

Семинар-практикум

**«Взаимодействие педагогов и семьи по вопросу
успешной адаптации детей к детскому саду»**

Цель: повышение психолого-педагогической грамотности педагогов в вопросах адаптации детей к условиям ДОУ.

Задачи: представить информацию об особенностях адаптации детей, родительских ожиданиях и эмоциональном благополучии детей в ДОУ. Познакомить с направлениями работы педагогов с родителями.

1. Определение понятия адаптация.

-Как вы думаете, что такое адаптация?(ответы педагогов)

Традиционно под **адаптацией** понимается процесс вхождения человека в новую для него среду и приспособление к её условиям. Адаптация является активным процессом, приводящим к позитивным (адаптивность, т.е. совокупность всех полезных изменений организма и психики) результатом, или негативным (стресс). При этом выделяются два основных критерия успешной адаптации: внутренний комфорт (эмоциональная удовлетворенность) и внешняя адекватность поведения (способность легко и точно выполнять новые требования). С приходом в ясли у ребёнка начинается новый этап в его жизни.

Адаптация – это не только процесс привыкания ребёнка к дошкольному учреждению на первых порах, но и выработка умений и навыков в повседневной жизни.

2. Различают три фазы прохождения адаптационного периода.

Острая фаза- сопровождается разнообразными колебаниями в соматическом состоянии и психическом статусе. Это приводит к снижению веса, частым респираторным заболеваниям, нарушению сна, снижению аппетита, регрессу в речевом развитии (длится в среднем один месяц);

Подострая фаза характеризуется адекватным поведением ребенка, то есть все сдвиги уменьшаются и регистрируются лишь по отдельным параметрам на фоне замедленного темпа развития, особенно психического, по сравнению со средними возрастными нормами (длится 3-5 месяцев);

Фаза компенсации характеризуется убыстрением темпа развития, в результате дети к концу учебного года преодолевают указанную выше задержку темпов развития.

Применительно к длительности протекания адаптационного процесса обычно говорят о трех степенях

Легкая степень: поначалу ребенок капризничает, плачет, к 20-му дню пребывания в детском саду нормализуется сон, ребенок нормально ест, не

отказывается от контактов со сверстниками и взрослыми, сам идет на контакт. Заболеваемость не более 10 дней, без осложнений и без изменений.

Средняя степень: слезы, крики, странное поведение ребенка. Ребенок отказывается идти в детский сад, но успокаивается постепенно в группе. На фоне такого эмоционального состояния ребенок может заболеть. Постепенно ребенок становится спокойнее и затем привыкает. Поведенческие реакции восстанавливаются к 30-му дню пребывания в детском саду. Нервно-психологическое развитие несколько замедляется, снижается речевая активность. Заболеваемость до двух раз сроком не более 10 дней без осложнений, вес несколько снизился.

Тяжелая степень: ребенок никак не может привыкнуть к детскому саду. Начинает часто и длительно болеть. От этого страдает его нервно – психическое развитие: ребенок может забывать новые слова, демонстрировать мнимое неумение есть ложкой, проявлять замкнутость и отчужденность. Поведенческие реакции нормализуются к 60-му дню пребывания в детском саду. Нервно-психическое развитие отстает от исходного на 1-2 квартала. Респираторные заболевания более 3-х раз сроком более 10 дней. Ребенок не растет, не прибавляет в весе в течение 1-2 квартала.

Именно поэтому необходима такая организация жизни ребенка в дошкольном учреждении, которая приводила бы к наиболее адекватному, почти безболезненному приспособлению его к новым условиям, позволяла бы формировать положительное отношение к детскому саду.

Я попросила педагогов нарисовать при помощи художественных образов, как они понимают термин «Адаптация» (интерпретация рисунков)

-Назовите причины плохой адаптации ребенка к дошкольному учреждению.

- особенности высшей нервной деятельности и возраста ребёнка (дети с различными чертами характера и типа темперамента к детскому саду привыкают по-разному);
- отсутствие тренировки его нервной системы
- состояние здоровья (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».
- отсутствие навыков 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).

- Отсутствие в семье режима дня, совпадающего с режимом детского сада (за несколько месяцев до посещения сада родители должны начать приводить режим ребенка к тому, какой его ждет в саду)

- Отсутствие рациона питания, приближенного 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. от резкого контраста между обстановкой, в которой ребенок привык находиться дома и той, в которой находится в дошкольном учреждении;

- Методики воспитания в семье отличаются от общепринятых;
- Ребенок не умеет общаться с другими детьми;
- Ребенок настороженно относится к чужим взрослым;
- Не умеет занять себя на некоторое время игрой;

3. Упражнение «Типичные ошибки родителей во время адаптации ребенка к детскому саду».

Адаптационный стресс переживают не только дети, но и их родители. В душе у них сплошные сомнения: любимое чадо плачет, может стоит еще поддержать его дома? Как он адаптируется к новым условиям?

-как вы думаете, чего вы не должны делать, когда ребенок начинает ходить в детский сад?.

1.Папа Вовы (2.5 г.) спрашивает, как отучить ребенка от бутылочки во время засыпания и от соски, ведь это не поощряется в дошкольном учреждении. Какие советы можно дать папе

2.Мама Вероники (3г.) рассказывает, что девочка очень трудно привыкает к режиму дня детского сада. Утром не хочет вставать, вечером ее не уложить, и вообще до поступления в сад дома не соблюдался никакой режим. Что можно посоветовать маме?

3.Маленькая Вера пошла в детский сад в 2.6 года. Первые три дня у девочки не было никаких проблем: расставалась спокойно с мамой, в группе играла, рассматривала книжки. Мама, наблюдая положительную адаптацию дочери, планирует выход на работу. Однако Веру как подменили: крик, плач при прощании, неумные истерики в группе. Что произошло с девочкой? Что посоветуйте маме.

4.Родители Маши (3 г.), довольные работой детского сада (внимательная, заботливая воспитательница, доброжелательная няня,

присутствие специалиста в группе и т.д.), не так много уделяют внимания девочке как раньше. Маша капризничает, не хочет ходить в садик, болезненно реагирует на приход других взрослых. Что можно посоветовать родителям Маши.

5. Мама Миши (2.4 г.) устала от постоянных капризов сына, нежелания остаться в детском саду – обвиняет и наказывает сына за слезы. Какой выход из ситуации, ваши пожелания маме.

6. Мама Саши (3г.) часто отпрашивается с работы, чтобы посидеть с ребенком дома. Саша, со слов мамы, трудно адаптируется к саду, переживает, плачет. Правильно ли поступает мама?

7. Мамы Леры (2.7 г.) и Оли (2.3 г.) очень переживают, как доченьки переносят разлуку с мамой: подолгу расстаются, стоят у двери, прислушиваются к звукам в группе. В свою очередь - девочки тревожные, беспокойные, адаптироваться к новым условиям им очень трудно. Правильно ли поступают родители? Какие советы можно дать мамам?

Подсказки воспитателя для родителей

- *Начинают отучать ребенка от ранее сложившихся привычек, которые не приняты в детском саду. Этого делать ни в коем случае нельзя. Либо за 2-3 месяца до поступления в сад, либо после привыкания.*

- *Болезненно реагируют на плач или уговоры пойти домой. Неготовность родителей к негативной реакции ребенка на дошкольное учреждение. Родители бывают напуганы плаксивостью ребенка, растеряны, ведь дома он охотно соглашался идти в детский сад. Надо помнить, что для малыша – это первый опыт, он не смог заранее представить себе полную картину, что плаксивость – нормальное состояние дошкольника в период адаптации к детскому саду. При терпеливом отношении взрослых она может пройти сама собой.*

- *Обвинение и наказание ребенка за слезы. Это не выход из ситуации. От старших требуется только терпение и помощь. Все, что нужно малышу – это адаптация к новым условиям.*

- *Не стоит планировать важных дел в первые дни пребывания ребенка к детскому саду. Выход на работу лучше отложить. Родители должны знать, что сын или дочь могут привыкать к садику 2-3 месяца.*

- *Пребывание родителей в состоянии обеспокоенности, тревожности. Они заботятся об общественном мнении, испытывают внутренний дискомфорт, волнуются, что недостаточно хороши в роли «мамы» и «папы». Прежде всего им надо успокоиться. Дети моментально чувствуют, когда родители волнуются, это состояние передается им. Родителям очень важно понимать, что ребенок*

проходит адаптацию к новым условиям жизни. Стоит избегать разговоров о слезах малыша с другими членами семьи в его присутствии. Кажется, что сын или дочь еще очень маленькие и не понимают взрослых разговоров. Но дети на тонком душевном уровне чувствуют обеспокоенность мамы и это еще больше усиливает детскую тревогу.

• *Пониженное внимание к ребенку* также является типичной ошибкой родителей. Довольные работой ДОО, некоторые мамы облегченно вздыхают и уже не так много внимания, как раньше, уделяют малышу. Рекомендуется, наоборот, как можно больше времени проводить с ребенком в этот период его жизни. Этим мама показывает, что нечего бояться, потому что она все так же рядом.

• *Уступить ребенку, найти возможность остаться дома* (отпроситься на работе, попросить посидеть бабушку). Далее ребенок будет просить все настойчивее. Мамы обычно хорошо чувствуют своего ребенка, и знают, когда он манипулирует ситуацией, а когда – на самом деле болеет.

• *Пугают детским садом* («Вот будешь себя плохо вести, опять в детский сад пойдешь!»). Место, которым пугают, никогда не станет ни любимым, ни безопасным

• *Плохо отзываться о воспитателях и саде при ребенке*. Это может навести малыша на мысль, что сад – это нехорошее место и его окружают плохие люди. Тогда тревога не пройдет вообще.

• *Обманывают ребенка*, говоря, что вы придете очень скоро, если малышу, например, предстоит оставаться в садике полдня или даже полный день. Пусть лучше он знает, что мама придет не скоро, чем будет ждать ее целый день и может потерять доверие к самому близкому человеку.

4. Упражнение «Интересные факты об адаптации». Педагогам предлагается прочитать для всех участников информационные листы и высказать свое отношение к данному факту.

Ребенок, который открыто протестует против детского сада, чаще всего довольно хорошо адаптируется, если родители не ругают его, не стыдят, а выражают сочувствие, оставаясь уверенными в том, что садик – хороший выбор для их ребенка.

Тяжело привыкают к детскому саду единственные в семье и поздние дети, чрезмерно опекаемые, дети, у которых сильно развита эмоциональная связь с матерью, привыкшие к исключительному вниманию.

Замечено, что быстро и легко привыкают к новым условиям сангвиники и холерики. А вот флегматикам и меланхоликам приходится нелегко. Они медлительны и поэтому не успевают за темпом жизни детского сада: не могут быстро одеться, поесть, выполнить задание. Их часто подстегивают, подгоняют, не давая возможности побыть самим собой.

Чаще всего болеют дети, которые не очень сильно капризничают и

плачут, не выражая явно, словами и слезами, нежелание идти в садик. Это «попослушные дети», они хотят, чтобы мамы и папы были довольны их самостоятельностью, и стараются их не растривать. Но если адаптация для такого ребенка происходит сложно, организм дает эмоциям «передышку»: ребенок болеет, остается дома.

Дома – «хороший», в садике – «ужасный». Такое вполне может быть. Дело в том, что если родители очень много внимания уделяют правильному воспитанию, слишком контролируют ребенка, оберегают от неверных решений, то ребенок, оставшись в садике родителей, просто теряется. Он как бы остается без своей совести, как говорит пословица – «без царя в голове». Ведь его способность к самоконтролю еще не развилась, а дома его совестью и контролем были мама и папа.

Причина постоянных простуд и хронических ОРВИ чаще всего не медицинская, а психологическая. Одним из известных механизмов психологической защиты так и называется – бегство в болезнь. Ребенок не простужается нарочно. Это стремление он испытывает неявно, неосознанно. Организм подчиняется этой скрытой тенденции: начинает демонстрировать ослабленность, отказывается противостоять простуде.

Осложняющим фактором адаптации будут и конфликты в семье, необщительность родителей. Дети непроизвольно усваивают негативные черты поведения родителей, что осложняет их отношения со сверстниками. Они ведут себя неуверенно и нерешительно, много волнуются, сомневаются, поэтому не могут быть принятыми в группе.

Для эмоционально неразвитых детей адаптация наоборот происходит легко - у них нет сформированной привязанности к матери. Психологи указывают на следующий парадокс: чем раньше ребенок будет отдан в дошкольное учреждение (например, до 1 года), тем более он будет коллективистки настроен в дальнейшем. Первичный эмоциональный контакт такой ребенок установит не с матерью, а со сверстниками, что не лучшим образом скажется на развитии его эмоциональной сферы - в дальнейшем такой ребенок может не испытать глубокого чувства любви, привязанности, сострадания.

Мальчики более уязвимы в плане адаптации, чем девочки, поскольку в этот период они больше привязаны к матери и более болезненно реагируют на разлуку с ней.

Тем малышам, которые умеют длительно, разнообразно и сосредоточенно действовать с игрушками, легче адаптироваться в детском учреждении, они быстрее откликаются на предложение воспитательницы поиграть, с интересом исследуют новые игрушки. Для них это является привычным занятием. Такие дети в случае затруднения упорно ищут выход из ситуации, при этом, не стесняясь, обращаются за помощью к взрослому.

5. « Чего ожидают родители от детского сада»

Ребенок – величайшая ценность для родителей. Решение отдать его в детский сад «в чужие руки» может спровоцировать у них тревожность, беспокойство: там его обидят, не накормят, не переоденут и т.п.

Дети в 1,5-2 года не могут рассказать об испытываемом ими дискомфорте, поэтому передают информацию через плач, тревожное ожидание мамы. Появление нехарактерных для ребенка невротических симптомов тревожит и пугает родителей.

Повышенной тревожности, страхам, недоверию, фантазиям родителей способствует и закрытость дошкольных учреждений. Зачастую родители «сдают» ребенка в детский сад... как в камеру хранения, не зная, что происходит с ним в течение дня. Истерики ребенка усиливают нервное состояние родителей. Даже оставаясь внешне спокойными, они выдают собственное беспокойство: тревожный взгляд, разговор на повышенных тонах в семье, напряженный голос, влажная от волнения рука – масса мелочей, которые родители не осознают, но которые моментально считывает подсознание ребенка. Напряженное, тревожное состояние взрослых усиливает эмоциональное напряжение ребенка в детском саду. Передача чувств происходит моментально: ребенок улавливает стойкое отвержение детского сада родителями и тоже начинает испытывать страх и тревогу.

У родителей, плохо знающих специфику работы воспитателя, его личностные качества, особенности общения детей в группе, возникает предвзятое, негативное отношение, недоверие к сотрудникам детского сада: за ребенком не следят, воспитатели ничего не делают, дети предоставлены сами себе и т.п. А недоверие усиливает чувство тревоги, ожидание неприятностей. Если мама, придя за ребенком, увидит у него синяк, царапину, порванную одежду и т.п., то стойкое негативное отношение к детскому саду обеспечено.

В результате родители часто выбирают деструктивную стратегию адаптации: игнорирование работников детского сада, демонстрацию агрессии, конфликтное поведение. Ребенок, чувствуя состояние родителей, начинает бессознательно подыгрывать им. Таким образом, адаптация ребенка и семьи затягивается на долгие годы. Негативный опыт адаптации к ДООУ может отразиться на адаптации к школе, а возможно скажется и в более поздние возрастные периоды.

6. Взаимодействие педагогов и родителей по успешной адаптации (ребенка, родителя). Работу с семьями будущих воспитанников детского сада можно разделить на два этапа. На подготовительном, до адаптационном этапе педагоги обеспечивают условия для оптимизации периода социальной адаптации ребёнка раннего возраста. Это могут быть следующие мероприятия: первая информационная встреча с родителями, анкетирование, день открытых дверей, экскурсия по детскому саду, посещение прогулки, информационная поддержка родителя (буклет о детском саду, с рекомендациями по успешной адаптации и пр.), посещение ребенка группы кратковременного пребывания, посещение ребенком вместе с мамой центра игровой поддержки.

На основном этапе, задача которого – оказать поддержку детям, родителям, используются такие формы работы, как:

- Родительские собрания;
- Беседы, консультации
- Анкетирование;
- Совместное творчество родителей, детей.
- Фотогазеты;
- Наглядные формы педагогической пропаганды (тематические выставки, папки-передвижки, буклеты).