

# Контрольная 16.

## АДАПТАЦИЯ К ДОО

---

**Важнова** Светлана Алексеевна,

старший преподаватель, кафедра «Дошкольная педагогика и психология»,  
ФГБОУ ВО МГППУ, Москва

---

**К**аждый ребенок живет и воспитывается в соответствии с нормами и правилами, отношениями, принятыми в его семье. Дошкольная образовательная организация (ДОО) представляет собой общественный институт, где образование и развитие детей, взаимодействие взрослого с ними регламентированы стандартами, нормативными документами, общекультурными ценностями и нормами. Когда родители приводят ребенка в детский сад, то он знакомится с другими детьми, незнакомыми взрослыми, новым зданием, помещением и обстановкой группы, отличными от домашнего распорядком дня, рационом питания. Это может вызывать у него переживания, связанные с длительным расставанием с мамой, утратой чувства защищенности, с тем, что внимание взрослого не сконцентрировано на нем, а распределяется на всех детей. Такие изменения и переживания могут стать стрессогенными, и требуется определенная помощь взрослого для адаптации.

### Типы адаптации

В научной литературе понятие «адаптация» трактуется как процесс и результат приспособления индивида к новым условиям окружающей среды. В зависимости от состояния здоровья, особенностей нервной системы, умственного развития, индивидуально-психологических черт, степени развития навыков общения со взрослыми и сверстниками, особенностей семейного воспитания процесс адаптации у конкретного ребенка может протекать по-разному. В психолого-педагогической литературе выделены *легкая, средняя и тяжелая степени адаптации*. Они определяются отличиями в сроках нормализации самоощущения ребенка, формирования положительного отношения к педагогам и сверстникам, проявления

интереса к предметно-пространственной среде (играм, игрушкам, материалам для самостоятельной творческой деятельности), различаются частотой и длительностью заболеваний.

**При легкой адаптации** в течение первых двух недель у ребенка наблюдается нормализация сна и аппетита, эмоционального состояния, хорошее самочувствие, восстанавливается активная деятельность, проявляется заинтересованность в общении и взаимодействии со взрослыми и сверстниками. Такой тип адаптации не сопровождается обострением хронических или появлением новых заболеваний.

**Средняя адаптация** длится дольше: сон и аппетит восстанавливаются в течение одного–двух месяцев, настроение ребенка нестабильно, часто меняется, характерна плаксивость, его активность снижена, отмечается неустойчивый интерес к игрушкам, разным видам деятельности, возможно замедление речевого развития, изменения в деятельности вегетативной нервной системы: потливость, бледность.

**Тяжелая степень** характеризуется:

- ростом заболеваемости: ребенок часто и подолгу болеет, отмечается снижение аппетита или отказ от еды, нарушения сна;
- преобладанием негативных эмоций, проявляющихся в истериках, крике, плаче, который трудно остановить, либо, наоборот, в пассивности, подавленности, отказе от игр и т.п., замкнутости, отстраненности от общения со взрослыми и детьми. Иногда могут наблюдаться невротические проявления: рвота при попытке накормить, плач и вскрикивания во сне, ночное недержание мочи, тики и пр.

В настоящее время наиболее изученными факторами, влияющими на тип адаптации ребенка к детскому саду, являются:

- особенности развития ребенка и др. [1, 2];
- семейная ситуация (детско-родительские отношения);
- образовательная среда детского сада;
- особенности нервной системы (чувствительность к стрессовым факторам и реагирование на них).

## Особенности развития ребенка

Ослабленные, часто болеющие дети, имеющие хронические заболевания, нуждаются в щадящих нагрузках, повышенном внимании со стороны взрослых, выстраивании более гибкого варианта посещения детского сада, так как подвергаются риску дезадаптации по сравнению с физически здоровыми детьми. Чем выше уровень умственного развития, степень сформированности познавательных действий, навыков общения со взрослыми и сверстниками, тем легче протекает адаптация.

## Семейная ситуация

Это особенности детско-родительских отношений, отношение семьи к детскому саду (Н.Н. Авдеева, И.В. Хохлачева, Н.О. Андрусенко).

Характер эмоционального взаимодействия в этих отношениях влияет на процесс адаптации.

○ Привыкание к детскому саду протекает легче, когда между матерью и ребенком гармоничные отношения. Если взрослый доступен, отзывчив, понимает потребности малыша, телесно контактирует с ним, способен успокоить и утешить, фон эмоционального взаимодействия в основном положительный, то в незнакомой ситуации ребенок проявляет интерес к окружающему миру, хотя расстраивается, когда мама уходит, встречает ее с радостью, стремится к близости и взаимодействию с ней.

○ Проблемы с адаптацией к ДОО чаще всего возникают у детей в случаях дефицита выраженности эмоционального взаимодействия: если родитель испытывает сложности в проявлениях сопереживания, телесного контакта, безусловного принятия ребенка, трудности в понимании его состояния, непоследователен или противоречив в своих реакциях, то дети в незнакомой ситуации проявляют слабую исследовательскую активность, плачут при расставании, а на приход близкого реагируют противоречиво, например, тянутся к матери или отталкивают ее. Ребенок, родители которого эмоционально недоступны, нечувствительны к его потребностям, в новой ситуации испытывает сильный стресс, проявляющийся в том, что он при расставании с матерью не огорчается, может игнорировать ее возвращение, избегает доверительных отношений с людьми, адаптация протекает тяжело (Н.Н. Авдеева).

Сложности с адаптацией бывают у детей, которых родители чрезмерно опекают, лишая самостоятельности. Нереалистично оценивая возможности и способности ребенка, им непросто заметить и разделить его интересы. Есть трудности проявления эмоционального принятия и телесного контакта.

○ Среди показателей, определяющих отношение родителей к дошкольной организации, выделяют: доверие к ДОО; чем обоснована необходимость отдать ребенка в детский сад; собственный детский опыт посещения, а также имеющийся опыт родителя дошкольника; прогнозирование и реальная ситуация адаптации ребенка.

Родители, имеющие негативный личный детский опыт посещения детского сада, а также осложненный родительский опыт (например, неразрешенный конфликт с педагогом или другими родителями по поводу ситуации с ребенком, чаще связанный с поведением, что стало причиной перехода в другую группу, детский сад), могут влиять на выстраивание доверия семьи к дошкольной организации, что, возможно, отразится на адаптации ребенка.

Согласно проведенным исследованиям (Андрусенко, 2012), чаще возникают трудности с адаптацией к ДОО у детей, родителям которых необходимо выйти

на работу. Нереалистичные ожидания взрослых от процесса адаптации, без учета оценки возможностей и особенностей ребенка, не способствуют облегчению привыкания к новым условиям.

Знание данных факторов может помочь педагогам в понимании причин, влияющих на протекание процесса адаптации, а также для определения взаимодействия как с ребенком, так и с семьей.

## **Образовательная среда детского сада**

Это особенности психолого-педагогического процесса, готовность педагогов и специалистов к оказанию психолого-педагогической поддержки детям, личностные качества педагога, ориентация на сотрудничество с семьей, влияние сверстников в группе. Умение педагога устанавливать положительные эмоциональные контакты с детьми, применять выразительные средства коммуникации, владение методами и приемами педагогического воздействия с учетом возрастных и индивидуальных особенностей ребенка способствуют успешному протеканию адаптационного периода. Понимание состояния, эмоциональные и тактильные способы взаимодействия с воспитанниками, внимание к их интересам, доброжелательное отношение, наличие гибких рамок и ограничений, характерные для личностно-ориентированной модели педагогического общения, обеспечивают необходимый уровень психологического комфорта детей в группе детского сада и снижают риск неблагоприятного течения адаптации.

## **Реакция на стрессовые факторы**

Дети различаются по чувствительности и способам реакции на разные стрессовые факторы. Поэтому чуткость и внимательность педагога, а также его доступность, ориентация на состояние воспитанника и адекватное ситуации реагирование, возможность выстраивать и развивать взаимодействие с ребенком и детей между собой, проявлять искренний интерес, учитывать темп и особенности познавательной деятельности каждого и предоставлять достаточно времени для выполнения определенных действий, не торопить – всё это будет способствовать снижению рисков и служить профилактикой неблагоприятного прохождения адаптационного стресса [3].

## **Направления психолого-педагогической работы по сопровождению адаптации**

1) Просвещение семьи на этапе подготовки к посещению ДОО. Информирование, какие факторы влияют на адаптацию, как меняется поведение ребенка в состоянии стресса и напряжения, как можно поддержать, утешить и успокоить его, особенно в моменты утреннего расставания в группе детского сада. Как в семье можно подготовить малыша к посещению ДОО, развивать самостоятельность

по возрасту, игровые и коммуникативные навыки, расширить социальные контакты и т.д. Можно предложить заранее познакомиться с территорией детского сада, прогуливаясь с ребенком, рассматривая здание, наблюдая за детьми на площадках, обращая внимание на то, как они вместе играют и им весело, а вечером показать, что родители всегда приходят забрать детей домой. На сайте образовательной организации можно разместить рекомендации-памятки о том, как облегчить адаптацию к детскому саду.

2) Наблюдения специалистов и педагогов за проявлениями адаптационных возможностей ребенка начиная с первого дня поступления в детский сад: общий эмоциональный фон, уровень и характер познавательной и поведенческой активности, интенсивность и гибкость реакций привыкания, проявление инициативности во взаимодействии с детьми, контактирование со взрослыми. На основе наблюдения выделить тех детей, которым требуются особые психолого-педагогические условия. Следует обращать внимание на воспитанников, тихо плачущих, безучастных, постоянно прижимающих к себе любимую игрушку и, на первый взгляд, не причиняющих дискомфорта другим детям и воспитателю.

3) Выстраивание гибкого графика приема детей с постепенным увеличением времени пребывания в детском саду. Организация деятельности, направленной на формирование позитивных эмоционально-тактильных и деловых контактов взрослого с ребенком и ребенка с детьми, создание развивающей предметно-пространственной среды в группе ДОО. На основании результатов наблюдения совместно со специалистами составляется программа психолого-педагогического сопровождения адаптации детей, испытывающих трудности включения в новую действительность. Она содержит описание игр, приемов и технологий по налаживанию общения взрослого с ребенком, снятию эмоционального напряжения, развитию игровых навыков, познавательной активности и т.д.

Чаще вопросы адаптации актуальны, когда дети массово приходят в детский сад, в младшую группу, но проблемы привыкания могут возникнуть и в других ситуациях: после длительного перерыва, например, после летнего отдыха или долгой болезни, смены группы или детского сада, поступление в более старшем возрасте в ДОО. Одной из важных задач для педагога является знакомство и включение ребенка, а также семьи в коллектив сверстников и родителей.

Например, в подготовительной к школе группе детского сада появляются новые дети. Они попадают в детское сообщество с установившимися игровыми объединениями, дружескими взаимоотношениями. Поэтому требуется особое внимание педагога к таким детям – помощь, содействие и сопровождение в построении отношений со сверстниками в разных видах деятельности и прежде всего в играх. Воспитателю необходимо учитывать возрастные индивидуальные особенности нового члена группы, ведущие задачи развития и значимые интересы возрастного периода. Включение родителей вновь поступившего ребенка

может реализовываться, например, через приглашение к участию в семейных творческих проектах, в процессе которого осуществляется активное взаимодействие с другими семьями.

## Источники

1. Авдеева Н.Н., Хохлачева И.В. Особенности привязанности ребенка к матери, стиль детско-родительских отношений и адаптация ребенка к ДОУ // Психологическая наука и образование. 2010. № 3.
2. Костяк Т.В. Психологическая адаптация ребенка к детскому саду: учебное пособие для студентов высших педагогических учебных заведений. М.: Академия, 2008.
3. Морозова Е.И. Психологические аспекты адаптации к новым условиям воспитания детей раннего возраста с психофизическими нарушениями: автореф. дис. канд. психол. наук. М., 1999.
4. Родители и дети: Психология взаимоотношений / Под ред. Е.А. Савиной, Е.О. Смирновой. М.: Когито Центр, 2003.

### Контрольное задание № 16

#### Ситуация

Максим (3 года 3 мес.) месяц посещает детский сад. При расставании с мамой сильно плакал в течение первых двух недель. Воспитатель встречала, утешала, предлагала вместе пойти к окну помахать маме. Присаживаясь рядом, рассказывала, что мама обязательно придет после обеда/сна, увлекала игрой с машинками, которые очень нравятся мальчику, минут через 10 он успокаивался. Во время игры с машинками Максим подъезжает к другим ребятам, смотрит, во что они играют, может немного поиграть вместе с кем-то из сверстников. Во время режимных моментов: приема пищи, одевания на прогулку чаще ждет, чтобы педагог покормил или одел его, сам инициативу не проявляет.

#### Вопросы

- 1) Что можно сказать об особенностях протекания адаптации ребенка к условиям детского сада?
- 2) Выделите эмоциональные или поведенческие проявления ребенка, на которые необходимо обратить внимание педагогу. Какие его действия, исходя из представления и педагогического опыта, могли бы способствовать более благоприятному протеканию адаптации?

**Второй этап конкурса завершен. Ответы на вопросы контрольных заданий читайте в № 10 ДВ.**

