

УДК 159.922

Панасенко Е.А., Ремізова В.М., Нестерова С.А.

Державний вищий навчальний заклад
«Донбаський державний педагогічний університет»

АДАПТАЦІЯ І ДЕЗАДАПТАЦІЯ У ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ: ПРОБЛЕМИ ПСИХОДІАГНОСТИКИ ТА ПСИХОКОРЕКЦІЇ

Анотація. У статті досліджується теоретичний та прикладний аспекти проблеми адаптації та дезадаптації дітей дошкільного віку. Розкрито сутність та специфіку адаптації та дезадаптації у дітей дошкільного віку. Визначено три рівні дітей: з «легкою адаптацією», «адаптацією середньої важкості» та з «важкою адаптацією». Зазначено, що кожна дитина проходить через три фази адаптації (гостра фаза чи період дезадаптації, фаза поступового пристосування, фаза компенсації). Визначено критерії повної адаптації дитини: прояв ініціативи й незалежної поведінки, соціальна інтеграція та адекватна поведінка в групі, позитивний емоційний настрій, дотримання правил, адекватна поведінка при розлученні з батьками, хороші взаємини з вихователем. Наведено перелік критеріїв дезадаптації дітей дошкільного віку та методики діагностики за кожною з підсистем. Розкрито основні завдання та напрями роботи практичного психолога з дітьми дошкільного віку в адаптаційний період.

Ключові слова: адаптація, дезадаптація, рівні адаптації, фази адаптації, критерії адаптації та дезадаптації, методики діагностики, психокорекційна робота.

Panasenko Ellina, Remizova Viktoriia, Nesterova Svitlana
Donbass State Pedagogical University

ADAPTATION AND DISADAPTATION OF PRESCHOOL AGE CHILDREN: THE PROBLEMS OF PSYCHODIAGNOSTICS AND PSYCHOCORRECTION

Summary. The article deals with the theoretical and applied aspects of the problem of adaptation and disadaptation of preschool age children. The essence and specifics of adaptation and disadaptation of preschool age children are revealed. Adaptation is interpreted as the organism and the psyche systemic response to the prolonged and repeated influence of environmental factors, which result is achieving a balance between the organism and the environment. Disadaptation is revealed as a process that goes beyond the pathology and associated with getting used out of one's usual living conditions and getting used to others. The three levels of children have been identified: with "easy adaptation", "moderate adaptation" and with "difficult adaptation". It is noted that each child goes through three phases of adaptation (acute phase or the period of disadaptation, gradual adjustment phase, compensation phase). The criteria of full children adaptation was defined as: the initiative and independent behavior demonstration, social integration and adequate behavior in the group, positive emotional mood, adherence to the rules, adequate behavior in the time of divorcing with parents, good relationships with the tutor. The list of criteria of preschool age children disadaptation and methods of diagnostics for each of the subsystems are given. The main tasks (the removal of psycho-emotional stress of the child, installing the emotional contact with the child, familiarization of the child with the conditions of the kindergarten, approximation of educational activities in the family and preschool institution, assistance to the child in establishing an adequate relationships with peers) and the practical psychologist directions of work with the preschool age children in the adaptation period (participation in the organization of preparation for children reception to the kindergarten, assistance to the tutor in identifying the individual characteristics of children, counseling the tutors concerning to the organization of psychological comfort for newly arrived children, creating the conditions for the emergence of children the need in meaningful activity, determining the content of further corrective and developmental work with newly arrived children) are disclosed.

Keywords: adaptation, disadaptation, levels of adaptation, phases of adaptation, criteria of adaptation and disadaptation, diagnostic methods, psychocorrectional work.

Постановка проблеми. Процес адаптації – це постійний процес, який супроводжує людину впродовж усього життя. Науковці визначають адаптацію як пристосування будови й функцій організму, його органів до умов середовища, спрямоване на збереження рівноваги. Адаптація – пристосування організму, що відбувається на різних рівнях: фізіологічному, соціальному, психологічному. У психологічній літературі поняття адаптації розкривається як сукупність особливостей біологічного виду, які забезпечують йому специфічний спосіб життя в умовах певного середовища. У дошкільній педагогіці цей термін тлумачиться як активне засвоєння прийнятих у суспільстві норм й оволодіння відповідними формами спілкування та діяльності.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Науковці та практики А. Богуш, К. Борисова, С. Ладивір, О. Кононко, В. Кузь, Т. Поніманська, З. Плохій розробляють різні аспекти проблеми адаптації та дезадаптації дітей, акцентуючи увагу на окремих сферах розвитку особистості (гуманістичне і моральне виховання, мовленнєвий розвиток, формування пізнавальних процесів тощо). Проблема профілактики дезадаптації особистості в умовах навчального закладу досить широко представлена у працях українських науковців: С. Андрійчук, Л. Галігузова, О. Малєва досліджують теоретичні засади окресленої проблеми; Т. Гурковська, О. Жердева, Л. Стреж розкривають специфіку профілактики дезадаптації у дітей раннього віку; Л. Лязіна, О. Малєва, Н. Ричкова торкаються питань діагности-

ки та корекції дезадаптованої поведінки дітей; Ж. Маценко та В. Мушинський досліджують психологічні аспекти адаптації та дезадаптації дітей дошкільного віку.

Мета статті полягає у аналізі форм та методів психодіагностики та корекції адаптації та дезадаптації у дітей дошкільного віку.

Виклад основного матеріалу. Адаптація – це системна відповідь організму й психіки на тривалий та багаторазовий вплив чинників середовища, результатом якої є досягнення балансу між організмом та середовищем. Це динамічне, постійно змінюване явище, яке має свої стадії та рівні, серед них закономірне місце посідає дезадаптація (порушення, спотворення адаптації). Дезадаптація – процес, що відбувається поза патологією і пов'язаний з відвиканням від одних звичних умов життя і, відповідно, звиканням до інших [1; 3].

Виділяються групи дітей з «легкою адаптацією», «адаптацією середньої важкості» та з «важкою адаптацією».

За «*легкої адаптації*» негативний емоційний стан дитини триває недовго. У перші дні в неї погіршується апетит та сон, вона мляво грається з іншими дітьми. Але під час подальшого звикання до нових умов усе це проходить протягом першого місяця перебування дитини в дитячому закладі.

За «*адаптації середньої важкості*» емоційний стан дитини нормалізується повільніше. Протягом першого місяця вона хворіє, зазвичай на гострі респіраторні інфекції. Хвороба триває 7–10 днів і завершується без будь-яких ускладнень.

За «*важкої адаптації*» емоційний стан дитини нормалізується досить повільно. Інколи цей процес триває кілька місяців. За цей період дитина або хворіє ще раз, часто зі значними ускладненнями, або виявляє стійкі порушення поведінки (намагається сховатися, кудись вийти, сидить та кличе маму). У таких дітей простежується бурхлива негативна емоційна реакція і негативне ставлення до оточення дитячого закладу в перші дні, згодом ця поведінка досить часто змінюється в'ялим, байдужим станом.

Кожна дитина проходить через три фази адаптації.

Перша фаза – гостра фаза чи період дезадаптації – організм виховання відповідає бурхливою реакцією на нові впливи. Фаза супроводжується коливаннями в соматичних станах і психічному статусі. Відбувається ломка сформованих раніше динамічних стереотипів: режимних моментів і спілкування. Підвищується збудливість, тривожність, агресивність дитини. На цьому етапі дитині притаманні поганий сон, апетит, настрій, часті респіраторні захворювання. Можуть з'являтися небажані для цього віку звички, наприклад, дитина починає ссати пальці, гризти нігті. Етап триває від 2–3 днів до 1–2 місяців.

Друга фаза – поступового пристосування. Характеризується адекватною поведінкою малюка. Дитина шукає оптимальні реакції на зовнішні впливи. Вихованець намагається включатися в спільну діяльність, стає більш активним, зацікавленим, урівноваженим. Малюк звикає до прийому їжі, асортименту страв, їх смакових

якостей; вчиться чути свій голос, відкликатися на звернення вихователя, його прохання. Формуються навички самообслуговування. Фаза поступового пристосування триває від 1 тижня до 2–3 місяців.

Третя фаза – компенсації – період відносно сталого пристосування. Характеризується швидким темпом розвитку. Організм знаходить оптимальні варіанти реагування на нові умови життя. Починає активно засвоюватися нова інформація. Зменшується хворобливість, дитина пристосовується до режимних моментів. Цей період триває від 2–3 тижнів до півроку [2; 4].

В. Мушинський, Л. Стреж визначають такі критерії повної адаптації дитини: прояв ініціативи й незалежної поведінки, соціальна інтеграція та адекватна поведінка в групі, позитивний емоційний настрій, дотримання правил, адекватна поведінка при розлученні з батьками, хороші взаємини з вихователем [5; 6].

Отже, під час адаптаційного періоду особливу увагу необхідно звернути на дітей другої і третьої групи. В адаптаційний період фронтальні заняття з дітьми не проводяться, перевага надається індивідуальним формам роботи. Можлива робота з невеликими підгрупами дітей по 3–4 особи. Не потрібно планувати вдень більше ніж 1–2 форм роботи.

У таблиці 1 наведено перелік критеріїв дезадаптації дітей дошкільного віку та методики діагностики за кожною з підсистем. Отже, установлення наявності ознак дезадаптації можливе шляхом і емпіричного спостереження за поведінкою та емоційними проявами дитини під час виконання різних режимних моментів, і застосування додаткових психодіагностичних методик [1].

Визначення загального рівня адаптації відбувається за всіма параметрами з урахуванням рівня провідної підсистеми – емоційно-особистісної.

Ураховуючи особливості звикання дітей до умов дошкільного навчального закладу та причини «важкої адаптації», можна визначити основні завдання та напрями роботи практичного психолога в адаптаційний період.

Основні завдання роботи практичного психолога в адаптаційний період:

1. Зняття психоемоційного напруження дитини.
2. Установлення емоційного контакту з дитиною.
3. Ознайомлення дитини з умовами дитячого закладу.
4. Зближення виховних заходів у сім'ї та дошкільному закладі.
5. Допомога дитині у встановленні адекватних взаємин з однолітками.

Отже, усі заходи, які полегшують період адаптації до умов дошкільного закладу, можна поділити на дві групи: заходи з підготовки дітей до вступу до дитячого закладу; організація роботи із новоприбулими дітьми в період їхнього звикання до нових мікросоціальних умов.

З огляду на основні завдання адаптаційного періоду робота практичного психолога може проводитися за такими напрямками:

1. Участь в організації підготовки до прийому дітей у дитячий заклад. Основні елементи підго-

Таблиця 1

Критерії та методики діагностики дезадаптації в дітей дошкільного віку

Критерії дезадаптації	Методики діагностики
Психосоматична підсистема	
- часті та тривалі захворювання дитини; - знижена група здоров'я; - астенічний синдром; - порушення сну та апетиту; - невідповідність розвитку віковим нормам.	«Методика непрямої експрес-діагностики рівня психічного розвитку дошкільників» (П. М'ясоїд); - контент-аналіз медичної документації; - опитування батьків.
Предметно-середовищна підсистема	
- низький рівень культурно-гігієнічних навичок дитини; - низька активність дитини у виконанні режимних моментів; - невміння орієнтуватися в предметному просторі групи; - несамостійність і залежність від дорослого в побутових процесах; - несформованість навичок самообслуговування.	- анкетування батьків «Сформованість культурно-гігієнічних навичок у дітей» (Л. Стреж); - бесіда з дітьми; - методика «Експертна оцінка адаптованості дитини» (В. Чиркова, О. Соколова, О. Сорокіна), критерій «Включеність дитини в режимні моменти».
Діяльнісна підсистема	
- низька активність дитини в ігровій діяльності; - невміння дотримуватись правил гри; - емоційне незадоволення від гри; - невміння складати й розвивати сюжет гри; - обмеженість репертуару ролей; - конфліктна поведінка в грі; - низький рівень пізнавальної активності; - несамостійність у діяльності.	- методика спостереження за ігровою діяльністю Л. Артемової, І. Школьної; - методика «Експертна оцінка адаптованості дитини» (В. Чиркова, О. Соколова, О. Сорокіна), критерій «Активність дитини в ігровій діяльності».
Соціальна підсистема	
- неучасть дитини в стабільних ігрових об'єднаннях дітей; - відсутність взаємних симпатій між дітьми; - неприйняття дитиною соціальних норм і правил групи; - труднощі спілкування з однолітками та дорослими; - низький статус серед однолітків.	- методика «Експертна оцінка адаптованості дитини» (В. Чиркова, О. Соколова, О. Сорокіна), критерії «Спілкування з однолітками», «Спілкування з дорослими»; - соціометрична методика «Два будиночки» (К. Фопель).
Емоційно-особистісна підсистема	
- відсутність бажання відвідувати дошкільний заклад; - конфліктна поведінка дитини; - поведінкові порушення (гіперактивність, усамітненість, прояви агресії); - страхи, тривожність; - нестійкий емоційний стан чи негативний настрій; - невпевненість у собі; - низька самооцінка.	- питальник для виявлення труднощів у поведінці та проблем адаптації (Р. Гудмен); - проективна методика «Дім – Дерево – Людина» (Дж. Бук); - методика «Шкала самооцінки» (В. Щур); - методика «Емоційне благополуччя дитини в ЗДО» (С. Кучерова).

товки: а) ще до вступу познайомитися з батьками та дитиною, установити емоційний контакт, дізнатися про умови розвитку дитини в сім'ї; під час бесіди виявити характерні риси поведінки дитини, її схильності та інтереси; б) зближати підходи до дітей у сім'ї та в дитячому садку, погоджувати дії батьків та вихователів, надавати конкретні рекомендації з адаптації дитини до умов дитячого закладу.

2. Допомога вихователям із виявлення індивідуальних особливостей дітей. За допомогою діагностичних методів виявити та звернути увагу вихователя на дітей імпульсивних, демонстративних, сором'язливих, тривожних, збудливих, гіперактивних, аутичних та з іншими особливостями в поведінці.

3. Консультування вихователів щодо організації психологічного комфорту для новоприбулих дітей. Можна проводити проблемні семінари: «Полегшення адаптації дітей до умов суспільного виховання», «Взаємодія дитячого садка і сім'ї як умова успішної адаптації дитини» тощо. Також необхідно забезпечити організацію психологічного комфорту через максимальне наближення атмосфери дитячого закладу до домашніх умов – метод «інтимізації атмосфери». З цією метою необхідно простежити, щоб у ди-

тини були улюблені іграшки, знайомі речі; вихователю варто порекомендувати психологічні ігри та вправи, які знімають напруження, викликають радість, стимулюють бажання ввійти в дитяче товариство.

4. Створення умов для виникнення в дітей потреби в змістовній діяльності. Практичному психологу разом з вихователем необхідно спеціально організувати середовище в ігровій кімнаті таким чином, щоб діти не нудьгували, щоб у них був вибір дій, щоб вони гралися, малювали, ліпили, дивилися малюнки, доглядали за рослинами та тваринами тощо.

5. Визначення змісту подальшої корекційно-розвивальної роботи з новоприбулими дітьми. Варто застосовувати такі прийоми:

- ігри з піском і водою (дати дітям склянки зі скла, що не б'ється, різного об'єму ложки, лійки, сита, щоб малюк переливав воду з однієї ємкості в іншу чи ловив у ємкості сачком кульки чи рибки); монотонні рухи руками (нанизування кілець пірамідки чи кульок з отворами на шнур);
- стискання кистей рук (дайте дитині гумову іграшку-пицалку, нехай вона стискає й розтискає руки і слухає, як пищить іграшка);
- малювання фломастерами, маркерами, фарбами;

- слухання неголосної спокійної музики («Ранок» Е. Грига, «Король гномів» Ф. Шуберта, «Мелодія» К. Глюка);
- заняття зі сміхотерапії.

Висновки. Отже, дотримання певних психолого-педагогічних умов в адаптаційний період забезпечує успішне пристосування до садка. Серед таких умов варто визначити: розширення кола соціальних контактів, спілкування; урахування органічних потреб та поступове привчання до режиму дошкільного закладу, активної участі в них;

забезпечення єдності родинного та суспільного виховання, вимог, які пред'являються дитині; організація різноманітної й змістовної діяльності відповідно до інтересів та потреб дитини; своєчасне засвоєння дитиною соціального досвіду нового середовища; збереження й розвиток повноцінного фізичного, психічного та соціального Я – дошкільника; забезпечення емоційного комфорту, задоволення від перебування в дошкільному закладі; підготовка вихователів до педагогічного керування процесом адаптації дітей.

Список літератури:

1. Агресія. Анексія. Конфлікт. Соціально-педагогічна та психологічна відповідь на виклики для дітей : метод. рек. для педагогів дошк. навч. закл. Київ : Агентство «Україна», 2016. 100 с.
2. Гурковська Т. Вперше до дитсадка. *Дошкільне виховання*. 1998. № 11–12; 1999. № 2.
3. Малеева О.В. Психологічні особливості дезадаптації дітей старшого дошкільного віку та шляхи їх подолання : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07. О., 2013. 239 с.
4. Маценко Ж. Незабаром у дитячий садок : особливості психолого-педагогічного підходу до дітей, що вступають до дошкільного закладу. *Психолог*. 2003. № 17. С. 2–10.
5. Мушинський В. Особливості адаптації дітей до умов дитячого закладу. *Психолог*. 2004. № 25–26. С. 3–12.
6. Стреж Л.В. Сходинки адаптації дітей раннього віку. Київ : Шк. світ, 2009. 128 с.

References:

1. Ahresiia. Aneksiia. Konflikt. Sotsialno-pedahohichna ta psykholohichna vidpovid na vyklyky dlia ditei : metodychni rekomendatsii dlia pedahohiv doshkilnykh navchalnykh zakladiv (2016). [Aggression. Annexation. Conflict. Socio-pedagogical and psychological response on challenges for children: Guidelines for preschool teachers]. Kyiv: Ukraina. (in Ukrainian)
2. Hurkovska, T. (1998, 1999). Vpershe do dytsadka [First time to the kindergarten]. *Preschool education*, 11–12, 2. (in Ukrainian)
3. Malieieva, O.V. (2013). Psykholohichni osoblyvosti dezadaptatsii ditei starshoho doshkilnoho viku ta shliakhy yikh podolannia [Psychological features of older preschool children disadaptation and the ways of it overcoming]. (in Ukrainian)
4. Matsenko, Zh. (2003). Nezabarom u dytiachyi sadok : osoblyvosti psykholoho-pedahohichnoho pidkhodu do ditei, shcho vstupaiut do doshkilnoho zakladu [Soon to the kindergarten: the features of psychological and pedagogical approach to the children, which enter to preschool institution]. *Psychologist*, 17, 2–10. (in Ukrainian)
5. Mushynskiy, V. (2004). Osoblyvosti adaptatsii ditei do umov dytiachoho zakladu [The features of adaptation of children to the children's institution conditions]. *Psychologist*, 25–26, 3–12. (in Ukrainian)
6. Strezh, L.V. (2009). Skhodynky adaptatsii ditei rannoho viku [The stages of early age children adaptation]. Kyiv: Shkilnyi svit. (in Ukrainian)