**Проблемы адаптации детей в условиях ДОУ.**

Подготовила воспитатель: Мокроусова О.А.

 **1.Проблема адаптации в современном ДОУ.**

Адаптационный период - серьез­ное испытание для малышей до 3,5-4 лет: вызванные адаптацией стрессовые реакции надолго нарушают эмоциональное состояние детей.

О трудностях адаптационного пери­ода говорили и отечественные, и зару­бежные исследователи (Н.М. Аксарина, Р.В. Тонкова-Ямпольская, Е. Шмидт-Кольмер, В. Манова-Томова и др.). «Мож­но с большой долей вероятности пред­полагать, что этот период не проходит бесследно даже при благоприятном его окончании, а оставляет след в нервно-психическом развитии ребенка», - от­мечала Е.И. Морозова (1999).

Анализ деятельности дошкольных уч­реждений в период адаптации показы­вает, что эта проблема - одна из плохо-решаемых. Воспитатели групп не гото­вы оказывать вновь поступившим детям квалифицированную помощь и психо­лого-педагогическую поддержку; они часто демонстрируют отсутствие навы­ков грамотного построения взаимоот­ношений с родителями новичков.

В связи с этим старшему воспитателю и психологу необходимо усилить рабо­ту с персоналом в этом направлении: систематически освещать новые подхо­ды к раскрытию таких тем, как ведущая роль взрослого в развитии ребенка (Г.М. Лямина), этапы развития общения взрослого с ребенком (С.Ю. Мещеряко­ва, Л.Н. Галигузова, Н.Н. Авдеева), прак­тическое применение этих знаний в условиях адаптации (НД. Ватутина), диа­гностическая методика адаптационно­го профиля (Е.И. Морозова).

Анализ современных материалов по проблеме выявил настоятельную необ­ходимость скорректировать организа­цию адаптационного периода с учетом иерархии потребностной структуры ребенка в условиях социализации. Следует сразу же пояснить, что иерар­хическая лестница применительно к данной проблеме предполагает после­довательное расположение задач не в смысле их соподчинения, а в порядке очередности их решения при жестком условии: без успешного решения задач предыдущей ступени невозможно эф­фективное движение вверх.

Каждому, кто работает в дошкольном учреждении, известно: 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: дети плачут, цепляются, не дают работать, а воспитателю нужно успеть все сделать по режиму, хоть на время успокоить малыша, дать остальным передохнуть от крика новенького.

Период привыкания детей - неизмен­но сложная проблема. С ней сразу же столкнулись работники первых яслей, открывшихся еще на заре советской власти. Заботясь о здоровье и самочувствии детей в этот трудный для них период, медицинские работники начали разрабатывать щадящие режимы со свободными часами сна и бодрствования, облегченные варианты меню с обилием фруктов и соков, комплексы профилактических мероприятий. Но все предлагаемое лишь несколько смягчило остроту проблемы.

Н.М.Аксарина, одна из основоположников науки о раннем возрасте, не раз возвращалась к вопросу адаптации детей в дошкольном учреждении, неустанно приводила один и тот же пример: садовник, бережно пересаживая молодое деревце, выкапывает его с частью почвы, на которой оно произрастало, и затем любовно ухаживает за ним, поливает его, но, приживаясь на новом месте, оно всё равно болеет, листики его вянут. А мы безжалостно отрываем ребёнка от матери, рушим сложившиеся стереотипы, погружаем это беспомощное существо в незнакомую обстановку, окружаем чужими людь­ми, не оставляем ни единой точки сопри­косновения с привычной жизнью. Нема­ло грамотных педагогов откликнулись на этот призыв - были подобраны комплек­сы развлекающих мероприятий, реко­мендации по индивидуальному подходу к новеньким на основе тщательно разра­ботанных анкет, вопросников для беседы с мамой: как ласково называют малыша дома? Каким игрушкам он отдает предпо­чтение? Может ли самостоятельно занять себя? Как и что ест малыш? Как и где спит? И т.п. Воспитателю предлагалось посе­тить семью будущего подопечного с це­лью ознакомления с особенностями его развития и воспитания. Но родители не понимали, чего от них хотят, отделыва­ясь малозначащими фразами: «Проблем с воспитанием ребенка у нас нет», «Сын любит играть в машинки и другие игруш­ки», «Оля умеет все, но ленится делать са­ма», «Выполняет поручения, если они по­нравятся», «Умеет раздеваться и одевать­ся, но балуется» и т.п. Воспитатели, посе­щая незнакомую семью, в большинстве случаев чувствовали себя скованно, не видя конструктивных результатов данно­го мероприятия. В результате все попыт­ки определить точки соприкосновения семьи и дошкольного учреждения, разра­ботать общие подходы к малышу оказа­лись малоэффективными: дети приходи­ли в группу с любимой игрушкой, слыша­ли свое знакомое по дому ласкательное имя, ходили за ручку с приглянувшимся взрослым, но продолжали все так же от­чаянно страдать, переступив порог груп­повой комнаты.

В настоящее время существенную по­мощь в положительном решении дан­ной проблемы оказывают научно-прак­тические разработки психологов, кото­рые вооружают педагогов знаниями о ведущей роли взрослого в развитии ре­бенка раннего возраста, об особеннос­тях его психического развития, уровнях общении с взрослым и др.

Разными подходами к проблеме адаптации делятся практические работники, о научных достижениях в этой об­ласти рассказывают ученые. Вниматель­но знакомясь с опубликованными мате­риалами, каждый раз можно убедиться, что характер и длительность адаптационно­го периода зависят от ряда объективных обстоятельств и множества субъектив­ных причин. Чтобы полнее представить себе эту проблему, следует разобраться в многообразии подходов к ее решению.

Многое зависит от возраста ребенка. Малыш первого полугодия еще не в состо­янии отличать своих взрослых в семье от чужих. Он с благодарностью принимает помощь любого взрослого, который во­время кормит и укладывает его спать, об­нимает, поет, носит на руках. Поэтому, ка­залось бы, дети в возрасте до 7-8 месяцев, поступая в ясельную группу, не должны ис­пытывать напряжения адаптационного периода, если часы кормления и сна не на­рушаются. Однако даже таким малышам нужно время, чтобы привыкнуть к новой обстановке, незнакомым рукам и даже к тембру голоса воспитателя. С целью выра­ботки единых подходов к ребенку в бесе­дах с родителями воспитатели уточняют, чем его кормят дома, каковы характер и длительность дневного сна, в каких усло­виях он протекает. Одновременно узнают особенности методов и приемов воздей­ствия на ребенка в часы бодрствования, при кормлении и укладывании.

 Относительно спокойно протекает период привыкания детей 3,5-4 лет. В этом возрасте ребенок постепенно вы­ходит за рамки интересов семейного круга. На основе личных симпатий у не­го начинают складываться избиратель­ные взаимоотношения со сверстника­ми, его манят «неизведанные да­ли». Все это сглаживает остроту адаптационного периода. Со­вершенствование памяти и вни­мания, довольно высокий уро­вень развития речи и познава­тельной активности детей этого возраста помогают воспитателю отвлечь их от переживаний раз­луки с семьей, занять интересной деятельностью, наладить контакт.

Ничего этого еще нет у крохи с девятимесячного возраста и до 3-3,5 лет. Адаптационный период дети этого возраста переносят крайне тяжело. По статистике, сегодня к услугам дошкольного учреждения родители в основном обращаются, когда малышу исполнится 1,5-2 года: ребенок уже живет по режиму с одним дневным сном, самостоятельно передвигается, понимает обращенную к нему речь взрослого, может как-то рассказать о своих проблемах, не столь существенно зависит от помощи взрослого. Но и эти положительные сдвиги в развитии не могут оказать малышу весомую помощь в столь критическом для него положении. Он испытывает крайнюю степень неприятия и даже панику, когда чужой взрослый собирается произвести с ним какие-то манипуляции, отказывается принимать помощь незнакомца, когда тот пытается накормить его с трудом может проглотить две-три ложки, не различая вкуса пищи. Находясь в нервном возбуждении, он не чувствует голода. Фактически в течение всего времени пребывания в группе малыш остаётся голодным. А кормить насильно нельзя. Во-первых, даже незначительный кусочек картофеля или моркови может, затруднить глотание; во-вторых, у детей может быть избирательное отношение продуктам питания, например к луку; в-третьих, можно невзначай надавить ложкой на язык, вызвав неприятное ощущение и даже рвоту, которая быстро сформируется в анарексию, когда рвотные позывы появляются уже при виде пищи. Ребенок в первые дни посещения гpyппы с опаской оглядывается по сторонам. Он никогда не видел такого большого помещения с таким обилием игрушек. Ему бы спокойно освоиться в окружающей обстановке, а взрослые берут за руку и ведут в другие, совсем несимпатичные для него помещения. Среди множества поло­тенец, рычащих сливных бачков туалет­ной комнаты его пытаются усадить на не­знакомый горшок. Малыш упирается изо всех сил. Ему страшно, хочется побыстрее сбежать из этого помещения, и все усилия взрослых остаются безрезультатными. Меняя штанишки малышу, воспитатель ворчит «За два года мамаша не удосужи­лась приучить к горшку». А надо было все­го лишь взглянуть с участием в полные от­чаяния глаза ребенка, ободрить его.

 Вернувшись в групповую комнату, ма­лыш не успевает передохнуть от пере­житого, как его ведут в другую комнату, с множеством кроватей. Ему некогда даже осознать, что его ждет: так быстро его раздевают и укладывают в незнакомую кровать. Есть еще силы у малыша, он протестует, кричит; нет - лежит непо­движно, боясь пошевелиться, закрыть глаза. Надо отдать должное, в практике работы с детьми есть и положительные моменты, когда время пребывания но­венького ограничивается — до обеда или до укладывания на сон.

 Вернувшись домой, первое, что испы­тывает ребенок, - невероятное облегче­ние и чувство голода. Дает о себе знать и нервное напряжение: малыш плаксив, не отпускает от себя маму ни днём ни ночью, долго не может заснуть, часто просыпается с плачем.

Такие испытания не проходят бесслед­но, и, как правило, через три-четыре дня ребенок заболевает. Сказывается и то, что организм его ослаб, так как малыш на протяжении нескольких дней недоедал, недосыпал. Не следует забывать и о том, что дети попадают в чужеродную аэроб­ную среду, и в группе всегда найдутся те, у кого першит в горле или капает из носа. Кто-то чихнул рядом, кашлянул в лицо. Много ли надо новенькому? Особенно часто в период адаптации болеют ослаб­ленные дети; характер их заболеваний сложнее, чем обычное ОРЗ, и ОРВИ.

Персоналу группы, особенно в адаптационный период, следует неукоснительно выдерживать график проветривания помещений, четко организовывать фильтр во время утреннего приёма, тщательно обрабатывать не только посуду, но и игрушки. Ответственность за эти мероприятия несёт старшая медсестра.

 Поведение детей в период адаптации трудно спрогнозировать даже самым внимательным мамам: в их совместном с малышом жизненном опыте никогда не возникало таких затяжных экстремаль­ных ситуаций. Узнав от воспитателей, как вел себя малыш в группе, родители бывают удивлены, озадачены. Они не знали своего малыша с такой стороны!

 **2. Эмоциональный портрет ребенка, впервые поступившего в обычный детский сад. Какие показатели он включает.
 I. Отрицательные эмоции** - как правило, важнейший компонент ЭП (эмоционального портрета), встречающийся, в основном, у каждого ребенка, впервые адаптирующегося к новому организационному коллективу.
Обычно проявления различны: от еле уловимых до депрессии, напоминающей собою плен. При ней малыш подавлен, угнетен и безучастен ко всему на свете. Он есть и в то же время его нет. Сидит как будто окаменелый, весь погруженный сам в себя, похожий на глухонемого или на пришельца с неизвестной нам планеты. Не ест, не пьет, не отвечает на вопросы. О сне вообще не стоит говорить... И вдруг, вдруг исчезает вся окаменелость, и он безумно мечется по группе, напоминая "белку в колесе". Как вихрь вырывается из рук нянь или воспитателей и мчится к выходу, со всеми конфликтуя на ходу. Там замирает, а потом, рыдая, зовет маму, захлебываясь в собственных слезах. Но вдруг бессильно замолкает, вновь превратившись в манекен. И так по нескольку раз в день.
Довольно часто дети выражают свои негативные эмоции палитрой плача: от хныканья до постоянного. Но наиболее информативен приступообразный плач, свидетельствующий о том, что, хоть на время, у малыша все негативные эмоции внезапно отступают на последний план в связи с тем, что их оттесняют положительные. Но, к сожалению, все это лишь на время. Чаще всего на время ориентировочной реакции, когда малыш во власти новизны.
В палитру плача входит также и "плач за компанию", которым уже почти адаптированный к саду ваш ребенок поддерживает "новичков", пришедших в группу, и составляет "плачущий дуэт" или же просто подпевает в хоре.
Обычно дольше всех из отрицательных эмоций у ребенка держится так называемое хныканье, которым он стремится выразить протест при расставании с родителями, убегающими на работу.
**II. Страх** - обычный спутник отрицательных эмоций, их "сослуживец", "компаньон" и "друг". Навряд ли нам удастся встретиться с ребенком, который не испытал его хотя бы раз во время адаптации к детсаду. Ведь малыш, впервые придя в детский коллектив, во всем лишь видит скрытую угрозу для своего существования на свете. Поэтому он многого боится, и страх преследует его буквально по пятам, гнездится в нем самом. Малыш боится неизвестной обстановки и встречи с незнакомыми детьми, малыш боится новых воспитателей, а главное, того, что родители забудут о нем, уйдя из сада на работу. Малыш боится, что его предали, что не придут за ним вечером, чтобы забрать домой... Малыш боится... Очень часто мы невольно сами провоцируем его глобальный страх. И этот страх - источник стресса, а приступы его можно расценивать как пусковые механизмы стрессовых реакций.
**III. Гнев**: Порой на фоне стресса у ребенка вспыхивает гнев, который прорывается наружу, написанный буквально на лице. В такой момент малыш ваш, словно маленький агрессор, пантерой готов прыгнуть на обидчика, отстаивая свою правоту.
В период адаптации ребенок похож на "ахиллесову пяту" и оттого раним настолько, что поводом для гнева может служить все. Поэтому гнев и рождаемая им агрессия способны разгореться, даже если нет искры, как будто бы в самом ребенке заложена пороховая бочка.
**IV. Положительные эмоции** - противовес всем отрицательным эмоциям и главный выключатель их. Они сравнимы только лишь с рассветом, который возвещает нам о том, что ночь уже давно пошла на убыль и будет светлый, много обещающий всем день. Обычно, в первые дни адаптации они не проявляются совсем или немного выражены в те моменты, когда малыш как будто "опьянен" ориентировочной реакцией на "прелесть новизны". Чем легче адаптируется ребенок, тем раньше проявляются они, похожие на первых ласточек, всем возвещающих о завершении у вашего ребенка адаптационного процесса. Особенно благоприятна радость. Вообще, улыбка и веселый смех, пожалуй, - главные "лекарства", вылечивающие большинство из негативных сдвигов адаптационного периода.
**V. Социальные контакты.** Коммуникабельность ребенка - это благо для успешного исхода адаптационного процесса. Однако в первые дни нахождения в дошкольном учреждении у некоторых малышей утрачивается и это свойство. Такие дети замкнуты и нелюдимы, все время проводят лишь в "гордом одиночестве". На смену этой "гордой бесконтактности" приходит "компромиссная контактность", означающая то, что ребенок вдруг сам стал проявлять инициативу для вступления в контакт со взрослыми людьми.

**VI. Познавательная деятельность** - обычно верный "друг" всех положительных эмоций. Как и они, познавательная деятельность, как правило, снижается и угасает на фоне стрессовых реакций. В раннем возрасте эта деятельность тесно связана с игрой. Поэтому малыш, впервые придя в детский сад, нередко не интересуется игрушками и не желает интересоваться ими. Ему не хочется знакомиться со сверстниками, понять, что происходит рядом с ним. Ребёнок находится словно в зимней спячке, и познавательная деятельность его заторможена. Однако, в скором времени активность стресса станет минимальной и в скором времени исчезнет насовсем.
**VIII. Особенности речи.** У некоторых малышей на фоне стресса меняется и речь, не прогрессируя, а в сторону регресса. Словарный запас малыша скудеет, и он на несколько ступенек словно опускается вдруг вниз. Почти совсем нет существительных. Почти совсем нет прилагательных. Встречаются одни глаголы. В ответах на вопросы - "телеграфный стиль". Такая речь - итог тяжелой адаптации. При легкой - она или же не изменяется совсем, или описанные изменения касаются ее чуть-чуть. Однако в это время в любом случае затруднено необходимое для возраста ребенка пополнение его активного словарного запаса.
**IX. Двигательная активность.** Во время адаптационного процесса довольно редко сохраняется в пределах нормы. Ребенок сильно заторможен или неуправляемо гиперактивен. Однако нужно постараться все-таки не путать его активность, измененную в связи с процессом адаптации, с активностью, присущей темпераменту ребенка.
**X. Сон.** Вначале сон отсутствует совсем, и в тихий час малыш как "ванька-встанька". Его не успеваешь уложить, как он уже сидит на кровати. По мере привыкания к детсаду ребенок начинает засыпать. Но, сон навряд ли можно назвать сном. Он беспокойный, прерывается все время всхлипыванием или внезапным пробуждением. И только лишь когда ребенок адаптируется к саду, он в самом деле сможет тихо провести свой тихий час и спать спокойно.
**XI. Аппетит.** Чем менее благоприятно адаптируется ребенок, тем хуже его аппетит, отсутствующий иногда совсем, как будто бы ребенок объявляет голодовку. Гораздо реже ваш малыш впадает вдруг в другую крайность, пытаясь своим "волчьим" аппетитом хоть как-то удовлетворить свои неудовлетворенные потребности. Нормализация пониженного или же повышенного аппетита, как правило, сигнализирует всем нам о том, что отрицательные сдвиги адаптационного процесса не нарастают, а пошли на убыль, и в скором времени нормализуются и все другие показатели описанного нами выше эмоционального портрета.
На фоне стресса ребенок может похудеть, но, адаптировавшись, он легко и быстро не только восстановит свой первоначальный вес, но и начнет в дальнейшем поправляться.
Надо также знать, что у ребенка во время адаптационного процесса внезапно, без каких-то видимых причин, возможно кратковременное повышение температуры. Обычно в этих случаях врач говорит об "адаптационных свечах". Такие "свечи" лишний раз подчеркивают тяжесть адаптационного периода.

 3. Анамнестические факторы риска, осложняющие адаптацию ребенка к дошкольному учреждению.
**I**. До родов (антенатальные факторы).
Токсикозы I и II половины беременности.
Острая и инфекционная заболеваемость матери в период беременности.
Обострение хронических заболеваний матери в период беременности.
Прием лекарственных препаратов матерью во время беременности.
Стрессовые ситуации у матери в период беременности (конфликты на работе, в семье, горестные переживания).
Профессиональные вредности матери в период беременности.

Употребление матерью алкоголя во время беременности.
Частое употребление алкоголя отцом перед беременностью матери.
Курение матери в период беременности.
**II**. Во время родов (интранатальные факторы).
Осложнения в родах.
Наличие асфиксии разной степени тяжести. Родовая травма.
Хирургические вмешательства во время родов. Несовместимость по резус-фактору у матери и ребенка.
**III**. После родов (постнатальные факторы).
Недоношенность или переношенность ребенка.
Крупная масса тела (вес больше 4 кг).
Заболеваемость на первом месяце жизни.
Употребление алкоголя матерью во время вскармливания грудью.
Курение матери во время вскармливания грудью.
Пассивное курение (курение членами семьи в присутствии ребенка).
Искусственное вскармливание ребенка.
Фоновые заболевания у ребенка (рахит, диатез, гипотрофия, паратрофия, анемия).
Частые ОРВИ, острые инфекционные заболевания у ребенка до 3-х лет.
Наличие хронических соматических и врожденных заболеваний (пиелонефрит, врожденный порок сердца и
т. д.).
Задержка нервно-психического развития.
Неудовлетворительные материально-бытовые условия жизни.
Отсутствие закаливающих мероприятий.
Несоответствие домашнего режима режиму в новом для ребенка дошкольном учреждении.
Лишение общения со сверстниками и незнакомыми людьми.
Конфликтные взаимоотношения в семье.
Отсутствие отца или матери в семье ребенка.
Первый или единственный ребенок в семье.
Неправильное воспитание ребенка: "кумир семьи", "кронпринц", "Золушка", "ежовые рукавицы", гиперопека, гипоопека и т. д.
Всё это различные анамнестические факторы риска, которые в той или иной степени воздействуют на адаптацию ребенка, препятствуя нормальному течению ее.
Некоторые из них изменить не под силу. Ну, например, все то, что было связано с беременностью или с родами ребенка. Однако среди многих неблагополучий, влияющих на адаптацию ребенка и выявленных после родов, есть группа факторов (социальных), которые возможно устранить и даже нужно. Ну, например: пассивное курение, отсутствие закаливающих мероприятий, несоответствие домашнего режима режиму в новом для ребенка дошкольном учреждении, лишение общения со сверстниками и незнакомыми людьми, конфликтные взаимоотношения в семье, неправильное воспитание ребенка и т. д. Если родителям хочется, чтобы их ребенок адаптировался к саду быстрей и легче, чем он должен адаптироваться по прогнозу, необходимо как можно раньше устранить все, что устранимо из этого набора неблагополучий различных факторов анамнеза ребенка.

 **4. Три группы детей по характеру поведения при поступ­лении в детский сад.**

 ***Первая группа****.* Большинство детей резко отрицательно и бурно выражают свое отношение к происходящему: громко плачут, бросаются на пол, цара­паются, кусаются, щиплют тех, кто ока­зывается рядом. Они то просятся на ру­ки к взрослому, то бегут к двери с ярос­тью расшвыривают предлагаемые иг­рушки. Устав от бурного проявления протеста, малыш может внезапно ус­нуть, привалившись к взрослому или уткнувшись носом в стол, чтобы через 3-4 минуты с новой энергией продол­жить плач до хрипоты. Дети этой груп­пы привыкают в течение 20-30 дней.

***Вторая группа*** *-* немногочисленная, два-три ребенка, которые после расста­вания с мамой замыкаются, бывают край­не напряжены, насторожены. У них хва­тает сил только на то, чтобы сделать не­сколько шагов от порога в сторону и за­биться в ближайший угол, спиной к сте­не, отгородившись от всех стулом, а луч­ше столом. Эти дети, находясь в крайнем напряжении, еле сдерживают рыдания, сидят, уставившись в одну точку, не при­трагиваясь ни к игрушкам, ни к еде. На­кормить их хоть чем-то, высадить на гор­шок очень трудно. Они молчат, не реаги­руют ни на одно предложение, отворачи­ваются при попытке вступить с ними в контакт. И только увидев в дверях маму, оживают; с трудом передвигая ноги, уст­ремляются к ней, а то и просто приполза­ют и, уткнувшись в ее колени, горько ры­дают. Адаптация таких детей длится два-три месяца, протекает очень сложно.

Характер и длительность адаптаци­онного периода зависят также и от индивидуально-типологических особен­ностей детей. Застенчивые, замкнутые, робкие трудно, болезненно переносят разлуку с мамой, более длительное время привыкают, чаще болеют.

 В ***третью группу***можно выделить коммуникабельных, общительных малы­шей. Впервые переступив порог детского сада, такой карапуз совсем не робеет, здо­ровается с взрослыми, улыбается и тут же берет в свои руки инициативу общения с ними. Он сообщает, что пришел к детям в гости, хотя даже не смотрит в их сторону, а весь устремлен к взрослому. Вся его энергия направлена на презентацию се­бя как личности. Он спешит рассказать, какие у него дома необыкновенные иг­рушки, рыбки или птички, какой у него большой брат и какой есть друг-школь­ник. Целый день он рассказывает о своей семье, о том, где успел побывать, что ус­пел повидать. Он с удовольствием демон­стрирует свои умения: самостоятельно ест, раздевается и ожидает заслуженной похвалы, хотя лишь пробует еду, а в по­стели лежит, не выпуская взрослого из поля зрения. Но такая идиллия длится не более двух-трех дней, на большее у него не хватает объема информации. Теперь уже, увидев издали здание детского сада, он впадает в отчаяние, резко протестует, цепляется за маму и по стилю поведения не отличается от детей первой группы.

Характер и длительность адаптации зависят и от жизненного опыта малыша. Ребенок из большой семьи, где есть де­душка и бабушка, тетушки и дядюшки, живущий среди шумной ватаги братьев и сестер, умеющий беспроблемно вы­страивать собственный стиль поведе­ния с каждым членом семьи, точно зная, чего от кого можно ожидать, и в группе с удовольствием идет на контакт с незна­комыми людьми, с интересом обследует незнакомую обстановку. Так же легко и быстро адаптируются дети, которых ро­дители часто оставляли на попечение соседки, отвозили на недельку погос­тить у бабушки или брали с собой в шум­ную компанию друзей, где малыша кто-нибудь кормил, укладывал вздремнуть на часок. Нет проблем с адаптацией у де­тей, живущих в коммунальных кварти­рах. Здесь ребенок набирается житей­ского опыта, самостоятельно обходя родные пенаты. Он отлично ориентиру­ется в обстановке и безошибочно знает, какую дверь лучше обойти стороной, а в какую можно упорно стучать кулаком и даже ногой, ожидая, когда впустят и ока­жут радушный прием. Такие дети, попав в группу, сразу же ориентируются на поведение взрослого и по его реакции понимают, что здесь делать можно, а чего нельзя. Им нравится обилие разных помещений и разнообразие игрушек.

Отличается поведение детей, родители которых живут семейным мирком: отгородившись от всего света; их круг общения резко ограничен. Во время прогулок мама обходит стороной шум­ные детские площадки, опасаясь подхватить какую-нибудь детскую болезнь.

В некоторых семьях папа до ночи на работе, а мама целыми днями один на один со своим малышом. Это характерно для семей, живущих в загородных коттеджах. В таких условиях у ребенка закрепляется симбиотическая связь матерью: оставшись даже на короткий срок без нее, он впадает в панику. В та­ких случаях адаптационный период бы­вает крайне тяжелым и даже может послужить поводом для формирования детского невроза.

Не имея никакого жизненного опыта, в отрыве от любимого взрослого, в чужой обстановке, ребенок может быть напуган настолько, что иногда начинает вести се­бя неадекватно: переходит на ползание, даже если уже начал ходить; замолкает, начав говорить. Дети не воспринимают речь незнакомого человека, так как им непривычны тембр голоса, дикция; не могут из-за переживаний вникнуть в речь взрослого и т. д. В незнакомой обстановке они ко всему относятся с опасением: отказываются брать ложку, прикоснуться к хлебу, протянуть руку к струе воды и т.п. Имеющиеся у них навыки по самообслу­живанию на время исчезают даже в до­машних условиях; надолго нарушаются характер и длительность сна.

Проходит время (у каждого свое), и адаптационный период заканчивается. Первые положительные сдвиги можно от­метить в стабилизации эмоциональной сферы. Ребенок быстро успокаивается, расставшись с мамой, все реже плачет в те­чение дня. Спокойное состояние приво­дит к тому, что у малыша появляется аппе­тит, и он благосклонно принимает по­мощь взрослого во время обеда, хотя и не всегда съедает положенную норму. Со вре­менем он перестает плакать при расстава­нии с родителями, адекватно реагирует на предложения взрослого. У него появляют­сяположительные сдвиги в поведении: от­вечает на вопросы, в какой-то степени об­служивает себя, может заняться игрой. Это свидетельствует о завершении адаптаци­онного периода. Самым последним и зна­чительным показателем окончания адап­тационного периода служит спокойный и достаточный по длительности сон малы­ша как в дневное*,* так и в ночное время.

Неопытные воспитатели спешат в пер­вый же месяц жизни детей в группе вы­явить уровень их развития, не согласуя его с оценкой родителей. По окончании адаптации они устало вздыхают: «Доста­точно нам было поработать с каждым ре­бенком каких-то 1-1,5 месяца, и мы выве­ли всех на нормальный уровень разви­тия!», не считаясь с тем, что все свои силы ребенок был вынужден сконцентриро­вать на том, чтобы в столь нежном и хруп­ком возрасте самостоятельно преодолеть серьезнейшие жизненные испытания.

Не одно десятилетие ученые и практи­ки бились над положительным решени­ем этой серьезной проблемы. Данные на­учных исследований в психологии ран­него детства последних лет дали богатый материал, помогающий переосмыслить многие положения этой проблемы. Опыт практиков, описывающих поведение де­тей в этот период, также свидетельствует о том, что следует по-новому выстроить всю систему жизнеобеспечения малы­шей, создать четкую систему иерархии потребностной структуры ребенка ран­него возраста в условиях социализации. Для наглядности ступени иерархичес­кой лестницыможно представить в ви­де перевернутой пирамиды.

Ребенок + дети Ребенок + ближайшее окружение Ребенок + взрослые Ребенок + мать

**I** **ступень** - ребенок и его мама. Их тесная взаимосвязь - основа успешного развития будущей личности. Пытаясь создавать благоприятные условия в пе­риод привыкания малыша, мы в первую очередь не имеем права отрывать ре­бенка от матери, расшатывать основу иерархической *лестницы* его потреб­ностной структуры.

**II** **ступень** - расширяющиеся связи ребенка с другими взрослыми. Вначале эти связи ограничены рамками семейных отношений. Круг общения с взрослыми постепенно расширяется за счет взрос­лых из ближайшего окружения (соседка, приезжающая с визитом тетушка и др.). Со временем в круг знакомых начинают вписываться и продавец ближайшего ма­газина, и гуляющая с собачкой бабушка. *Особо следует* отметить, как ребенок на­чинает воспринимать того или иного взрослого, механизм этого процесса. Как показали исследования психологов, вос­приятие ребенком нового взрослого про­исходит через призму маминого воспри­ятия незнакомца. Улыбается мама, встре­тив на прогулке свою знакомую, - малыш тут же, как ее отражение, улыбается тете и даже может вступить с нею в контакт. На­сторожена мама - он мгновенно напряга­ется, прижимается к ней, отказывается от любого общения. Такая оценка взрослого ребенком происходит почти мгновенно и стойко удерживается довольно долгое время. Исходя из этого, следует продумы­вать условия, при которых будет прохо­дить знакомство ребенка с воспитателем, неизменно доброжелательное отноше­ние к которому со стороны мамы помо­жет ему легче наладить контакт, быстрее принять нового взрослого.

Теперь с помощью мамы и воспитате­ля ребенок сам переходит на **III сту­пень:** начинает проявлять интерес к объ­ектам и предметам ближайшего окружения. Он и раньше мельком замечал и яр­кие детали интерьера, и богатый набор игрового материала, но все свои силы со­средотачивал на первоочередном для се­бя знакомстве с взрослым. Обеспечив на­дежный тыл в лице всех взрослых, малыш с их помощью переходит к детальному знакомству с объектами, предметами ближайшего окружения, с расположени­ем и назначением каждого из подсобных помещений. Сначала с помощью взрос­лых, а затем самостоятельно он начнет передвигаться в незнакомом пространст­ве по периметру и в глубь, менять свое ме­стоположение за столом, с интересом за­ниматься с игровым материалом, не об­ращая пока особого внимания на других детей. Психологи отмечают: для детей раннего возраста предпочтительнее иг­рушка, чем общество сверстников. Отме­тив понравившуюся игрушку, малыш все свое внимание обращает только на нее, не замечая ничего и никого вокруг, стре­мится завладеть ею и искренне удивляет­ся, встретив сопротивление хозяина это­го сокровища, и даже может вступить с ним в единоборство. Отсюда и постоян­ные конфликты из-за игрушек

Сверстники малышу пока неинтерес­ны, и это понятно. Игровой опыт каждо­го из них одинаково мал, жизненный тоже. Никакой новой информации от них наш малыш пока получить не мо­жет; к тому же каждый играет сам по се­бе, при попытке другого ребенка при­близиться тут же настораживается, пре­кращает игру, отворачивается. Более то­го, дети иногда воспринимают новень­кую, ярко разодетую девчушку за инте­ресную игрушку и могут вдруг потянуть ее за волосы, дернуть за руку. Вполне ре­зонно, что на иерархической лестнице отношения «ребенок + дети» занимают последнюю -  **IVступень.** Формирова­ние правильных взаимоотношений между сверстниками - одна из серьез­ных задач воспитательного процесса.

Возвращаясь вновь к проблеме адап­тации, следует признать, что, не владея информацией об иерархии потребностной структуры малышей, мы неволь­но совершаем ряд грубейших ошибок.

*1 -я ошибка.* Хорошо известно, какие последствия имеет насильственный от­рыв ребенка от матери, какое глубокое потрясение испытывает малыш. А мы упорно продолжаем совершать эту ошибку, разлучая ребенка с мамой, под­рывая у него тем самым формирующее­ся доверие к миру.

*2-я ошибка.* Практическим работни­кам известна ведущая роль взрослого в развитии ребенка, но в период адаптации мы забываем о ней, оставляя малыша без всякой помощи и поддержки. Пересту­пив порог группы и оказавшись вдруг в незнакомой обстановке среди незнако­мых взрослых, без близких, ребенок мо­билизует собственные силы и самостоя­тельно пытается наладить контакт с не­знакомым человеком (просится на руки, ходит, держась за подол ее платья, и др.). А взрослый? Чуть успокоив отчаявшегося, он предлагает: «Смотри, сколько у нас ин­тересных игрушек! Твои любимые ма­шинки тоже есть», перебрасывая малыша с первой ступени сразу на третью. Еще ху­же обстоят дела, когда его бросают сразу на четвертую ступень со словами: «Смот­ри, сколько у нас детишек и никто не плачет! Пойди, поиграй с ними!». А ведь каждому практическому работнику хо­рошо известно: новенький даже не дви­нется в сторону сверстников. Более того, он вынужден самостоятельно учиться ориентироваться в чужой для него обста­новке. И на все это у малыша уходит от одного до шести месяцев.

*3-я ошибка.* Так сложилось на практи­ке, что период адаптации начинается, ког­да группы еще полностью не открыты. В этом случае адаптирующихся детей объединяют в одном помещении, а после адаптации отправляют в основную возра­стную группу. Почему-то взрослые не до­гадываются, какой непоправимый ущерб они наносят маленькому существу свои­ми неумными действиями, заставляя его повторно пройти те же испытания адап­тацией, напрочь забывая главную, наи­первейшую задачу дошкольного учрежде­ния - заботиться о здоровье ребенка.

*4-я ошибка.* Неправильно выстроен­ная линия поведения всех взрослых приводит к тому, что ребенок отчаянно плачет в течение всего времени пребы­вания в группе, расшатывая свою нерв­ную систему. К тому же дети эмоцио­нально заражаемы и очень часто без причины начинают плакать хором. Не­спокойный эмоциональный фон утом­ляет остальных детей, в группе создается нервозность. Нелегко детям. Трудно в таких условиях рабо­тать и взрослым.

Надо быть спокойным, при­ветливым, внимательным к каждому. Воспитателю нужно найти время, чтобы отвлечь, успокоить плачущих, кого-то взять на руки, кого-то прижать, погладить по голове, проявить сочувствие, а с кем-то поиг­рать, поговорить. Необходимо уделять внимание и другим де­тям и не выбиваться из плот­ного графика работы.

Поневоле взрослые работают напря­женно, без улыбок, движения их поры­висты, речь скупа на эмоции, напрочь забываются знания об уровнях общения с ребенком. Дети чутко улавливают наст­роение взрослых, заражаются им, не на­ходят успокоения в таком примитивном общении.

*5-я ошибка.* Чтобы как-то ослабить напряжение в работе персонала, адми­нистрация совершает очередную ошиб­ку - разрешает не выводить на прогулку новых детей. А ведь прогулка для малы­шей - своеобразная передышка. Во-пер­вых, они несколько успокаиваются, ког­да с них не снимают одежду, а наоборот, надевают свою, знакомую. Во-вторых, на участке дети почти не плачут: в их жиз­ненном опыте уже были и горка, и пе­сочница. В-третьих, на прогулке у вос­питателя появляется реальная возмож­ность не спеша поговорить с новеньким, взяв за руку, походить с ним от одной иг­рающей компании детей к другой, пока­чать малыша на качелях, организовать подвижную игру, рассмотреть цветы на клумбе и т.п. Конечно, воз­вращение с прогулки - это опять поток слез. Поэтому лучше всего на таком эмо­ционально-положительном всплеске расстаться с малышом, передав его маме. Дети вместе с воспитателем, прощаясь, говорят новенькому: «Приходи завтра, мы тебя будем ждать!». Успокоенный ма­лыш довольно улыбается. Рада и мама.

А может ли малыш улыбаться в пери­од адаптации? Оказывается, может. Для этого нужны лишь слаженные действия заинтересованных в этом процессе взрослых - родителей и всех сотрудни­ков дошкольного учреждения.

Проблема адаптации - это проблема родителей, но никак не персонала групп, как у нас принято считать. Задача роди­телей - правильно подготовить ребенка к поступлению в ДОУ, всячески поддер­живать, поощрять его в период адапта­ции. Задача воспитателей - помочь ро­дителям легко адаптировать малышей.

Адаптация - длительный процесс, ко­торый необходимо вести в два этапа. Каждый этап имеет свои цели, свои за­дачи, которые не всегда будут совпадать для родителей и воспитателей.

**Первый этап** - подготовительный, длительностью в 4-5 месяцев. **Второй этап** - основной, длительность его пол­ностью зависит от того, насколько глубо­ко родители прониклись серьезностью данной проблемы, чтобы не травмиро­вать психику малыша в этот сложный пе­риод, правильно вести его до полного привыкания. Успешность адаптации де­тей зависит на этом этапе и от мастерства воспитателя. Он должен работать так, чтобы детям было интересно с ним; руко­водить действиями родителей умно и так­тично, чтобы они понимали, что воспита­тель - союзник, что конечные цели у всех едины. В таких условиях неизменно рож­дается союз единомышленников, от чего выигрывают и ребенок, и сами взрослые.

**5. Условия, необходимые для сравнительно спокойной адаптации.**

 • Ребенок не должен ощущать потерю за­щиты и неудовлетворенность в базисной по­требности в безопасности, поэтому присутст­вие кого-либо из членов семьи (мамы или ба­бушки) необходимо вплоть до окончания периода адаптации.

• Старший воспитатель и психолог на ос­нове наблюдений за детьми должны разраба­тывать рекомендации для мам и воспитателей группы, помогать им успешно решать задачи на ступенях иерархической лестницы, выст­раивая личностно ориентированную линию поведения с каждым ребенком.

• Необходимо придерживаться вариатив­ной и гибкой системы постепенного введения детей в новые условия жизни, основанной ис­ключительно на оценке поведенческих и по­знавательных характеристик каждого из них. Первое знакомство с дошкольным учреждени­ем, как правило, проходит на прогулке (в ут­реннее или вечернее время) и длится не более 30-40 минут. В день можно принимать до че­тырех детей (по одному человеку на начало прогулки и к ее окончанию). У каждого малы­ша свой ритм адаптации. С учетом этого вре­мя пребывания ребенка в детском саду увели­чивается постепенно: сначала он приходит только на прогулку, затем к началу утренних занятий и уходит домой к концу прогулки. За­втрак, обед и дневной сон должны проходить в домашней обстановке. Со временем ребенок будет обедать в дошкольном учреждении, а потом - завтракать, а к окончанию адаптаци­онного периода и спать днем вместе со свер­стниками.

• На время адаптационного периода следу­ет несколько скорректировать режим дня. Первые 15-20 дней выводить детей на прогул­ку сразу после завтрака, заменить предусмот­ренные по сетке игры-занятия на развлече­ния, подвижные игры, наблюдения за живот­ными в живом уголке и на прогулке.

• Воспитателю следует работать спокойно, без напряжения, доброжелательно встречать нового ребенка и его маму. В трудные моменты проведения режимных процессов нужно опи­раться на непосредственную помощь мам, на­ходить возможность в присутствии детей де­лать подарки-самоделки, дарить их всем детям.

• С целью снятия эмоционального диском­форта и напряженного состояния ограничить число взрослых, посещающих группу (завхоз, музыкальный работник и др.).

 **6.Два этапа адаптационного периода.**

 **Первый этап -** *подготовительный -* начинается с первого общего родитель­ского собрания, которое администрация дошкольного учреждения проводит за четыре-шесть месяцев (февраль-март) до начала поступления детей в группу. На собрании *заведующая* знакомит родите­лей с сотрудниками административного аппарата, с персоналом группы, расска­зывает о традициях и текущих задачах учреждения, показывает кабинеты спе­циалистов, физкультурный и музыкальный залы, групповые помещения. *Старший воспитатель и психолог* рассказывают о возрастных особеннос­тях детей и причинах, вызывающих стрессовое состояние, дают рекоменда­ции по подготовительным мероприяти­ям, которые помогут малышам спокой­но войти в новые условия жизни:

• привести домашний режим в соот­ветствие с режимом группы;

• познакомиться с меню дошкольно­го учреждения и ввести в рацион пита­ния малыша новые для него блюда;

• по возможности приучать ребенка к самостоятельности при самообслужи­вании (см. показатели развития детей);

• расширять ориентировку ребенка в ближайшем окружении: посещать дет­ские площадки, ходить в гости к товари­щу по играм в песочнице, оставаться ночевать у бабушки, чаевничать у сосед­ки и т.п.

Часто родители задают вопросы: как долго будет длиться адаптация детей? Когда маме можно выходить на работу? Ответ прост - все зависит от того, на­сколько правильно она подготовит ма­лыша к этому значимому периоду его жизни.

В августе, за 10-15 дней до начала **второго этапа** адаптационного перио­да - *приема детей в группу, -* проводит­ся второе родительское собрание.

На собрании *заведующая* рассказы­вает о режиме работы группы, необхо­димости постепенного вхождения ма­лыша в новые условия жизни. Родители узнают, что у каждого ребенка свои сро­ки адаптации, которые зависят от его индивидуально-типологических осо­бенностей и от того, как его подготови­ли к этому серьезному этапу жизни. За­ведующая сообщает, что адаптацион­ный период будет проходить под кон­тролем медико-педагогической службы с участием психолога, подчеркивает: для успешного проведения этого пери­ода необходимы слаженные действия всех взрослых - родителей, воспитате­лей, медицинских работников, старше­го воспитателя и психолога. Одно из главных условий успешной адаптации ребенка - присутствие мамы.

*Старшая медицинская сестра* дает рекомендации по профилактическим мероприятиям с детьми (обработка но­соглотки, витаминизация, рацион питания, щадящий режим в домашних усло­виях и т.д.), объясняет родителям, поче­му дети все же могут заболеть.

*Старший воспитатель* рекомендует в оставшиеся до прихода детей в до­школьное учреждение дни формиро­вать у них положительное отношение к детскому саду. Не следует пугать ребенка: «Не хочешь есть сам? Вот пойдешь в дет­ский сад - там тебя быстро выучат!». Сле­дует говорить: «Учись есть сам - тогда тебя возьмут в детский сад». Все члены семьи должны радоваться, удивляться: «Смотрите-ка, а Танюшка совсем боль­шая стала, уже в детский сад собирается! Там хорошо, весело, интересно!». Можно вспоминать яркие события из собствен­ной «детсадовской» жизни; придумывать истории о том, как игрушечный мишутка отправился в детский сад.

Старший воспитатель также расска­зывает о том, какие задачи будут решать­ся всеми взрослыми на этом этапе адап­тационного периода.

*Психолог* подробно описывает пове­дение мамы в первые дни совместного с ребенком посещения учреждения: что­бы не вызывать у малыша тревоги, на­пряжения, не следует прижимать его к себе, брать на руки; необходимо спо­койно относиться ко всем предложени­ям персонала, помогать воспитателю в выполнении наиболее трудоемких ре­жимных моментов (сборы на прогулку и др.), но не подменять его в учебно-воспитательном процессе (не устраи­вать игр, хороводов и т.п.). Главная зада­ча мамы: формировать положительное отношение к воспитателю - интересно­му, доброму взрослому; быть помощни­ком в решении текущих задач на каж­дой ступени иерархической лестницы.

В конце собрания под руководством медико-педагогической службы учреж­дения устанавливается очередность на­полнения группы новыми детьми.

 **7. Пример адаптации малыша к условиям дет­ского сада.**

 В первый день приема детей мама, гуляя с Алешей, предлагает ему зайти в детский сад, где играет с детьми добрая, веселая Татьяна Ивановна. Ма­ма, помня о том, что Алеша будет смот­реть на нового взрослого, доверяясь ей, здоровается с воспитательницей как с доброй старой знакомой. Воспитатель, зная, кто и в какое время придет на участок, приветливо встречает вошедших: «Я рада, что вы с Алешей при­шли к нам. Поиграйте, у нас весело!». Не навязывая общение, не нарушая лич­ностного пространства ребенка, она в ос­новном контактирует с мамой, с улыбкой, поощрительно поглядывая на малыша.

Мама, дав понять, что Татьяна Ива­новна - хорошо знакомый человек, продолжает реализовывать задачу вто­рой ступени - формировать положи­тельный образ интересного взрослого, что помогает ребенку без проблем и до­вольно быстро принять его, легче нала­дить контакт.

Задача воспитателя - наблюдать за ребенком и мамой, отмечать стиль их общения, уровень развития малыша, его потенциальные возможности.

Обычно дети держатся скованно, на­стороженно, пытаются теснее прижать­ся к маме. Поэтому мама предлагает Алеше спокойно посидеть рядом с ней на скамейке, не спеша оглядеться. Ма­лыш бросает беглый взгляд вокруг, не­сколько успокаивается, так как участок оборудован также, как знакомая детская площадка: такая же горка, песочница, лесенка. Но его внимание все же на­правлено на незнакомого взрослого.

Мама комментирует действия воспи­тателя только с положительной сторо­ны: добрая (поливает цветы), веселая (затеяла с детьми игру) и т.п. Улучив мо­мент, она интересуется, как зовут чере­паху, которая гуляет в траве, сообщает, за каким животным ухаживает Алеша дома. Так она вовлекает сына в общий разго­вор: спрашивает у него, как зовут его птичку, кто ее подарил. Воспитатель поддерживает разговор с мамой, радует­ся, смеется, удивляется высказываниям ребенка. В дальнейшем эти сведения по­служат поводом обратиться к Алеше на­прямую, без посредников: «Как пожива­ет твой Кеша?» - и оценить уровень раз­вития речи ребенка. На прощание Татья­на Ивановна приглашает приходить по­чаще. Мама подчеркивает, как им было интересно в детском саду, а дома расска­зывает об этом всем членам семьи.

На следующий день Алеша активнее включается в общую беседу (речевой контакт с взрослым), откликается на предложение посмотреть что-то интересное (вместе с мамой). Раз от раза у не­го все устойчивее проявляется познава­тельный интерес к деятельности воспи­тателя, все чаще он смотрит на Татьяну Ивановну с улыбкой, ожидая интерес­ных предложений. Это свидетельствует о том, что у него успешно формируется положительный образ взрослого. Вот мама помогает Алеше взойти на горку, а Татьяна Ивановна подхватывает его с другой стороны. Ребенок насторажива­ется, вопросительно смотрит в сторону мамы. Та, создавая условия для возникно­вения эмоционально-телесного контак­та с воспитателем, доброжелательно от­носится к происходящему; малыш видит это и успокаивается. Вскоре он спокой­но воспринимает помощь воспитателя.

Вместе с мамой малыш начинает бли­же подходить к Татьяне Ивановне, когда она рассказывает о чем-то интересном детям. Мама хорошо знает своего ребен­ка и, улучив момент, незаметно отходит на шаг, встает за его спиной, чтобы в нужный момент успеть успокоить сло­вом, взглядом, прикосновением: не вол­нуйся, я здесь. Постепенно дистанция между сыном и мамой увеличивается. В это же время Татьяна Ивановна посте­пенно налаживает эмоционально-теле­сный контакт с Алешей: то, умиляясь его умению, обнимает, то со смехом прово­дит рукой по его голове и т.д. Алеша все чаще по собственной инициативе отхо­дит от мамы, все дольше задерживается возле воспитателя, охотно откликаясь на интересные предложения, а это зна­чит, что он уже крепко «стоит» на **вто­рой ступени** иерархической лестницы.

Старший воспитатель и психолог следят за поведением детей, обсуждают результаты наблюдений с воспитателем и родителями. Отметив возрастающий уровень поведенческой активности Алеши, все вместе решают вопрос о пе­реводе его на **третью ступень** иерар­хической лестницы. На этом этапе мама с воспитателем совместными усилиями помогают ребенку постепенно знако­миться с помещением групповой ком­наты, ориентироваться в нем.

*Задачи мамы:* продолжать формиро­вать у сына положительный образ вос­питателя, способствовать установле­нию эмоционального комфорта в но­вых условиях. *Задачи воспитателя:* выстраивать с ребенком отношения, удов­летворяющие его потребности в защите и безопасности, доверии к взрослому; определив уровень развития малыша, осуществлять личностно-ориентированное взаимодействие, предлагать тип общения, соответствующий его воз­можностям.

*Старший воспитатель* должен сле­дить за тем, чтобы в групповом помеще­нии одновременно находилось не бо­лее двух-трех новичков с мамами: ску­ченность негативно сказывается на эмоциональном состоянии детей - од­них возбуждает, других угнетает.

И вот мама с Алешей приходят в груп­пу (после завтрака или после полдника). Татьяна Ивановна встречает их в разде­валке и сразу же «дарит» Алеше персо­нальный шкафчик, а чуть погодя в туа­летной комнате - горшок и полотенце с картинкой, что тут же положительно оценивает мама, а затем и сын.

Обеспечив в лице взрослых надеж­ный тыл, ребенок начинает проявлять интерес к ближайшему окружению. Воспитательница показывает ему иг­рушки, уточняет места их расположе­ния. Мама радуется, удивляется их оби­лию и разнообразию, обращает внима­ние сына на новые для него объекты (аквариум, пианино и т.п.). Попутно она рассказывает Татьяне Ивановне, чем ув­лекается Алеша, как он умеет играть. Воспитательница щедра на похвалы.

Как правило, детям трудно сразу ос­воить большое помещение игровой комнаты, запомнить места хранения иг­рушек, расположение туалетной комна­ты. Поэтому взрослые постоянно при­ходят Алеше на помощь: подсказывают, подбадривают, хвалят, поддерживают его возрастающую познавательную ак­тивность. В напряженные режимные моменты (высаживание, сборы на про­гулку) мама рядом с сыном: помогает ему по мере необходимости, а воспита­тель хвалит за демонстрируемые им умения. В таких ситуациях мамы своим присутствием и непосредственным уча­стием в выполнении совместных дейст­вий по самообслуживанию сглаживают остроту восприятия необычного для малышей, напряженного ритма жизни, приучая к необходимости выполнения жестко регламентированных действий. Алеша уже оделся на прогулку, и мама помогает другим детям. Взрослые обра­щают внимание детей на яркую одежду и умения соседа, тем самым вызывая ин­терес к сверстникам, - это первые шаги к **четвертой ступени** иерархической лестницы.

На прогулке Алеша держится спокой­но, может отойти от мамы - поиграть в песочнице, прокатиться с горки и т.п. Наблюдая за поведением детей, за их иг­ровыми действиями, Татьяна Ивановна выстраивает собственную линию пове­дения. Малышам, не в полной мере ов­ладевшим игровыми навыками и часто обращающимся к маме за помощью, она ненавязчиво предлагает взаимодей­ствие на уровне эмоционального обще­ния: игру в ладушки, перебежки и т.п. Де­тей с достаточно высоким уровнем иг­ровых действий вовлекает в интересное занятие. Такое ситуативно-деловое об­щение значительно облегчает и сокра­щает период адаптации.

Следуя психолого-педагогическим рекомендациям, родители уже могут ос­тавлять малышей на некоторое время без опеки. Вот и мама Алеши в момент наивысшей его заинтересованности в происходящем (участие в подвижной игре) на короткий срок покидает поме­щение группы, предупредив сына: «Я по­звоню и сразу же вернусь!». Фраза зна­кома и понятна малышу, но он все же насторожился и прекратил игру. Воспи­татель успокаивает: «Не волнуйся, мама сейчас придет!». Предупреждать ребен­ка нужно обязательно, иначе он будет постоянно оглядываться на маму, сле­дить, не ушла ли она без него. Нельзя за­тягивать возвращение мамы, допускать нарастание тревожности. Время отсут­ствия мамы увеличивается постепенно. У каждого ребенка свой ритм вхожде­ния в новые условия жизни, но все дети обязательно придут к тому, что смогут без волнения, спокойно расставаться с мамой на пороге групповой комнаты в утренние часы и радостно встречаться с ней к концу прогулки, чтобы в спокой­ной домашней обстановке пообедать и лечь спать.

Проходит время, и после прогулки Алеша вместе с детьми возвращается в группу, где им предлагают обед. В пер­вое время он не начинает обедать сразу же, а спокойно играет, ожидая маму. Ма­ма приходит и вместе с ним садится за стол, помогает ему и детям, сидящим ря­дом, закончить обед. Спустя некоторое время Алеша уже без мамы по предло­жению воспитателя садится обедать, но спать уходит домой. Теперь его можно приводить в детский сад в утренние ча­сы приема, он спокойно завтракает и обедает в группе.

На заключительном этапе адаптации детей приучают спать в детском саду. Воспитатель предлагает Алеше: «Пока­жи всем детям, как ты умеешь раздевать­ся, и помоги раздеться малышам. Ло­жись в кровать, пусть отдохнут твои ру­ки, ноги. Ты не спи, не закрывай глаза. Я буду рядом».

При этих словах малыш расслабляет­ся и спокойно засыпает. На первых по­рах Алеша засыпал позже всех, а иногда просыпался с плачем раньше времени, но главное - во время пробуждения ма­ма всегда была рядом до тех пор, пока он не привык спокойно спать до подъе­ма и просыпаться в бодром настроении. Только в этом случае можно считать, что адаптационный период подходит к концу.

Постепенное введение ребенка в но­вые условия жизни с помощью мамы и симпатичного для него воспитателя по­могает ему безболезненно освоиться на третьей ступени иерархической лест­ницы, преодолеть этот трудный период жизни. Несмотря на усилия всех взрос­лых, у многих детей в домашних услови­ях в это время все же наблюдаются по­веденческие и эмоциональные прояв­ления регрессии: утрачиваются навыки опрятности и самообслуживания, сни­жается уровень речевого общения и иг­ровых умений. Это объясняется тем, что дети устают от напряженного рит­ма жизни группы, постоянного присут­ствия значительного количества свер­стников, непрерывного шумового фона в помещении.

Повторим, длительность адаптаци­онного периода зависит от индивиду­альных особенностей каждого малыша. Если ребенок активен, коммуникабелен, любознателен, его адаптационный пе­риод проходит сравнительно легко и быстро. Другой малыш медлителен, не­возмутим, любит уединяться с игрушками; шум, громкие разговоры сверстни­ков раздражают его. Он если и умеет сам есть, раздеваться, то делает это медлен­но, отстает от всех. Все это накладывает свой отпечаток на его отношения с ок­ружающими. Такому ребенку необхо­дим более длительный срок на период адаптации. Болезненным, стеснитель­ным детям необходимо в середине не­дели устраивать «выходной». Следует иметь ввиду, что длительные перерывы (от семи-десяти дней и более) затягива­ют и осложняют период адаптации.

Во время адаптационного периода важно создать в доме спокойную обста­новку, с пониманием относиться к не­мотивированным капризам малыша, больше гулять с ним, предлагая снять эмоциональное напряжение активны­ми движениями, интересной деятель­ностью и т.п. Следует пораньше уклады­вать детей на ночной сон после теплой ванны. В этот период нужно как можно реже ходить в гости, посещать поликли­нику, парикмахерскую, чтобы лишний раз не перегружать малышей впечатле­ниями. Необходимо охранять нервную систему ре­бенка, окружить его любовью.

 **Список литературы.**

1.Белкина Л.В. Адаптация детей раннего возраста к условиям ДОУ. Воронеж: Учитель, 2006,- 236с.
2. Ватутина Н.Д. Ребенок поступает в детский сад: Пособие для воспитателей дет сада/ - М.: Просвещение, 2003.-№3.-104с, ил.
3. Волков Б.С., Волкова,Н.В. Психология общения в детском возрасте. - М.: Педобщество, 2003, 240с.

4. С. Теплюк. Улыбка малыша в период адаптации.//Дош. воспитание №3 2006.

5. С. Теплюк. Улыбка малыша в период адаптации.//Дош. воспитание №4 2006.