**МАДОУ «Детский сад**

**комбинированного вида №2**

**«Родничок»**

**Адаптация**

(для родителей, имеющих

детей от 3 до 6 лет)

****

**Адаптация** – одно из ключевых понятий, употребляемых сегодня. Оно подразумевает психическое здоровья личности, то есть гармонию с самим собой или окружающим миром. Точно так же, как о здоровом или больном человеке, можно говорить о приспособленном к жизни или неприспособленном.

Как определить, здоровы ли наши дети душевно, или иными словами, адаптированы ли они? Судить об их физическом здоровье довольно просто. Если они ведут себя не совсем обычно или у них плохой цвет лица, мы щупаем лоб, ставим градусник, осматриваем язык либо спрашиваем, что у них болит. Примерно тоже делает врач, чтобы поставить диагноз. Гораздо труднее установить психическое состояние наших детей. Способны ли вы понять, что в его поведении действительно зависит от собственного характера, а что от родительского внушения? Мы предлагает Вам ряд вопросов, которые могут вам быть полезны.

Цель вопросника – помочь вам обратить особое внимание на главные моменты в поведении вашего ребёнка. Вопросы эти применимы к детям от3 до 6 лет.

**1.** Легко ли рассмешить вашего ребёнка?

**2.** Как часто он капризничает? Реже одного – двух раз в неделю?

**3.** Ложиться ли спать спокойно, не выводя из терпения всех домашних?

**4.** Всё ли он есть, достаточно ли, не капризничает ли при этом?

**5.** Имеются ли у него друзья, которые хорошо относятся к нему и с которыми он охотно играет?

**6.** Часто ли он «выходит» из себя?

**7.** Всегда ли нужно присматривать за ним?

**8.** Удаётся ли ночью не мочиться в постель?

**9**. Нет ли у него привычки сосать палец, часто хмыкать или много фантазировать?

**10.** Можете ли вы оставить его где-то одного, не опасаясь, что он расплачется?

**11.** Хорошо ли он ведёт себя со сверстниками, не нуждается ли при этом в особом присмотре с вашей стороны?

**12.** Нет ли у него каких-нибудь незначительных страхов?

Если можете дать положительный ответ на каждый из этих вопросов, значит, вы прекрасно воспитали своего ребёнка и можете быть спокойны – он отлично адаптирован к жизни. Однако на самом деле лишь очень немногие родители могут ответить на все вопросы.

Полной адаптации, к сожалению, не бывает, и самое лучшее, на что можно рассчитывать, - как можно ближе подойти к идеалу психического здоровья. Посмотрите сколько «да» и сколько «нет» в ваших ответах. Если преобладают отрицательные ответы, обратитесь к психологу. А если же, напротив, больше положительных ответов, вам остаётся только поздравить себя с хорошим результатом.

Вообще же у нас есть основания полагать, что малыш хорошо адаптирован, если из его поведения исключены:

* **Крайности**. Например, излишняя активность и чрезмерная пассивность.
* **Возврат к более ранним привычкам.** Скажем, ребёнок уже несколько месяцев ел самостоятельно и вдруг требует, чтобы его покормили с ложечки.
* **Отставание от сверстников в развитии.** Например, ребёнок в 4 года разговаривает как 2,5.
* **Непрекращающиеся трудности в элементарных вещах.** Например, если кормление ребёнка остаётся проблемой.

**г.Серов, ул. Короленко, 1**

**адрес официального сайта**

**в сети Интернет:**

**http://rodnichokserov.ucoz.ru/**

**Составитель: учитель-дефектолог**

**Горшкова Евгения Владимировна**