Палева Екатерина Николаевна,
магистрант кафедры дошкольного образования «Череповецкого
государственного университета» г. Череповец
ekaterina-paleva@mail.ru

Тимошина Елена Игоревна,
кандидат педагогических наук, доцент кафедры дошкольного образования
«Череповецкого государственного университета» г. Череповец
timoshina1965@yandex.ru

Новые аспекты адаптации детей младшего дошкольного возраста к условиям дошкольного образовательного учреждения

Аннотация. Статья посвящена вопросам адаптации детей младшего дошкольного возраста к условиям дошкольного образовательного учреждения. Авторы раскрывают так же понятие вторичной адаптации, ранее не употреблявшееся в научной литературе.

Ключевые слова: процесс адаптации, параметры адаптации, дети младшего дошкольного возраста, вторичная адаптация.

Проблема адаптации человека всегда интересовала научную общественность и относится к числу фундаментальных как в психологии, так и во многих других областях научного знания: философия, социология, общая и медицинская психология, психология личности, детская психология, психология развития. Концептуальные основы проблемы адаптации разработаны в трудах отечественных ученых А.Н. Леонтьева (1979), Л.С. Выготского (1983), А.В. Петровского (1987), С.Л. Рубинштейна (1998), К.А. Абульхановой-Славской (1998), В.Ф. Березина (1998), А.А. Налчаджян (2002), А.А. Реана (2005); проблема адаптации детей дошкольного возраста раскрыта в исследованиях Н.М. Аксаринной (1977), Л.Н. Павловой (1986), В.А. Алямовской (1999), К.Л. Печоры (2001), Г.В. Пантюхиной (2002), Л.В. Белкиной (2004), Д.Н. Исаева (2004), Н.П. Бадьиной (2007) и других.

В научной литературе существует множество определений понятия «адаптация», характеризующих данный феномен достаточно разносторонне.

Впервые термин «адаптация» стал употребляться к концу XIX века в биологических науках для характеристики изменения чувствительности анализаторов под влиянием приспособления органов чувств к действующим раздражителям [1].

Таким образом, первоначальное понимание адаптации раскрывается как приспособление строения и функций организма к условиям среды, направленного на сохранение привычного состояния организма.

Позднее же термином «адаптация» стали обозначать процесс и результат приспособления индивида к условиям социальной среды. С понятием «адаптация» тесно связаны такие понятия, как «адаптированность», рассматриваемая учеными как положительный результат процесса адаптации, а также «дезадаптация», которая, по мнению Р.В. Овчаровой (2000), представляет собой образование неадекватных механизмов приспособления ребенка к дошкольному образовательному учреждению в форме конфликтных отношений, психогенных заболеваний и реакций, повышенного уровня тревожности, искажений в личностном развитии и так далее [2].

Рассмотрим более подробно виды адаптации, выделенные в научной литературе.

В своих исследованиях Н.В. Кирюхина (2007) рассматривала адаптацию в трех аспектах и выделяла следующие виды адаптации:

- биологическая адаптация – процесс активного взаимодействия организма со средой;
- социальная адаптация – способность приспосабливаться к социальным условиям;
- физиологическая адаптация – реакция, наиболее полно отвечающая потребностям данной ситуации.

Согласно точке зрения автора, данные виды адаптации тесно взаимосвязаны, что указывает на специфику самого феномена адаптации и определяет его как трехгранный процесс, затрагивающий все стороны развития личности.

Е.Е. Данилова (2003) в исследованиях выделяет два вида адаптации – физиологическую и социально-психологическую, указывая на особенности физиологической адаптации ребенка дошкольного возраста, и отмечает, что физиологическая адаптация проходит в несколько этапов:

- первый – когда на весь комплекс новых воздействий, связанных с началом поступления в детский сад, дети отвечают бурной реакцией и значительным напряжением практически всех систем организма;
- второй – это время неустойчивого приспособления, когда организм ищет и находит оптимальные или близкие к оптимальным варианты реакций на эти воздействия;
- третий – это период характеризуется относительно устойчивым приспособлением, когда организм находит наиболее подходящие варианты реагирования на нагрузку, требующие меньшего напряжения в определенных видах деятельности.

Социально-психологическая адаптация, по мнению автора, связана с привыканием к новой социальной среде (нормам, требованиям среды, коллективу сверстников).

В.А. Сластенин, В.П. Каширин (2001) дополняют данные классификации определением «психологическая адаптация», которая представляет собой процесс приближения психической деятельности личности к социальным и социально-психическим требованиям среды, условиям и содержанию деятельности человека, это процесс гармонизации внутренних и внешних условий жизни и деятельности личности и среды [1].

Проблема адаптации широко представлена и в зарубежной психологии. Можно выделить четыре основных направления, в рамках которых разрабатывались концепции адаптации личности:

- психофизиологическое направление (Г. Селье);
- психодинамическое направление (З. Фрейд и др.);
- бихевиоральное направление (Л. Фестингер, Дж. Рибсон и др.);
- гуманистическое направление (К. Роджерс, А. Маслоу, В. Франкл и др.).

В целом, по мнению А.А. Реана (2005), механизм адаптации – явление сложное и включает в себя два аспекта: процессуальный и результативный.

Процессуальный аспект отражает протяженность и стадии самой адаптации, результативный аспект указывает на оценку успешности адаптивных процессов в целом. Специфика данных аспектов в каждом возрастном периоде уникальна, поэтому для понимания сущности процесса адаптации детей дошкольного возраста, необходимо более детальное рассмотрение данных аспектов и параметров адаптационного процесса.

Опираясь на исследования Н.М. Аксариной (1977), К.Л. Печоры (1986) можно сделать вывод, что адаптация детей к дошкольному образовательному учреждению определяется несколькими параметрами: показателями адаптации; уровнями

адаптации; этапами и длительностью прохождения адаптации; факторами и условиями, определяющими процесс адаптации.

Исследователи Института педиатрии РАМН выделили следующие показатели адаптации:

- Нарушение сна. В период адаптации у детей нарушается сон (это касается и засыпания, и пробуждения). Недостаток сна оказывает сильное негативное влияние на нервную систему, поскольку сон относится к периодически возникающему функциональному состоянию, обеспечивающему восстановление психических и физических резервов организма;

- Нарушение питания. Процесс адаптации ребенка сопровождается снижением аппетита либо его нарушением. Это связано в первую очередь с непривычной пищей, а также с повышенной вследствие адаптационного стресса нервной возбудимостью. У некоторых детей могут наблюдаться кратковременные желудочно-кишечные расстройства, что может стать причиной снижения веса;

- Нарушения настроения. Нарушение настроения выражается прежде всего в проявлении отрицательных эмоций в общении и негативных поведенческих реакций, таких как капризность, подавленное состояние или, наоборот, повышенная возбудимость, гневливость, агрессивные проявления, плаксивость;

- Понижение иммунитета (частые заболевания). Вследствие адаптационного стресса у детей младшего дошкольного возраста страдает иммунитет, они начинают часто болеть ОРВИ, остро реагируют на сквозняки и перегревание гораздо чаще, чем в обычном состоянии. Кроме этого, на младший дошкольный возраст приходится критический период в развитии иммунной системы, характеризующийся началом формирования собственного долговременного иммунитета [3].

Второй параметр адаптационного процесса – уровни адаптации. Процесс адаптации ребенка к дошкольному образовательному учреждению, согласно исследованиям Л.В. Белкиной (2004); Н.В. Кирюхиной (2006); Н.П. Бадьиной (2007) и др., может проходить на двух уровнях:

- физиологическом – как приспособительной деятельности физиологических процессов, происходящих на клеточном и организменном уровнях, достижение определенно устойчивого уровня активности организма и его частей, при котором возможна длительная активная деятельность всего организма;

- социально-психологическом – как приспособлению к социальной среде, к ее нормам и требованиям, режиму дня, коллективу сверстников [1].

Третий параметр адаптационного процесса – этапы и длительность прохождения процесса адаптации. В зависимости от тяжести симптоматических проявлений у ребенка в адаптационный период исследователи (Р.В. Тонкова-Ямпольская, Е. Шмидт-Кольмер (1980); О.И. Давыдова, А.А. Майер (2005) и др.).

Выделяют три этапа адаптационного процесса:

- острый (дезадаптация). Характеризуется разнообразными колебаниями в соматическом состоянии организма. Это приводит к снижению веса, аппетита, частым вирусным заболеваниям, нарушению сна, регрессу в речевом развитии (длится в среднем один месяц);

- подострый (адаптация). Ключевым на этом этапе адаптации являются активное освоение новой среды и выработка соответствующих ей форм поведения. Отмечается постепенное уменьшение изменений в деятельности разных систем – нормализуется аппетит (в течение 10–15 дней), развиваются речевая активность и игровая деятельность (в пределах 40– 0 дней).

Неблагоприятные сдвиги в поведении ребенка уменьшаются и регистрируются лишь по отдельным параметрам на фоне замедленного темпа развития (длится 3–5 месяцев);

- компенсации (адаптированность к определенным социальным условиям). В этот период нормализуются и достигают своего исходного уровня, а иногда и превышают его все регистрируемые показатели процесса адаптации ребенка [4].

По характеру и особенностям первых двух периодов можно определить степень тяжести адаптации. Исследователи Института педиатрии РАМН и ученые, занимающиеся проблемой адаптации детей младшего дошкольного возраста (Н.М. Аксарина, 1972; Л.В. Белкина, 2004; Н.В. Соколовская, 2008) выделили и описали степени тяжести адаптации.

Легкая степень адаптации. Характерными являются следующие особенности: к двадцатому дню пребывания в ДОО у ребенка нормализуется аппетит и сон; настроение становится бодрым, заинтересованным; отношения с близкими взрослыми остаются положительными. Ребенок спокойнее начинает относиться к ритуалам прощания, быстро отвлекается, его интересуют другие взрослые; отношение к детям становится более заинтересованным.

В течение двух недель при участии взрослого интерес к окружающему восстанавливается, а к концу первого месяца пребывания в ДОО восстанавливается активная речь малыша. Число заболеваний уменьшается до раза, сроком не более десяти дней и без осложнений. Нервные процессы приходят в норму. Ребенок легче реагирует на конфликтные ситуации со сверстниками.

Средняя степень адаптации. Характерными признаками являются: допустимые положительные нарушения в общем состоянии; через 20–40 дней сон и аппетит восстанавливаются, но еще нарушено качество аппетита и сон тревожный и поверхностный; еще в течение месяца настроение неустойчивое, ребенок может плакать периодами в течении всего дня; поведенческие реакции восстанавливаются лишь к 30 дню пребывания в ДОО; отношение к близким – эмоциональное и возбужденное, при расставании с родителями может проявлять сильный эмоциональный всплеск; отношение к детям, в большей степени, безразличное, но может быть и заинтересованным; отношение к взрослым, в основном, избирательное. Речевая активность у ребенка либо замедляется, либо вообще отсутствует; в игре ребенок не использует приобретенные ранее навыки и речь, игра остается ситуативной. Ребенок может болеть до двух раз в месяц, но не более десяти дней, как правило, без осложнений. Вес, в основном, не изменяется или несколько снижается; начинают появляться признаки невротических реакций. Можно также зафиксировать изменения вегетативной нервной системы: потливость, диатез, бледность и другие. При этом данные сдвиги нормализуются в течение месяца, может наступить заболевание длительностью до 5–7 дней, есть признаки психического стресса.

Тяжелая степень адаптации. Характерными признаками тяжелой адаптации являются: трудное засыпание непродолжительный сон, вскрикивания и плач во сне, либо вообще отказ от дневного сна; сильно и надолго снижается аппетит, так же может возникнуть отказ от еды, в редких случаях невротическая рвота; настроение безучастное, ребенок много и длительно плачет. Поведенческие реакции нормализуются лишь к шестидесятому дню пребывания в ДОО; отношение к близким – эмоционально-возбужденное, лишенное практического взаимодействия; отношение к детям избегающее или агрессивное. На всем протяжении адаптации проявляется отказ от участия в деятельности. Речью дети в основном не пользуются или имеет место задержка речевого развития на 2–3 периода; игра ситуативная, кратковременная [3].

Таким образом, мы видим, что степень разработанности теоретических основ проблемы адаптации в отечественной и зарубежной психологии представляется весьма солидной.

Однако в психолого-педагогической литературе не упоминается такое понятие как вторичная адаптация дошкольников, хотя в практике дошкольного образования данное явление встречается. Вторичная адаптация рассматривается нами как процесс повторного приспособления к изменившимся условиям социальной среды в связи с переходом ребенка младшего дошкольного возраста в новое дошкольное образовательное учреждение.

Мы предполагаем, что процесс вторичной адаптации у детей дошкольного возраста проходит при переходе ребенка по каким-либо причинам в другое дошкольное учреждение и напрямую зависит от первичной адаптации. Если первичная адаптация прошла успешно, то и вторичная адаптация пройдет быстрее и легче. Так же на процесс вторичной адаптации влияют следующие факторы - возраст ребенка, индивидуальные особенности, опыт посещения детского сада, степень привязанности ребенка к родителям, опыт общения и взаимодействия со сверстниками, т.е. те факторы, которые во многом определяют процесс первичной адаптации.

На базе муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад общеразвивающего вида № 15» г. Череповца нами было проведено исследование, в котором принимали участие 26 детей младшего дошкольного возраста. Все дети проходят процесс вторичной адаптации к условиям ДООУ.

Целью исследования явилось – выявить уровень вторичной адаптации детей младшего дошкольного возраста.

В ходе исследования выявилось, что

- у 35% детей – высокая степень адаптации;
- у 53% детей – средняя степень адаптации;
- у 3% детей низкая степень адаптации.

По результатам опроса родителей было выявлено, что процесс вторичной адаптации к условиям ДООУ проходит у данной группы детей легче, чем в первом случае. Родители объясняют это тем, что дети уже успели привыкнуть к режиму дня, к определенным правилам детского сада, и к разлуке с родителями.

В ходе исследования был выявлен еще очень интересный факт. Дети, которые перешли вместе из одной группы (7 человек) вторично адаптировались наиболее легко и быстрее, чем дети, которые пришли по одному из разных детских садов. Среди них у шести детей – высокая степень вторичной адаптации, и у одного ребенка – средняя степень адаптации. Дети данной подгруппы, вместе играют, общение между ними проявляется ярче, чем у других детей, конфликтных ситуаций меньше чем при взаимодействии с новыми и незнакомыми сверстниками.

Так же стоит отметить, что у одного ребенка с низкой степенью адаптации, первичная адаптация была очень тяжелой, и ребенок так и не смог полностью адаптироваться к условиям дошкольного учреждения. При вторичной адаптации все симптомы начали вновь проявляться, но родители и педагоги отмечают, что этот период был намного короче и ребенок быстрее адаптировался и начал вступать в общение со сверстниками.

Таким образом, проанализировав психолого-педагогическую литературу можно сделать вывод о том, что процесс адаптации дошкольников к условиям дошкольного образовательного учреждения изучен глубоко и полно, но процесс вторичной адаптации практически не исследуется, но имеет большое значение для развития личности малыша.

Результаты исследования подтверждают наши предположения, что процесс вторичной адаптации напрямую зависит от результатов первичной адаптации к условиям дошкольного образовательного учреждения, и от тех же факторов, что и процесс первичной адаптации.

Ссылки на источники

1. Сидоркина Т.Ю. Психолого-педагогическое сопровождение адаптации часто болеющих детей к дошкольному образовательному учреждению: учебное пособие для студентов, обучающихся по направлению Психолого-педагогическое образование / Краснояр. гос. пед. ун-т им. В.П. Астафьева. – Красноярск, 2013. – С. 92.
2. Овчарова Р.В. Технологии практического психолога образования: учебное пособие для студентов вузов и практических работников. - М.: ТЦ Сфера, 2001. – С. 448.
3. Адаптация ребенка к условиям детского сада: управление процессом, диагностика, рекомендации / авт.-сост. Н.В. Соколовская. - Волгоград: Учитель, 2008. – С. 188.
4. Давыдова О.И., Майер А.А. Адаптационные группы в ДОУ: методическое пособие. - М.: ТЦ Сфера, 2005. – С. 128.

Ekaterina Paleva,

Undergraduate Chair of Preschool Education "Cherepovets State University" Cherepovets

Elena Timoshina,

candidate of pedagogical sciences assistant professor of preschool education "Cherepovets State University" Cherepovets

New aspects of adaptation of children of preschool age to conditions of preschool educational institution

Abstract. *The article deals with the adaptation of children of preschool age to conditions of preschool educational institution. The authors reveal the same notion of secondary adaptation, not previously used in the scientific literature.*

Keywords: *process of adaptation, adaptation parameters, children of preschool age, secondary adaptation. annotation*