

Бреславцева Мария Сергеевна

педагог-психолог

МАДОУ МО г. Краснодар «Центр – Д/С №180»

г. Краснодар, Краснодарский край

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ДОШКОЛЬНИКОВ В ПЕРИОД АДАПТАЦИИ

***Аннотация:** в статье рассматривается адаптация как процесс, в ходе которого организм ребенка приспособляется к изменениям в его жизни. Анализируются степени адаптации дошкольников к условиям детского сада и признаки осложнения адаптационного процесса. Рассматриваются факторы, которые могут потенциально осложнить процесс адаптации.*

***Ключевые слова:** адаптация, адаптационный период, дошкольный возраст, предметно-развивающая среда, индивидуальные особенности личности, педагогическое просвещение, психолого-педагогическое сопровождение, коммуникативные навыки, эмоционально-волевая сфера.*

В жизни каждого родителя наступает такой волнительный и в то же время непростой момент, когда он принимает решение отдать своего ребенка в дошкольное учреждение. Даже если дошкольник идет в детский сад с улыбкой и большим желанием, это не значит, что период адаптации обошел его стороной или прошел незаметно; просто он прошел безболезненно для психологического и физического состояния ребенка [1, с. 304].

Как известно, процесс адаптации происходит не с первого дня нахождения в детском саду, а примерно через неделю посещения дошкольного учреждения, только когда ребенок начинает осознавать «куда» и «для чего» его привели.

Основная задача в оказании помощи и содействия в адаптационный период ребенку ложится на плечи воспитателя, но роль педагога-психолога в этот временной отрезок также чрезвычайно важна. Морозова Е.И. отмечает, что с большей долей вероятности можно предполагать, что этот период не проходит бес-

следно даже при благоприятном его окончании и оставляет след в нервно-психическом развитии ребёнка [5, с. 38–52].

К сожалению, в настоящее время не все воспитатели могут оказать квалифицированную помощь и психолого-педагогическую поддержку, грамотно выстроить взаимоотношения с воспитанником и его родителями.

Именно поэтому участие и постоянное взаимодействие воспитателя и родителей с педагогом-психологом поможет избежать тяжёлых последствий в период адаптации ребёнка, оградит его от частых заболеваний, психологических травм, осложнений в речевом и психическом развитии.

Бесспорно, индивидуальные особенности каждого ребёнка оказывают большое влияние на степень приспособления дошкольника к детскому саду. Выделяют три основные степени адаптации у детей дошкольного возраста [4].

При лёгкой степени адаптации ребёнок практически с первых дней пребывает в приподнятом настроении, у него наблюдается хороший аппетит, активное участие в игровой и образовательной деятельности. Эмоциональное состояние у ребёнка спокойное, он легко идёт на контакт с окружающими его людьми, с большим желанием выполняет просьбы и поручения воспитателя.

При средней степени адаптации у дошкольников может наблюдаться снижение аппетита и нарушение сна как дневного, так и ночного. Малыш становится капризным, плаксивым, иногда даже безразличным по отношению к окружающим. Его эмоционально-волевой фон снижается, также как и речевая активность, проявляются признаки невротических реакций. Ребёнок чаще подвержен заболеваниям, но протекают они в степени лёгкой или средней тяжести.

Если у ребёнка наблюдается категоричный отказ от еды (снижение аппетита в течение длительного периода времени), нарушения сна (крики или плач во время сна), истерики после сна, наличие необъяснимых страхов, неконтролируемая агрессия, неуправляемое поведение, то можно говорить о тяжёлой степени адаптации дошкольника [6, с. 81–88].

Именно в этот период эмоционально-волевая сфера ребёнка может характеризоваться резкой сменой настроения и поведения; дошкольник может стать

пассивным, вялым, грустным, избегать общения и контакта со сверстниками и взрослыми или, напротив, впадать в истерическое состояние, переходить на негодующий крик или истерический плач, крушить всё вокруг и наносить травмы окружающим.

В это время посещения детского сада дошкольники часто подвержены заболеваниям, нередко с осложнениями. Возможна задержка речевого и, как следствие, психического развития.

Что же делать, чтобы избежать таких тяжёлых проявлений и последствий адаптационного периода у ребёнка? Во-первых, необходимо заблаговременно готовить своего ребёнка к поступлению в детский сад, беседовать с ним, объясняя ему все правила и тонкости посещения дошкольного учреждения.

Во-вторых, всем специалистам дошкольного учреждения необходимо очень внимательно и индивидуально подходить к определению временного периода пребывания ребёнка в детском саду, его питанию, режиму дневного сна.

Такая работа должна быть организована, несомненно, в неразрывной связке воспитателя, педагога-психолога и родителей воспитанника. Работа педагога-психолога начинается ещё до поступления ребёнка в детский сад. Он должен заблаговременно донести всю необходимую информацию до родителей, используя все доступные направления получения информации: стенды, памятки, анкеты, социальные сети, печатные издания, дни открытых дверей и родительские собрания в дошкольном учреждении.

Очень важной составляющей в работе педагога-психолога в период адаптации детей является оказание всевозможной помощи и поддержки воспитателям. С прибытием новых детей в группу, особенно при наличии ребёнка с особенностями развития или ОВЗ, специалист разрабатывает индивидуальный маршрут психолого-педагогического сопровождения воспитанника, составляет план совместных мероприятий по адаптационной работе и поддержке всех участников образовательного процесса.

Необходимо учитывать, что адаптационный период пребывания ребёнка в детском саду во многом зависит от индивидуальных особенностей малыша. Ес-

ли воспитанник легко идёт на контакт с окружающими его людьми, проявляет активность и любознательность, его адаптационный период пройдёт легко и не займёт большого количества времени.

Но если воспитанник не обладает достаточным уровнем коммуникации, навыками самообслуживания, медлителен, остерегается и сторонится незнакомых ему людей и общения с ними, то ему потребуется более длительный период времени для успешной адаптации, чтобы посещение детского сада не оказало негативного влияния на его эмоционально-волевую сферу и коммуникацию в целом.

Главное помнить, что детский сад – это только одна из ступеней развития ребёнка, но она играет огромную роль в формировании коммуникативных навыков каждого воспитанника, формировании его физического и психического здоровья в целом. Только пройдя этот этап «рука об руку» с ребёнком, можно сформировать доверительные отношения с ним и преодолеть любые трудности [7, с. 170–175].

Список литературы

1. Вахрушева А.А. Здравствуй, мир! / А.А. Вахрушева, Е.Е. Кочемасова, Ю.А. Акимова, И.К. Белова. – М.: Баласс, 2003. – 304 с.
2. Галигузова Л.Н. Искусство общения с ребенком от года до шести лет / Л.Н. Галигузова, Е.О. Смирнова. – М.: АРКТИ, 2004. – 160 с. EDN QX10MV
3. Луговская А. Если малыш не хочет идти в детский сад / А. Луговская. – М.: Эксмо, 2002. – 64 с.
4. Махмутова Н. Адаптация в детском саду без проблем / Н. Махмутова. – М.: Эксмо, 2022.
5. Морозова Е.И. Детская и подростковая психотерапия / Е.И. Морозова. – М.: Юрайт, 2026. – С. 38–52.
6. Печора К.Л. Дети раннего возраста в дошкольных учреждениях / К.Л. Печора, Г.В. Пантюхина, Л.Г. Голубева. – М.: Просвещение, 2003. – С. 81–88.
7. Ульева Е. Энциклопедия детского сада / Е. Ульева. – М.: Эксмо, 2022.

8. Хухлаева О.В. Тропинка к своему «Я»: как сохранить психологическое здоровье дошкольников / О.В. Хухлаева, О.Е. Хухлаев, И.М. Первушина. – М.: Генезис, 2004. – С. 170–175.