

Онофрийчук Лилия Олеговна, кандидат педагогических наук, доцент
Хмельницкая гуманитарно-педагогическая академия, Хмельницкий, Украина, Lissya0880@ukr.net

ОСОБЕННОСТИ АДАПТАЦИИ ДЕТЕЙ РАННЕГО ВОЗРАСТА В УСЛОВИЯХ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ

В статье рассматривается проблема адаптации детей раннего и дошкольного возраста к условиям дошкольного образовательного учреждения. Доказывается, что, когда изменяются привычные условия жизни, от ребёнка требуется перестройка ранее сложившегося стереотипа поведения. Отмечается, что характер адаптации детей зависит от их возраста и индивидуальных особенностей нервной системы. Обобщаются уровни адаптации детей к условиям дошкольного образовательного учреждения и описываются особенности детей на каждом: лёгкая адаптация, адаптация средней тяжести и тяжёлая адаптация. Раскрываются признаки трёх условных групп детей во время первого посещения дошкольного образовательного учреждения.

Ключевые слова: дети; адаптация; адаптационный период; дошкольное образовательное учреждение.

Onofriichuk Lily Olehivna, PhD in Education, Associate Professor
Khmelnytsky Humanitarian Pedagogical Academy, Khmelnytsky, Ukraine, Lissya0880@ukr.net

THE FEATURES OF ADAPTATION OF EARLY CHILDREN IN THE CONDITIONS OF A PRESCHOOL EDUCATIONAL INSTITUTION

The article considers the problem of adaptation of children of early and preschool age to the conditions of preschool education. It turns out that the changed habitual living conditions require the child to restructure the previously formed stereotype of behavior. It is noted that the nature of adaptation of children depends on their age and individual characteristics of the nervous system. The levels of adaptation of children to the conditions of the preschool institution are generalized and the features of children in each are described: easy adaptation, adaptation of medium difficulty and difficult adaptation. The signs of three conditional groups of children during the first visit to a preschool institution are revealed.

Key words: children; adaptation; stages of adaptation; preschool educational institution.

Введение. Проблема адаптации к условиям дошкольного образовательного учреждения (далее — ДООУ) возникает у ребенка любого возраста, когда он впервые приходит в него. Для такого ребёнка необычное всё: отсутствие близких, незнакомые взрослые, большое количество детей, новое помещение и т. д. Изменены привычные условия жизни, которые требуют от ребёнка перестройки ранее сложившегося стереотипа поведения.

Отдельные вопросы, касающиеся феномена адаптации и социального развития ребёнка дошкольного возраста, поднимались в трудах Л. Выготского, А. Леонтьева, Д. Эльконина. Психолого-педагогические аспекты адаптации детей раннего возраста к новым условиям рассматривались в трудах Н. Аксариной, Л. Галигузовой, Т. Жаровцева, Г. Лямина, С. Мещеряковой, М. Щелованова.

Основная часть. Дошкольное образование является первым и обязательным звеном непрерывной системы образования в Украине, как указано в ст. 4 Закона Украины «О дошкольном образовании» [1]. Традиционно дети начинают посещать ДООУ с трёхлетнего возраста, хотя уже есть немало примеров, когда воспитанниками становятся ещё совсем маленькие дети — в 1,5—2 года.

Исследования Л. Галигузовой, С. Мещеряковой, А. Смирнова доказывают, что ребёнок раннего возраста крайне трудно воспринимает всё новое. Так, может случиться, что в ДООУ всё для него может оказаться незнакомым, а главное, не таким, как он себе представлял, слушая подготовительные рассказы взрослых, т. е., ожидания не совпали с реальностью. Ребёнку приходится приспосабливаться к новым условиям, незнакомым людям, новой организации жизнедеятельности, новому режиму и образу питания, а главное, к неизвестному способу существования — самостоятельно, без мамы. Адаптивные реакции детей индивидуальны и зависят от множества характеристик: от здоровья ребёнка (психофизиология), от личностных особенностей, от характера семейных отношений и воспитания и, разумеется, от условий пребывания в ДООУ. На данный момент психологи, педагоги и врачи разделяют мнение, что до 2—3 лет ребёнок не испытывает потребности в общении со сверстниками, ему их вполне заменяют мать и близкие люди [2, с. 13]. Естественные и закономерные трудности адаптации к яслям возникают из-за того, что эмоционально чувствительные и уязвимые дети очень остро реагируют на разлуку с мамой.

Первое посещение ребёнком ДООУ — это важное событие в его жизни. Когда ребёнок приходит в детский сад, он попадает в новые условия: изменяется режим, характер питания, температура помещения, воспитательные приёмы, характер общения. Всё это, как правило, приводит к изменению поведения

ребёнка, нарушается его аппетит, сон, эмоциональное состояние. У некоторых детей происходит потеря уже имеющихся навыков. Необходимо знать, что состояние эмоционального дискомфорта, пережитое ребёнком, может привести к снижению сопротивляемости организма. Родители должны совместно с ДОУ приложить все усилия к тому, чтобы помочь ребёнку пройти психологическую адаптацию в коллективе.

Исследования Н. Аксариной показывают, что характер адаптации зависит от возраста детей и от индивидуальных особенностей их нервной системы. Средний срок адаптации детей раннего возраста — 7—15 дней, младшего дошкольного возраста — 2—3 недели, старшего дошкольного возраста — 1 месяц. Возникновение у ребёнка устойчивого «адаптационного синдрома» свидетельствует о его неготовности к выходу из семьи. С приходом ребёнка в ДОУ в его жизни происходит множество изменений: строгий режим дня, отсутствие родителей в течение девяти и более часов, новые требования к поведению, другой стиль общения, постоянный контакт со сверстниками, новое помещение — все таит много неизвестного, а значит, и опасного. Все эти изменения обрушиваются на ребёнка одновременно, создавая для него стрессовую ситуацию, которая без специальной организации может привести к невротическим реакциям, таким как капризы, страхи, отказ от пищи, частые болезни, психическая регрессия [3, с. 112].

Л. Пыжьянова подчёркивает, что в начале посещения ДОУ адаптационный стресс изменяет реактивность (защитные силы организма), и ребёнок начинает часто болеть [4, с. 12]. К тому же у плохо приспособленных детей старшего дошкольного возраста больше вероятность появления или закрепления психомоторных нарушений (тиков, заикания). Понятно, что пристальное внимание к вопросам психопрофилактики и предотвращения дезадаптации детей к ДОУ не случайно.

Согласно наблюдениям Н. Мельниковой, у немногих детей адаптация к условиям ДОУ протекает в лёгкой форме [5, с. 38]. При этом в течение первых двух недель возможны следующие проявления: кратковременное нарушение настроения, снижение речевой и игровой активности, ухудшение сна и аппетита, незначительные нарушения поведения. Адаптация средней степени (у большинства детей) характеризуется более значительными и продолжительными (до месяца) нарушениями поведения, может заметно ухудшиться общее самочувствие, возникнут лёгкие (продолжительностью 7—10 дней, без осложнений) заболевания. При тяжёлой форме адаптации привыкание ребёнка проходит длительное время (несколько месяцев) и сложно. В этом случае изменение образа жизни ребёнка зачастую приводит к нарушению психоэмоционального состояния, выражается в тревоге, напряжённости, беспокойстве или заторможенности; ребёнок отказывается от еды (так как чувствует тошноту); в часы отдыха не может заснуть; плачет часто и подолгу болеет (с осложнениями). Иногда фиксируются стойкие нарушения поведения, граничащие с неврологическими состояниями. В последнем случае можно уверенно говорить о феномене дезадаптации ребёнка к условиям данного микросоциума.

Как показывают педагогические и медицинские исследования, характер и продолжительность адаптационного периода зависят от таких факторов, как возраст ребёнка (более проблемно адаптируются к новым условиям дети в возрасте от 10—11 месяцев до 2 лет; после 2 лет дети значительно легче приспособляются к новым условиям жизни), состояние здоровья и уровень развития ребёнка (здоровый, хорошо развитый ребёнок значительно легче переносит трудности социальной адаптации), индивидуальные особенности ребёнка (в значительной мере поведение ребёнка зависит от типа нервной системы), уровень натренированности адаптационных механизмов (дети, которые неоднократно находились в разных условиях жизни, легче привыкают к ДОУ), опыт общения со взрослыми и сверстниками (умение положительно относиться к требованиям взрослых и адекватно общаться с другими детьми) [6].

В зависимости от указанных факторов адаптация ребёнка к условиям ДОУ может проходить по-разному. Р. Тонкова-Ямпольская выделяет группы детей с лёгкой адаптацией, адаптацией средней тяжести и с тяжёлой адаптацией [7]. При лёгкой адаптации негативное эмоциональное состояние ребёнка длится недолго. В первые дни у него ухудшаются аппетит и сон, он вяло общается с другими детьми. Но при привыкании к новым условиям всё это проходит в течение первого месяца пребывания ребёнка в ДОУ. При адаптации средней тяжести эмоциональное состояние ребёнка нормализуется медленнее. В течение первого месяца он болеет, как правило, острыми респираторными инфекциями. Болезнь длится 7—10 дней и завершается без каких-либо осложнений. При тяжёлой адаптации эмоциональное состояние ребёнка нормализуется довольно медленно. Иногда этот процесс длится несколько месяцев. За этот период ребёнок или болеет ещё раз, часто с осложнениями, или проявляет стойкие нарушения поведения (пытается спрятаться, куда-то выйти, сидит и зовёт маму). У таких детей наблюдается бурная негативная эмоциональная реакция и негативное отношение к окружающему ДОУ в первые дни, потом это поведение довольно часто меняется вялым, безразличным состоянием.

Лёгкую адаптацию и в определённой степени адаптацию средней тяжести можно считать закономерной реакцией детского организма на изменённые условия жизни. Тяжёлая же адаптация свидетельствует о чрезмерности психоэмоциональных нагрузок на организм ребёнка и требует внимания как со стороны воспитателя и родителей ребёнка, так и со стороны практического психолога [7, с. 43].

По исследованиям М. Щелованова, учитывая характер поведения при поступлении в ДОУ, детей условно можно разделить на три группы. К первой группе относят детей, резко негативно и бурно выражающих своё отношение к происходящему: громко плачут, бросаются на пол, царапаются, кусаются,

щиплют тех, кто оказывается рядом. Они то просятся на руки ко взрослому, то бегут к двери, с яростью разбрасывая предлагаемые игрушки. Устав от бурного проявления протеста, ребёнок может внезапно заснуть, прижавшись ко взрослому, чтобы через 3—4 минуты с новой энергией продолжить плач до хрипоты. Дети этой группы привыкают в течение 20—30 дней [8, с. 23].

Вторая группа — это дети, которые после расставания с мамой замыкаются, бывают 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 напряжении, едва сдерживают рыдания, сидят, уставившись в одну точку, не притрагиваясь ни к игрушкам, ни к еде. Накормить их хоть чем-то, посадить 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, направляются к ней, а то и просто приползают и, спрятавшись в её колени, горько рыдают. Адаптация таких детей длится 2—3 месяца, протекает очень сложно. Характер и продолжительность адаптационного периода зависят также и от индивидуально-типологических особенностей детей. Застенчивые, замкнутые, робкие дети трудно и болезненно переносят разлуку с мамой, более длительное время привыкают, чаще болеют.

К третьей группе можно отнести коммуникабельных, общительных детей. Впервые переступив порог ДОУ, такой ребёнок вовсе не пугается, а здоровается со взрослыми, улыбается и тут же берёт в свои руки инициативу общения с ними. Он сообщает, что пришел к детям в гости, хотя даже не смотрит в их сторону, а всё внимание направлено ко взрослому. Он спешит рассказать, какие у него дома необычные игрушки, рыбки или птички, какой у него большой брат и друг школьник. Целый день он рассказывает о своей семье, о том, где успел побывать, что успел увидеть. Он с удовольствием демонстрирует свои умения: самостоятельно ест, раздевается и ожидает заслуженной похвалы, хотя только пробует пищу, а в постели лежит, не выпуская взрослого из виду, но такая идиллия длится не более 2—3 дней, на большее у него не хватает объёма информации. Теперь уже, увидев издали здание ДОУ, он впадает в отчаяние, резко протестует, цепляется за маму и по стилю поведения не отличается от детей первой группы [8, с. 30].

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

Заключение. Для успешной адаптации ребёнка к условиям ДОУ необходимо сформировать у него положительную установку на заведение, положительное отношение к нему. Это зависит, прежде всего, от воспитателей, от их умения и желания создать атмосферу тепла, доброты, внимания в группе. Поэтому организация адаптационного периода начинается с повышения профессионального уровня воспитателей, их психологического образования с помощью традиционных и новых методов обучения, развития у них таких качеств, как умение сопереживать, доброжелательности, организаторских и артистических способностей, коммуникативных навыков, эмоциональной стабильности.

Список цитируемых источников

1. Про дошкільну освіту [Электронный ресурс] : Закон України. — Режим доступа: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2628-14#Text>. — Дата доступа: 06.01.2021.
2. *Лямина, Г. М.* В группу поступил новый ребёнок. Воспитание и развитие детей раннего возраста : пособие для воспитателей дет. садов / Г. М. Лямина. — М. : Просвещение, 2000. — 145 с.
3. *Аксарина, Н. М.* Воспитание детей раннего возраста : учеб. для мед. сестер дет. учреждений мед. училищ / Н. М. Аксарина. — 3-е изд., испр. и доп. — М. : Медицина, 1977. — 303 с.
4. *Пыжьянова, Л.* Как помочь ребёнку в период адаптации / Л. Пыжьянова // Дошк. воспитание. — 2003. — № 2. — С. 12—18.
5. *Мельникова, Н.* Адаптация малышей к детскому саду / Н. Мельникова // Дошк. образование. — 2002. — № 5 (77). — С. 31—45.
6. *Галигузова, Л. Н.* Ступени общения: от года до семи лет / Л. Н. Галигузова, Е. О. Смирнова. — М. : Просвещение, 1992. — 143 с.
7. Социальная адаптация детей в дошкольных учреждениях / под ред. Р. В. Тонковой-Ямпольской, Е. Шмидт-Кольмер, А. Атанасовой-Вуковой. — М. : Академия, 2000. — 208 с.
8. Развитие и воспитание ребёнка от рождения до трёх лет / под ред. проф. Н. М. Щелованова. — М. : Просвещение, 1965. — 183 с.