**Рекомендации для воспитателей при взаимодействии с ребенком в период адаптации**

☺Взрослым следует ласкать ребенка, особенно во время укладывания: гладить ему ручки, ножки, спинку (это обычно нравится всем детям). Хороший эффект для засыпания дает нежное поглаживание головки ребенка и бровей. При этом рука должна касаться лишь кончиков волос.

☺Установлено, что в психологически напряженной, стрессовой ситуации помогает переключение на древнюю сильную пищевую реакцию. Плачущий 2–3-летний малыш засовывает пальцы в рот. Он инстинктивно защищает себя от чрезмерного эмоционального напряжения. Также переключение затормаживает ранее возникшие отрицательные эмоции. Нужно чаще предлагать ребенку попить. Выпив воды, он успокоится. Вода должна всегда находиться в одном месте, чтобы малыш мог показать, что хочет пить. Следует также выставить на видном месте блюдо с сухариками, печеньем, баранками: пусть погрызет, если захочет. В адаптационный период ребенка ни в коем случае не стоит отучать от соски. Сосательные движения отвлекают его от переживаний.

☺Затормаживают отрицательные эмоции монотонные движения руками или сжимание кистей рук. Поэтому есть смысл предложить ребенку нанизывать на шнур крупные пластмассовые шарики, колесики от пирамидок («бусы»), соединять детальки крупного конструктора типа "Лего", играть резиновыми игрушками-пищалками.

☺Хороший эффект дают игры с водой. Не бойтесь, что ребенок намочит одежду, это можно предусмотреть. В конце концов, просто переоденьте его. Дайте малышу пластмассовые бутылочки с водой, тазик, баночки, и пусть он переливает воду. Это очень успокаивает.

☺Неплохо, если периодически будет звучать негромкая спокойная музыка. В адаптационный период музыка, на фоне которой проходит деятельность детей, должна быть особой. Следует подобрать произведения, способствующие снятию нервного напряжения, например: «Король гномов» Ф. Шуберта, «Пятый ноктюрн» Ф. Шопена, «Утро» Э. Грига и т. п. Музыкальное сопровождение жизнедеятельности малышей должно быть дозированным и строго определенным во времени (например, во время укладывания, кормления).

☺Лучшее лекарство от стресса – смех. Существует даже термин «смехотерапия». Нужно создавать такие ситуации, чтобы ребенок больше смеялся. Для этого в группу часто вносятся игрушки-забавы, демонстрируются веселые, доступные возрастному пониманию ситуации, приглашаются необычные гости – зайчики, клоуны, лисички. В их роли могут быть как взрослые, так и старшие дошкольники.

☺Во время адаптационного периода нужно учитывать все индивидуальные привычки ребенка, в том числе и вредные, и ни в коем случае не перевоспитывать его! Необходимо принять ребенка таким, каков он есть, не выказывая неудовольствия от неадекватного поведения, отсутствия самостоятельности и прочего. Неплохо будет, если родители принесут из дома его любимую игрушку, с которой он привык засыпать, тарелочку и ложку, которыми он привык пользоваться дома и т. д.

И еще одно непреложное правило – не осуждать опыт ребенка, никогда не жаловаться на него родителям.

**Информацию подготовила**: педагог-психолог Л.И. Кочнева

**Источники:**

А.Ю. Кремлякова. Психологическое сопровождение детей с раннего возраста в ДОУ. Детство-пресс,С.-Пб., 2013.

Л.Н. Галигузова, Е.О. Смирнова. Искусство общения с ребенком от года до шести лет. АРКТИ, М.,2004.