

УДК 004:[373.24]

ББК 74.1

Б728

А. Г. Бобылева
Таганрог, Россия

ПРОБЛЕМА АДАПТАЦИИ ДЕТЕЙ РАННЕГО ВОЗРАСТА К УСЛОВИЯМ ДОУ

В статье мы рассмотрели сущность понятия «адаптация», определили основные фазы процесса адаптации, рассмотрели факторы адаптации малыша к требованиям ДОУ. Под адаптацией подразумевается процесс вхождения личности в новую для нее сферу и приспособление к существующим требованиям. Мы рассмотрели три фазы процесса адаптации. Также нами изучены основные факторы адаптации детей к детскому саду, среди них: возраст дошкольника; приближенность распорядка дня дома к распорядку в ДОУ; состояние самочувствия; степень развития; оценка ЦНС; способность общаться со старшими и ровесниками; развитость предметной и игровой деятельности.

Ключевые слова: адаптация; дошкольники; фазы адаптации; ДОУ; факторы адаптации; аспекты адаптации.

А. Bobyleva
Taganrog, Russia

THE PROBLEM OF EARLY AGE CHILDREN ADAPTATION TO CONDITIONS OF THE KINDERGARTEN

The article considers the meaning of *adaptation*, outlines the main stages of adaptation, and studies the factors of a child's adaptation to the kindergarten requirements. *Adaptation* means the process of a personal entrance into a new sphere and the adaptation to the demands given. Three stages are regarded. The main factors of a child's

adaptation are as follows: the age of a preschool child; adequacy of home daily schedule to the kindergarten's work; health; level of personal development; CNS value; communication skills with adults and coevals; activities with objects and pastime.

Key words: adaptation; a preschool child; adaptation stages; a kindergarten, factors and aspects of adaptation.

В последнее время появилась тенденция к росту количества детей, которые поступают в ДООУ в раннем возрасте. Хорошо известно, что многие родители довольно остро воспринимают проблему адаптации малыша к детскому саду, поскольку дети впервые переходят из довольно изолированного семейного мира в мир обширных общественных контактов. От того, как пройдет процесс адаптации дошкольника к новому распорядку, к незнакомым людям, зависит его физиологическое и психологическое развитие.

Огромный вклад в исследование данной проблемы сделали такие отечественные педагоги, как Л. В. Макшанцева, Н. М. Аксарина, Е. О. Севостьянова и др.

Ч. Дарвин определил, что эволюция всех живых существ происходит посредством эволюции их адаптации к окружающей среде. С данного периода в науке установилось утверждение, что адаптация – это нечто внутреннее и данное заранее живым организмам, однако всегда появляется и формируется под влиянием трех главных факторов эволюции – наследственности, естественного отбора и изменчивости.

Понятие адаптации в таких науках, как медицина и физиология, означает процесс приспособливания. В педагогике адаптация – это приспособление к возникающим изменениям (внешним воздействиям, испытываемым ощущениям и пр.) условий существования. То есть под адаптацией подразумевается процесс вхождения личности в новую для нее самую сферу и приспособление к существующим требованиям. Адаптация считается динамичным процессом, который приводит либо к положительным результатам, либо отрицательным

(стресс, напряжение). При этом выделяют два главных аспекта эффективной адаптации:

- внутренний уют (эмоциональная удовлетворенность);
- внешняя соразмерность поведения (умение просто и четко осуществлять условия среды).

В процессе комплексного исследования, проделанного учеными в различных странах, было выявлено три фазы процесса адаптации:

1) острая фаза, сопутствующая различным изменениям в соматическом состоянии и психическом статусе, что способствует уменьшению веса, нередким болезням, изменению режима сна, уменьшению аппетита, изменению речи, которая возвращается к предыдущим формам развития (продолжается обычно около одного месяца);

2) подострая фаза, которая отличается нормальным поведением детей, то есть все изменения сокращаются и фиксируются только по отдельным характеристикам на фоне затянувшегося темпа формирования, в частности, психологического, по сравнению с возрастными нормами (продолжается от трёх до пяти месяцев);

3) фаза компенсации отличается ускорением темпа формирования, вследствие дети преодолевают данную задержку в формировании.

Рассматривая проблему адаптации детей раннего возраста к условиям ДООУ, Л. В. Мокшанцева отмечает, что «у немногих детей адаптация к условиям ДООУ протекает в легкой форме. 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, взаимоотношения со взрослыми почти не нарушаются, двигательная активность не снижается, функциональные изменения едва выражены и нормализуются в течение 2–4 недель. В период легкой адаптации заболеваний не возникает» [Макшанцева, 2003, с. 62].

Адаптация средней формы (у многих ребят) характеризуется наиболее значительными и продолжительными (до двух месяцев) изменениями в поведении,

возможно заметное ухудшение общего самочувствия, появляются легкие (продолжительностью около недели, без осложнений) болезни.

При тяжелой форме адаптации приспособление ребенка протекает продолжительно (от нескольких месяцев до полугода) и трудно. В таком случае перемена образа жизни нередко в целом приводит к изменениям психоэмоционального состояния малыша, что проявляется в волнении, напряженности, тревоге либо заторможенности; дошкольник отказывается от приема пищи (потому что у него может быть тошнота), во время отдыха не способен уснуть, хнычет; частую и долго болеет (с осложнениями). В некоторых случаях отмечаются стойкие отклонения в поведении, близкие с состоянием нервного срыва. В заключительном случае можно решительно сказать о феномене дезадаптации детей к условиям этого микросоциума.

Практический опыт Л. В. Мокшанцевой и др. исследователей демонстрирует, что тяжелая адаптация малыша к требованиям ДОО чаще всего вызвана:

- недостатком в семье режима, схожего с режимом детского сада;
- присутствием у детей специфических повадок;
- неспособностью занять себя игрушками;
- недостатком простых навыков культуры и гигиены;
- недостатком умения контактировать с малознакомыми людьми.

В своей статье мы хотим акцентировать внимание на факторах, которые оказывают большое значение на приспособление. Среди них можно выделить:

1. Возраст дошкольника. Продолжительность и стиль приспособления находятся в зависимости от возраста малыша. В исследованиях Н. М. Аксариной отмечается, что «наиболее трудно приспособляются к новым условиям дети от 9–10 месяцев до 2-х лет. В этом возрасте начинают формироваться устойчивые привычки, и возможности их перестройки еще нет. После двух лет изменяется подвижность нервных процессов, дети становятся более любознательными, их можно заинтересовать новой игрушкой, они хорошо понимают речь взрослого, малыша легче успокоить, уже есть опыт общения с разными людьми».

ми. Поэтому для ребенка старше двух лет, процесс адаптации проходит легче, по сравнению с детьми более младшего возраста» [Аксарина, 2007, с. 52].

Данная точка зрения разделяется и Е. О. Севостьяновой, которая рекомендует начинать «посещения детского сада не в эпикризные сроки: 1 год 3 месяца, 1 год 6 месяцев, 1 год 9 месяцев, 2 года, 2 года 3 месяца, 2 года 6 месяцев, 2 года 9 месяцев, 3 года» [Севостьянова, 2006, с. 37].

2. Приблизженность распорядка дня дома к распорядку в ДООУ. На характер приспособления оказывает воздействие то, в какой мере изменяются условия существования детей: порядок дня, характерные черты кормления и другие. С целью предотвращения эмоционального стресса от внезапной перемены данных условий, родители заранее рассказывают ребенку о распорядке дня в детском саду, режиме кормления, придерживаются этих условий и дома.

3. Состояние самочувствия.

4. Степень развития.

5. Оценка ЦНС.

6. Способность общаться со старшими и ровесниками.

7. Развитость предметной и игровой деятельности.

По манере поведения при поступлении в дошкольное учреждение Р. Р. Калинин [Макшанцева, 2003] условно разделила детей на три группы:

- Первая группа. Большая часть детей резко негативно и стремительно выражают свою позицию к тому, что происходит: очень громко хнычут, царапают всех, кусаются, щиплют тех, кто находится поблизости. Они, то упрашивают взрослого, чтобы те их взяли на руки, то убегают к двери, со злостью раскидывая игрушки. Устав от своих выходок, ребёнок способен неожиданно уснуть, где бы он не находился, и несмотря на то, в какой позе, чтобы через несколько мгновений с новой силой продолжить вопль вплоть до хрипоты. Ребята данного возраста адаптируются в течение месяца.

- Вторая группа – малочисленная, в которую входят всего 2–3 малыша, которые после разлуки с матерью закрываются в себе, бывают излишне напряжены. У них мало сил, которых хватает лишь на то, чтобы совершить ряд шагов от

входа в сторонку и забиться в самом ближайшем уголке, отрешившись абсолютно от всего. Такие ребята, будучи в состоянии срыва, едва ограничивают плач, сидят, глядя в одну и ту же точку, не играют с другими детьми и кушают. Они безмолвны, никак не обращают внимания на слова окружающих, не хотят ни с кем общаться. И только лишь при встрече с мамой оживают. Адаптация подобных детей продолжается два–три месяца, проходит весьма трудно. Характер и продолжительность адаптационного этапа находится в зависимости от индивидуальных отличительных черт ребёнка. Робкие, закрытые, боязливые дети сложно переносят разлуку с матерью, наиболее продолжительное время свыкаются, нередко переносят болезни.

- В третью группу можно отнести коммуникабельных, компанейских детей. В первый день прибытия в детский сад малыш совершенно никого не боится, здоровается со старшими, смеется и берет в собственные руки инициативу на установление контакта с ними. Он информирует, что прибыл к ребятам в гости, несмотря на то, что он не смотрит в их сторону, а весь сосредоточен на взрослом. Вся его внутренняя энергия ориентирована на презентацию себя как индивидуальности. Он торопится всем поведать, какие у него дома красивые и необычные игрушки, собачки и птички, какая у него большая сестра. Весь день он говорит о своём доме и семье, о том, где был, что видел. Он с наслаждением показывает собственные мастерства: без помощи других кушает, раздевается и ждет достойной хвалы, хотя лишь балуется с едой, а, лёжа в кровати, не выпускает воспитателя из поля зрения, однако подобная идиллия продолжается недолго (около двух–трех суток).

По истечении определённого времени (индивидуально для каждого) адаптационный период завершается. Первые позитивные сдвиги можно выделить в сфере стабилизации эмоций. Дошкольник стремительно утихает, распрощавшись с матерью, реже плачет на протяжении дня. Затем у малыша пробуждается аппетит, он принимает помощь старшего в период обеда. По истечении определённого времени он перестает плакать при разлуке с отцом и матерью, правильно отвечает на просьбы взрослого. У него возникают позитивные пере-

мены в поведении: пытается обслуживать сам себя, способен начать игру. Это говорит об окончании адаптации. Наиболее заключительным и существенным признаком завершения адаптационного этапа является безмятежный сон малыша, как в дневное, так и в ночное время.

Таким образом, можно сделать следующие выводы: адаптация содержит в себе большое число персональных реакций, которые находятся в зависимости от психологических, физических и индивидуальных отличительных черт детей, от сформировавшихся семейных взаимоотношений, от состояния самочувствия малыша.

Выводы: в своей статье мы рассмотрели сущность понятия «адаптация», определили основные фазы процесса адаптации, рассмотрели факторы адаптации малыша к требованиям ДОО.

Под адаптацией подразумевается процесс вхождения личности в новую для нее самую сферу и приспособление к существующим требованиям. Адаптация считается динамичным процессом, который приводит либо к положительным результатам, либо отрицательным (стресс, напряжение). Выделяют два главных аспекта эффективной адаптации: внутренний уют (эмоциональная удовлетворенность) и внешнюю соразмерность поведения.

В процессе комплексного исследования, проделанного учеными в различных странах, было выявлено три фазы процесса адаптации:

- 1) острая фаза, сопутствующая различными изменениями в соматическом состоянии и психическом статусе;
- 2) подострая фаза, которая отличается нормальным поведением детей, то есть все изменения сокращаются и фиксируются только по отдельным характеристикам на фоне затянувшегося темпа формирования;
- 3) фаза компенсации отличается ускорением темпа формирования, вследствие дети преодолевают данную задержку в формировании.

Практический опыт Л. В. Мокшанцевой и др. исследователей демонстрирует, что тяжелая адаптация малыша к требованиям ДОО чаще всего вызвана следующими факторами: недостатком в семье режима, схожего с режимом детско-

го сада; присутствием у детей специфических поведенческих реакций; неспособностью занять себя игрушками; недостатком простых навыков культуры и гигиены; недостатком умения контактировать с малознакомыми людьми.

В своей статье мы акцентировали внимание на факторах, которые оказывают большое значение на приспособление. Среди них можно выделить: возраст дошкольника; приближенность распорядка дня дома к распорядку в ДОУ; состояние самочувствия; степень развития; оценка ЦНС; способность общаться со старшими и ровесниками; развитость предметной и игровой деятельности.

Таким образом, можно утверждать, что адаптация содержит в себе большое число персональных реакций, которые находятся в зависимости от психологических, физических и индивидуальных отличительных черт детей, от сформировавшихся семейных взаимоотношений, от состояния самочувствия малыша.

Библиографический список

1. Аксарина М. Н. Воспитание детей раннего возраста. М.: Медицина. 2007. 304 с.
2. Калинина Р. Р. Ребенок пошёл в детский сад. К проблеме адаптации детей к условиям жизни в дошкольном учреждении // Дошкольное воспитание. 1998. № 4. С. 2–9.
3. Махшанцева Л. В. К проблеме адаптации трехлетних детей к ДОУ // Вестник МГУ, серия 14. Психология. 2003. № 1. С. 60–67.
4. Севостьянова Е. О. Дружная семейка: Программа адаптации детей к ДОУ. М.: Сфера. 2006. 96 с.

Reference

1. Aksarina M.N. (2007). *Vospitaniye detey rannego vozrasta* [Education of early age children]. M.: Medicine Publ, 2007. 304 p. (in Russian).
2. Kalinina R.R. (1998). *Rebyonok poshol v detskiy sad. K probleme adaptatsii detey k usloviyam zhizni v doshkolnom uchrezhdenii* [A child went to the kindergarten. To the problem of children adaptation to conditions of life in preschools]. *Doshkolnoye vospitaniye*, 1998. No. 4. pp. 2-9 (in Russian).
3. Makshantseva L.V. (2003). *K probleme adaptatsii tryokhletnikh detey k DOU* [The problem of adaptation of three-year-olds to the kindergarten]. *Vestnik MGU*, series 14, Psychology, 2003. No. 1. pp. 60 - 67 (in Russian).
4. Sevostyanova E.O. (2006). *Druzhnaya semeyka: Programma adaptatsii detey k DOU* [Friendly family: The Program of children adaptation to the kindergarten]. M.: Sphere Publ, 2006. 96 p. (in Russian).