

Семинар-тренинг психолога детского сада для воспитателей:

«Вопросы адаптации ребенка в ДООУ»



Цель:

- знакомство педагогического состава и помощников воспитателей с психологическими аспектами адаптации детей к условиям детского сада, повышение психологической компетентности по проблемам воспитания и взаимодействия с детьми, которые ходят о период адаптации.

Оборудование: экспресс-анкеты, ручки, кисточки, краски, стакан с водой, соль, перец, горсть земли, бумага, магнитофонные записи.

Ход семинара - тренинга психолога с работниками ДООУ

Вступление

Эту встречу сегодня я посвящаю проблеме **адаптации детей к условиям детского сада**. Надеюсь, что вопросы, которые мы будем рассматривать, помогут нам лучше разобраться в причинах возникновения проблем адаптационного периода.

Приветствие

Любое наше тренинговое занятие психолога с работниками ДООУ мы начинаем с приветствия, поприветствуйте друг друга комплиментом.

Обсуждение правил работы:

Быть активным.

Не перебивать.

Быть открытым, доброжелательным.

Не критиковать (каждый имеет право на свою точку зрения).

Что такое адаптация ребенка в ДООУ

Адаптация - это процесс привыкания организма к новым условиям.

Выделяют психологическую и физиологическую адаптации: физиологическая - оптимальный возраст для начала посещения ребенком детского сада; психологическая - готовность малыша к расставанию с матерью, до принятия нового окружения.

У маленького ребенка еще нет опыта взаимодействия со сверстниками, и взрослый для него является образцом для подражания, партнером по игре. Взрослые для ребенка - это внимание, и, самое главное, - защита, комфорт, стабильность.

Чем сильнее эмоциональная связь ребенка с матерью, тем труднее проходит период адаптации. И для такого малыша ребенка воспитатель должен хотя бы частично попробовать заменить маму и быть в тесном сотрудничестве с ней. Настоящее искусство воспитания начинается с человека, который находится рядом с ребенком.

Практическое задание

Педагогический коллектив делится на 3 подгруппы. Готовят и обсуждают ответы на вопрос:

Какими качествами обладаете вы? (Позитив ни указываем, негативные рисуем.)

Какими качествами должен обладать воспитатель в период адаптации ребенка к детскому саду?

Ступени адаптации

Адаптация у всех детей происходит по-разному, это зависит от многих факторов.

Существует 4 вида адаптации:

1. Легкая (1 - 2 недели). Я ее назвала «Как там было».

В эту группу входят дети, для которых процесс адаптации проходит легко, безболезненно. Такие дети:

- самостоятельные;
- коммуникабельные;
- уравновешенные;
- заинтересованные (общением, играми и т.п.).

2. Средняя (от 2 - 3 недель до 2 - 3 месяцев) - «то здесь, то там».

В эту группу входят малыши, которые проходят процесс адаптации тяжелее и медленнее. Такие дети:

- малоинициативны;
- менее самостоятельны;

- немного могут делать сами, но в основном зависят от взрослого;
- имеют недостаточно развитые навыки игры и общения.

3. Тяжелая (от 1 месяца до полугода) - «Точно не здесь».

Трудно адаптируются к новым условиям дети:

- несамостоятельные;
- неконтактные;
- которые быстро утомляются;
- с несформированными игровыми навыками;
- которые часто сталкиваются с проявлениями авторитаризма, жестокости, или, наоборот, если в семье царит слишком либеральный стиль. В этом случае у детей наблюдается страх, недоверие или игнорирование взрослых. Сон, аппетит у таких малышей плохой или вообще отсутствует, они часто болеют.

4. Дети, которым нежелательно посещать детский сад.

Дети домашние, не могут привыкнуть к условиям детского сада. Таких детей от 2 до 4 %.

Критический возраст для адаптации

Исходя из собственного опыта, своих наблюдений, как вы считаете, в каком возрасте ребенок лучше адаптируется к новым условиям проживания?

Какой оптимальный возраст для начала посещения ребенком детского сада?

Однозначно на это вопрос ответить невозможно. Некоторые психологи наилучшим считают возраст 1 год 7 месяцев. Связь с матерью довольно тесная (если в семье царит любовь и гармония), ребенка приучают к общению со сверстниками, и к навыкам самообслуживания. Как следствие - ребенок сможет быстро влиться в коллектив детского сада. Некоторые психологи считают наилучшим возраст от 3 до 4 лет. Как лучше ребенку на самом деле, могут знать только родители.

От чего зависит облегчение адаптационного периода?

Как нужно вести себя родителям с ребенком, когда он впервые начал посещать детский сад?

Если ребенок один, часто болеет, есть страхи, то его привыкание к детскому саду должно быть постепенным. Родители должны узнать, какой режим дня в детском саду, и максимально приблизиться к нему в домашних условиях. Сначала ребенка нужно привести в группу, познакомить с воспитателями, с детьми, посмотреть вместе игрушки, заинтересовать. Лучше, когда мама с ребенком будет приходить на прогулки в детский сад, ребенок будет постепенно привыкать к детям и воспитателям. Приводить ребенка нужно во второй половине дня, после сна, для того, чтобы малыш видел, что он не останется один, его обязательно заберут. Оставлять его в первые дни можно всего на несколько часов.

Факторы риска, которые усложняют адаптацию ребенка в ДООУ

Аntenатальные (до родов):

Токсикозы в течение беременности.

Острые инфекционные заболевания матери.

Хронические заболевания матери в период беременности.

Прием лекарственных препаратов.

Стрессовые ситуации в период беременности.

Употребление матерью алкоголя, курение.

Частое употребление отцом алкоголя перед зачатием ребенка.

Интранатальные (во время родов):

Осложнения при родах.

Асфиксия ребенка. Родовая травма.

Хирургическое вмешательство во время родов.

Несовместимость по резус-фактору у матери и ребенка.

Постнатальные фактора (после родов):

Недоношенность или переносимость ребенка.

Крупная масса тела (вес больше 4 кг).

Заболеваемость на первом месяце жизни.

Употребление матерью алкоголя, курение во время вскармливания ребенка грудью.

Пассивное курение (курение членами семьи в присутствии ребенка).

Искусственное вскармливание.

Фоновые заболевания (рахит, диатез, пар атрофия, анемия).

Частые ОРВИ, инфекционные заболевания до 3 лет.

Наличие хронических соматических и врожденных заболеваний (пиелонефрит, порок сердца и т. д.)

10. Задержка нервно-психического развития.

Социальные факторы (которые можно изменить):

Неудовлетворительные материально-бытовые условия жизни.

Отсутствие оздоровительных процедур.

Несоответствие домашнего режима режиму в новом для ребенка дошкольном

учреждении.

Лишение общения со сверстниками и незнакомыми людьми.

Конфликтные взаимоотношения в семье.

Неполная семья.

Первый или единственный ребенок.

Неправильное воспитание ребенка: «кумир семьи», «Золушка», гиперопека и прочее.

Отсутствие общения со сверстниками.

Основные симптомы кризиса 3 лет

Кризис 3 лет вызван осознанием ребенком своего «Я», стремлением к самостоятельности.

Основные симптомы кризиса: негативизм, неповиновение, упрямство.

Представим себе некую педагогически грамотную, интеллигентную семью, которая занимается ребенком. Ребенок в такой семье окружен заботой, вниманием. Она в семье - центр вселенной, около которого крутятся мама, папа, бабушка, дедушка. И вот наступает период, когда родители решают отдать ребенка в детский сад.

Окружение ребенка до детского сада - мама, папа, дедушка, бабушка.

В детском саду - воспитатель, помощник воспитателя, дети.

Музыкальная притча «ОДИНОКАЯ ЗВЕЗДОЧКА»

Когда-то очень давно ночное небо было совсем темным. На нем была только одна маленькая Звездочка. Она жила высоко в небе и когда смотрела вокруг, то замечала, что совсем одна. От своего одиночества ей становилось грустно, потому что очень хотелось видеть на небе другие звездочки, ловить их лучи и дарить им свое тепло.

Как-то Звездочка решила отправиться на землю к одинокому, старому, мудрому человеку, который жил на высокой горе. Когда она его нашла, то спросила: «Можешь ли ты мне помочь? Мне так одиноко на небе. Нет никого, с кем бы можно было поговорить, разделить радость и грусть. Иногда я даже плачу, настолько мне одиноко».

Мудрец прекрасно знал это состояние, когда ты один - пропадает желание играть, еда становится невкусной, сон беспокойным, не поются веселые песни».

Ему очень понравилась маленькая звездочка, а поскольку он был старым, добрым, мудрым, то решил ей помочь. Он зашел в свой дом, нашел там блестящий волшебный мешок, открыл его и достал оттуда множество блестящих волшебных звездочек. Один взмах руки — и на ночном небе засияли тысячи ночных звезд.

- Посмотри,- сказал мудрец - как красиво и удивительно! Теперь на небе множество звезд, это твои друзья. Тебе не будет так одиноко, ты сможешь разговаривать с ними, играть в разные игры, дарить им свое тепло и любовь. Маленькая, когда-то совсем

одинокая звездочка была очень рада и счастлива, что у нее появилось множество друзей. Она поблагодарила мудреца. И уже решила полететь на небо, но мудрец остановил ее: «Я хочу для тебя сделать еще кое-что. Я хочу, чтобы память о тебе навсегда осталась на земле. Я создам на чем-то необычном твое изображение». Он хлопнул в ладоши, и изображение маленькой звездочки раз и навсегда осталось на земле.

Вопрос: Где осталась маленькая звездочка? (В сердцевине яблока; показать.)

Эту легенду я рассказала не просто так, а для того, чтобы вы почувствовали состояние ребенка, когда он приходит первый раз в детский сад, период адаптации. Задача педагогов - помочь ребенку безболезненно пройти этот период. Ежечасно, ежедневно все малыши нуждаются в нашей поддержке и понимании, а особенно дети, которые переживают период адаптации.

Задание: «Кто виноват, что дети не хотят идти в детский сад?».

Портрет новоприбывшего ребенка

Негативные эмоции - хныканье, которым малыш стремится выразить протест при разлуке с родителями.

Страх - спутник отрицательных эмоций. Ребенок боится новой обстановки, новых взрослых и т. д.

Положительные эмоции - противостоят всем негативным эмоциям. Радость, веселый смех - главные лекарства.

Социальные контакты. Даже коммуникабельный ребенок в период адаптации может замкнуться. Но на смену «гордой бесконтактности» приходит «компромиссная контактность». Как только малыш наладил социальные контакты, все возбуждение адаптационного периода пойдет на убыль.

Познавательная деятельность - верный «друг» всех положительных эмоций.

Социальные навыки. Под прессом стресса ребенок меняется настолько, что может «растерять» почти все навыки самообслуживания, которые давно усвоил. Однако по мере адаптации к условиям организованного коллектива, он «вспоминает» вдруг забытые навыки, в придачу к ним легко усваивая новые.

Особенности речи. У некоторых малышей на фоне стресса меняется речь в сторону регресса.

9. Аппетит. Плохой или отсутствует вообще. Как только ребенок начинает нормально питаться - тяжелая адаптация позади.

10. Сон. Вначале сон отсутствует совсем, сейчас малыш как «Ванька-Встанька». По мере привыкания сон появляется, беспокойный, урывистый, сначала его вряд ли можно назвать полноценным сном.

11. Двигательная активность. Ребенок или очень заторможенный, или гиперактивный. Однако иногда педагоги путают гиперактивность с активностью,

присущей темпераменту, и забывают о том, что есть дети - зрители, слушатели, ораторы и деятели.

Сказкотерапия. Подготовка ко сну

Иногда детей невозможно уложить спать без слез и истерик, а особенно если ребенок проходит адаптационный период. Но ребенка можно перехитрить. Поиграть с ним в сказку, в которую он поверит. Возьмем для примера сказку «Белоснежка и семь гномов». На сайте также приведены [похожие сказки для сказкотерапии](#).

Жили-были Белоснежка (это я) и гномы (это вы). Все гномы ложатся спать и просыпаются в одно и то же время, за всеми гномами наблюдает Белоснежка. Гномики за день очень часто мылись - и ножки устали, и ручки утомились - поэтому им нужно отдохнуть. Гномики стелят каждый в свою постельку, кладут головку на подушечку и сразу засыпают. Ни один гномик не должен разговаривать или играть, мешая спать другим гномикам. Спать нужно только в своей постельке, нельзя спать на коврике или на диванчике. Если в период дневного сна кто-то из гномиков проснется, а все остальные гномики спят, нужно тихонько полежать и подождать, пока они проснутся. А если маленькому гномику что-то нужно, он должен обратиться к Белоснежке.

Не следует забывать о волшебной силе игры. Это подвижные игры, игры, которые помогут быстрее адаптироваться ребенку, пальчиковые, предметные, игры-малютки, которые помогают ребенку развиваться, игры-наблюдения, настольные и тому подобное.

Слово... Его великая магия очаровывает, поднимает до небес, будит в нас лучшие человеческие качества. С помощью слова можно установить контакт с любым ребенком дошкольного возраста. Сказки, песни, потешки, загадки, поговорки, считалки являются незаменимым средством пробуждения познавательной активности, самостоятельности и яркой индивидуальности. Ласковые прибаутки, потешки вызовут радость у ребенка. Чаще всего через элементы фольклора мы доносим до ребенка свою нежность, заботу, любовь, веру в него.

Особенно важно обращаться к фольклору в первые дни появления ребенка в детском саду, именно это способствует скорейшей адаптации.

Как действуют слова на ребенка

Сколько бы мы не слышали о целительной силе доброго слова, иногда все равно говорим нехорошие вещи, ужасным тоном, потом себя ругаем за это. Но слово не воробей, вылетело - не поймаешь.

Поэтому я решила вам на практике наглядно показать влияние слова на ребенка. Особенно слово ранит душу малыша, который проходит период адаптации:

стакан воды - ребенок (чистая, простая, наивная);

соль - грубые, соленые слова;

перец - слова, которые пекут, оскорбительные слова;

горсть земли - безразличие, невнимание к ребенку.

Соль, перец, землю высыпая в стакан. Все это хорошо перемешаем - получим состояние ребенка. Сколько пройдет времени, пока все осядет, забудется. А стоит лишь немного взболтать, и все поднимется вверх. А это стрессы, неврозы, гиперактивность, другие проблемы.

Итак, мы с вами выяснили, что трудности адаптации к детскому саду возникают почти у каждого малыша. Задача педагога - «адаптироваться» к каждому ребенку, понять его, почувствовать, помочь.

Потешка для тех, кто плачет

Не плачь, не плачь, деточка,
Прискачет к тебе белка,
Принесет орешки
Для Машиной потешки.

Потешки для новичков

Кто у нас хороший?
Кто у нас пригожий?
Ванечка - хороший,
Ванечка - пригожий!
Ой, мой маленький,
Мальчик мой родненький,
Мой хорошенький,
Мой пригоженький.

Потешки для умывания

Водичка, водичка,
Умой мое личико,
Чтобы глазки блестели,
Чтобы щечки краснели,
Чтобы смеялись губы,
Чтобы кусались зубы.

Потешки при одевании

Вот они, сапожки:
Этот - с левой ножки,

Этот - с правой ножки.

Если дождик пойдет,

Наденем сапожки:

Этот - с правой ножки,

Этот - с левой ножки.

Вот так хорошо!

Валенки, валенки,

Небольшие, маленькие,

Потешки за обедом

Жили-были сто ребят,

Все ходили в детский сад.

Все садились за столы,

И съедали, что подали.

Потом все ложились спать.

Чтобы снова все начать.

Потешки на сон

Вот и люди спят,

Вот и звери спят.

Птицы спят на ветках,

Лисы спят на горках,

Зайцы спят на травке,

Уточки - в муравке,

Детки все в люлечках...

Спят и спят,

Всему миру спать велят.

Взаимоотношения ребенка со сверстниками

Рекомендации воспитателям

1. Поскольку ребенок действует по примеру людей, которые его окружают, то на первое место ставятся хорошие взаимоотношения между родителями и педагогами, с которыми общается ребенок.
2. Старайтесь в детском коллективе создать такую атмосферу, которая бы не ограничивала действий ребенка (избегайте неаргументированных высказываний:

«Так нельзя» (почему?), «Так не красиво» (почему?). Проведите с детьми беседу, к каким отношениям со сверстниками в группе они стремятся.

3. Эффективным методом преодоления равнодушия ребенка и неприязненного отношения к сверстникам является организация театрализованной деятельности (инсценировка хорошо знакомых и любимых сказок).

4. Содержательным материалом для игр-демонстраций и инсценировок могут быть не только сказки, но и специально созданные воспитателями рассказы, в которых говорится о возникновении какого-то недоразумения или конфликтной ситуации.

5. Целесообразно для налаживания контактов среди детей использовать моделирование ситуаций общения на занятиях.

6. Время от времени воспитателю стоит показать преимущества положительных поступков и формирования у детей гуманных взаимоотношений.

7. Целесообразно, посоветовавшись с детьми, установить добрые традиции в группе, например, встречать друг друга улыбками, веселыми репликами. Это также будет способствовать улучшению отношений.

8. Одним из средств формирования позитивных взаимоотношений является осуществление лично-ориентированного подхода в воспитании, который базируется на самоуважении ребенка, предоставлении ему права на свободный выбор партнера, действий, способа общения.

9. Создавайте условия, способствующие установлению и развитию дружеских, приятельских отношений между детьми. Проводите игры, чтобы снять у них напряжение, это даст им возможность проявить способность к сопереживанию.

10. Определите детей, которые склонны стесняться. Побуждайте других детей приглашать их в совместные игры.

11. Обсуждайте негативные поступки, не задевая достоинства ребенка (покажите, на примерах персонажей художественных произведений).