у детей 1 – 3,5 лет.

Адаптационный период дети переносят очень тяжело. Малыш чувствует непринятие, панику, если посторонний взрослый старается выполнить с ним какие-то действия. Ребенок не хочет принимать помощь воспитателя при кормлении. Находясь в нервном возбуждении, он не чувствует голода. И первое, что чувствует ребенок, вернувшись домой, – сильное облегчение и чувство голода. У него нервное напряжение: он расстроенный, плачет, не отпускает маму ни днем, ни ночью, долго не может заснуть, часто просыпается с плачем. Как правило, через 3-4 дня заболевает.

1. **Поведение ребенка.**

В период адаптации тяжело предугадать поведение ребенка даже внимательным мамам.

Поведение ребенка в период поступления в детский сад делят на 3 группы:

1. Многие дети резко, бурно показывают свое негативное отношение к ДОУ: громко плачут, падают на пол, царапаются, кусаются, или просятся на руки, бегут к дверям, никого не слышат. Если они устанут сами от этого, они могут неожиданно уснуть, сидя возле стола, чтобы через 3-4 минуты с новой энергией опять плакать. Дети данной группы привыкают к ДОУ на протяжении 20-30 дней.
2. Дети, которые после разлуки с мамой замыкаются, стают напряженными и настороженными. У них есть только силы на то, чтобы сделать несколько шагов и забиться в ближайший угол, от всех отгородиться. Эти дети еле-еле сдерживают плач, сидят, их взгляд неподвижен, они не играются, молчат. И только увидев в дверях маму, оживают, бегут к ней и горько плачут. Дети данной группы привыкают к ДОУ на протяжении 2-3 месяцев.
3. Коммуникабельные малыши. Переступив порог детского сада, они не пугаются, а, наоборот, берут инициативу в общении со взрослыми. На протяжении дня рассказывают взрослому все, что знают. С удовольствием демонстрируют свои умения: самостоятельно одеваются, раздеваются, едят, спокойно лежат в постели. Но эта идиллия проходит недолго (2-3 дня), на большее у детей не хватает обхвата информации. После этого, увидев здание детского сада, они отчаиваются, их стиль поведения становится похожим на стиль детей первой группы.

**3. Опыт ребенка.**

Малыш из семьи, где есть бабушки, дедушки, тети, дяди, братья, сестры, умеет по-разному себя вести с разными членами семьи. Знает, что от кого ждать, с интересом исследует новое общество. И сильно отличается поведение детей, если родители живут в маленьком семейном окружении. Их круг общения маленький. У ребенка закрепляется симбиотическая связь с матерью (симбиоз). Если оставить ребенка на какое-то время одного, он паникует. Адаптационный период у таких детей проходит очень тяжело и может стать причиной детского невроза.

Не имея большого жизненного опыта в новом окружении, ребенок может испугаться так, что поведет себя неадекватно: лазить по полу, хотя умеет ходить; молчит, хотя умеет разговаривать.

1. **Индивидуальные особенности малыша.**

Если ребенок активен, коммуникабелен, имеет познавательный интерес, он адаптируется легко и быстро. Если малыш медлительный, спокойный, любит играть в одиночестве, то шум, разговоры детей его раздражают. Он хоть и умеет сам кушать, одеваться, но делает это медленно, отстает от всех. Все это откладывает отпечаток на его отношения с окружающими. Такому ребенку необходимо больше времени на адаптацию. Больным, стеснительным детям среди недели необходим выходной. Но стоит помнить, что долгие перерывы тоже могут задерживать и усложнять период адаптации.

**Во время адаптации важно создать в доме спокойную обстановку, с пониманием отнестись к беспричинной вредности малыша, больше с ним гулять, предлагать снять эмоциональное напряжение активными движениями, интересной деятельностью. Следует раньше его ложить спать и после теплой ванны. В адаптационный период старайтесь меньше ходить в гости, реже посещать поликлинику, салон красоты, чтобы лишний раз не перегружать ребенка новыми впечатлениями. Больше любви, берегите его нервную систему.**

**КАК РОДИТЕЛЯМ ОБЩАТЬСЯ С РЕБЕНКОМ В ПЕРИОД АДАПТАЦИИ**

**К ДЕТСКОМУ САДУ.**

1. Будьте внимательны к поведению ребенка, настроению и его чувствам.
2. С утра создавайте атмосферу хорошего настроения, это поспособствует созданию успеха на протяжении всего дня. Будите ребенка ласковым словом, мягким прикосновением руки к голове, чаще обнимайте.
3. Говорите ребенку дома, что в садике ему будет хорошо, там много красивых игрушек, хороших ребят.
4. Не угрожайте ребенку детским садом как наказание за непослушание и грехи.
5. Помните, что ваше волнение передается ребенку. Чтобы не волноваться, заранее познакомьтесь с воспитателем и особенностями организации жизни в группе.
6. Учите ребенка элементарным навыкам самообслуживания: одеваться, раздеваться, аккуратно кушать, пользоваться носовым платком, умываться и мыть руки.
7. Заранее продумайте, как сделать так, чтобы ребенок сначала не оставался на целый день в детском саду, а только на несколько часов. В первые дни посещения садика не оставляйте ребенка одного, побудьте с ним некоторое время на прогулке. Не опаздывайте, забирайте ребенка вовремя. Постепенно увеличивайте его пребывание в группе на протяжении недели, начиная с 1-2 часов, чтобы ребенок осознал, что разлука с мамой временна, мама всегда вернется.
8. Обеспечивайте объединение воспитательного влияния всех членов семьи, говорите ребенку четко, что он может сделать, как это сделать, а что не может и почему. Тогда ваш ребенок поймет, что вы конкретно от него требуете.
9. Интересуйтесь у воспитателя вашим ребенком, как он играет, как общается с другими детьми.
10. Обязательно сообщите воспитателю группы о привычках и желаниях, особенностях здоровья и поведения вашего ребенка.
11. Держите тесную связь с персоналом группы и будьте уверены, что работники смогли принять и понять вашего ребенка и по-матерински заботятся о нем.
12. Посетив один раз детский сад, посетите практического психолога, познакомьтесь с ним

**СИМПТОМЫ ЭМОЦИОНАЛЬНО-НЕРВНОГО НАПРЯЖЕНИЯ**

**У ДЕТЕЙ РАННЕГО ВОЗРАСТА.**

1. Частые неадекватные негативные эмоции и эмоциональные состояния – плач, капризы, плаксивость, долгая депрессия, апатия, равнодушие, сниженное настроение, немотивированные приступы гнева, высокий уровень возрастных страхов или появления страхов, не соответствующих возрасту (страх смерти матери присущ детям 6-7 лет, но бывает у 2-3 летнего ребенка), высокий уровень общей ситуативной тревожности, высокая конфликтность с окружающими, особенно с детьми.
2. Отсутствие или минимальное проявление позитивных эмоций, позитивных реакций на новые игрушки.
3. Отсутствие четко дифференцированной эмоциональной реакции на разных людей.
4. Отсутствие способности откликаться на эмоциональное состояние близкого человека.
5. Чрезмерная интенсивность и сдержанность эмоционального отклика на эмоциональное состояние близкого человека.
6. Чрезмерная осторожность и боязнь небезопасных предметов.
7. Снижена коммуникабельность ребенка (ему трудно вступать в контакт с незнакомыми людьми).
8. Снижение познавательной деятельности (практическое отсутствие реакции новизны).
9. Снижена игровая деятельность или ее отсутствие.
10. Рисунки на вольные темы в темных цветах, пессимистического содержания.
11. Смена двигательной активности (повышение или понижение).
12. Снижение или повышение аппетита.
13. Проблемы со сном (или бессонница).
14. Нежелание посещать детский сад.

**ПРИЗНАКИ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО КОМФОРТА РЕБЕНКА**

**ВО ВРЕМЯ ПРЕБЫВАНИЯ В ДЕТСКОМ САДУ:**

1. Желание идти в детский сад.
2. Адекватное проявление ребенком эмоций, наличие позитивных эмоций, позитивная реакция на новые игрушки.
3. Способность ребенка адекватно и достаточно долго откликаться на эмоциональные реакции окружающих.
4. Высокая коммуникабельность ребенка.
5. Высокая познавательная деятельность и активность.
6. Активная игровая деятельность.
7. Рисунки в светлых тонах.
8. Стабильность двигательной активности – ребенок подвижный.
9. Отсутствие проблем со сном, едой.

**Этап 2. Анкетирование родителей и сбор анамнеза.**

**АНКЕТА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

**«ОПРЕДЕЛЕНИЕ ГОТОВНОСТИ К ПОСТУПЛЕНИЮ РЕБЕНКА В ДЕТСКИЙ САД».**

1. **Какое настроение преобладает у ребенка?**

* бодрое, уравновешенное (3 балла);
* неустойчивое, раздражительное (2 балла);
* угнетенное (1 балл).

1. **Как ваш ребенок засыпает?**

* быстро (до 10 минут) (3 балла);
* медленно (2 балла);
* спит спокойно (3 балла);
* спит неспокойно (2 балла).

1. **Что вы делаете, чтобы ребенок уснул?**

* обнимаете и как-то еще взаимодействуете (1 балл);
* ничего не делаете (3 балла).

1. **Какая продолжительность сна у ребенка днем?**

* 2 часа (3 балла);
* Меньше 1 часа (1 балл).

1. **Какой аппетит у вашего ребенка?**

* хороший (4 балла);
* выборочный (3 балла);
* неустойчивый (2 балла);
* плохой (1 балл).

1. **Какое отношение у ребенка к горшку?**

* позитивное (3 балла);
* негативное (1 балл);
* просится на горшок (3 балла);
* не просится, но ему нравится быть сухим (2 балла);
* не просится, ходит мокрым (1 балл).

1. **Есть ли у вашего ребенка плохие привычки?**

* да (сосет соску, палец, раскачивается) (1 балл);
* нет (3 балла).

1. **Интересуется ли ребенок игрушками, предметами быта дома и в новой обстановке?**

* да (3 балла);
* нет (1 балл);
* иногда (2 балла).

1. **Интересуется ли ваш ребенок поступками взрослых?**

* да (3 балла);
* нет (1 балл);
* иногда (2 балла).

1. **Умеет ли малыш играться самостоятельно?**

* да (3 балла);
* не всегда (2 балла);
* нет (1 балл).

1. **Какие у малыша взаимоотношения со взрослыми?**

* легко идет на контакт (3 балла);
* выборочно (2 балла);
* трудно (1 балл).

1. **Какие у малыша взаимоотношения с детьми?**

* легко идет на контакт (3 балла);
* выборочно (2 балла);
* трудно (1 балл).

1. Отношение малыша к занятиям: внимательный, усидчивый, активный.

* да (3 балла);
* не всегда (2 балла);
* нет (1 балл).

1. **Есть ли у вашего ребенка уверенность в себе?**

* да (3 балла);
* не всегда (2 балла);
* нет (1 балл).

1. **Есть ли у вашего малыша опыт расставания с близкими людьми?**

* переносит расставание легко (3 балла);
* переносит расставание трудно (1 балл).

1. **Есть ли чрезмерная привязанность к кому-нибудь из взрослых?**

* да, есть (1 балл);
* нет (3 балла).

**Прогноз адаптации:**

**55 – 40 баллов** – ребенок готов к поступлению в детский сад;

**39 – 24 балла** – условно готов;

**23 – 16 баллов** – ребенок не готов к поступлению в детский сад (ему нужна помощь).

**ИНДИВИДУАЛЬНАЯ ДИАГНОСТИЧЕСКАЯ КАРТОЧКА РЕБЕНКА**

ФИ ребенка\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Дата рождения (полных лет)\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Сведения о родителях (ФИО, профессия, место работы):

Отец\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Мать\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Состав семьи (полная, неполная, братья, сестры):\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Социально-бытовые условия (материально обеспечены, средний достаток)\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Данные, полученные от родителей:

Особенности истории развития ребенка (наличие родовых, психических травм, серьезных заболеваний)\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Взаимодействия ребенка в семье (с кем из членов семьи больше общается, с кем ближе в семье)\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Характер отношений с одногруппниками\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Типовые конфликты и пути их решения\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Методы поощрения и наказания в семье\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Что волнует родителей в поведении ребенка\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Дополнительная информация:

Что вызывает растерянность в воспитании, поведении?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Хотели бы вы сотрудничать с психологом в решении проблем развития и воспитания вашего ребенка?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**ЛИСТ НАБЛЮДЕНИЯ**

ФИ ребенка \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Возраст при приходе в д/сад\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Дата рождения \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Дни адаптации |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Прощание с родителями |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Аппетит |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Общее эмоциональное состояние |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Интерес к игре |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Сон |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Выводы: |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

**Условные обозначения:**

**Прощание с родителями: Аппетит:**

* прощается спокойно – С; 1. хороший – Х;
* плачет – П; 2. плохой – П;
* истерит – И. 3. перебирает едой – Пр;

4. отказывается – О.

**Общее эмоциональное состояние:**

* Спокойный – С (позитивное отношение, на инициативу отвечает, но сам не проявляет ее);
* Бодрый – Б (реакции эмоционально окрашены, часто улыбается, охотно контактирует с другими);
* Возбужденный – В (аффективные вспышки возбуждения, истерики, плач, конфликты с другими);
* Угнетенный – У (вялость, бездеятельность, пассивность, замкнутость, грусть, тихий и долгий плач).

**Интерес к игре:**

* умеет играть самостоятельно, игрушки берет сам – С;
* играется, когда предложат – И;
* не проявляет интерес к игре, не умеет играться – Н.

**Сон: норма – Н, вне нормы – Вн.**