

**УДК 159.9:796.01**

**Ежкова Нина Сергеевна**, доктор педагогических наук, профессор,  
ФГБОУ ВО «ТГПУ им. Л.Н. Толстого», г. Тула  
e-mail: egkovanc@mail.ru

**Постникова Анастасия Владимировна**, магистрант факультета  
психологии, направление "Педагогическое образование",  
ФГБОУ ВО «ТГПУ им. Л.Н. Толстого», г. Тула  
e-mail: anastasiya\_postnikova\_93@mail.ru

### **Сущность, содержание, структура социально-психологической адаптации детей раннего возраста**

**Аннотация.** В статье описываются сущность, содержание и структура адаптации детей раннего возраста к условиям ДОО. Рассматриваются аспекты адаптации детей раннего возраста. Сложная адаптация показана на примере ребенка. На основе вышесказанного делается вывод, что социально-психологическая адаптация – это процесс приспособление ребенка к определенным социальным требованиям и нормам, условиям дошкольной образовательной организации, в ходе, которого необходимо принимать во внимание его личные, индивидуальные качества, особенности психики, учитывать состояние здоровья.

**Ключевые слова:** подходы к адаптации, виды адаптации, аспекты адаптации, фазы процесса адаптации, факторы развития человека.

**Ezhkova Nina Sergeevna**, doctor of pedagogical sciences, professor, FGBOU  
VG "TSPU them. L.N. Tolstoy », Tula  
e-mail: egkovanc@mail.ru

**Postnikova Anastasia Vladimirovna**, graduate student of the Faculty of  
Psychology, direction Pedagogical Education, FGBOU VO "TSPU them. L.N.  
Tolstoy ", Tula  
e-mail: anastasiya\_postnikova\_93@mail.ru

### **The essence, content, structure of socio-psychological adaptation of young children**

**Annotation.** The article describes the essence, content and structure of adaptation of young children to the conditions of the OED. The aspects of adaptation of young children are considered. A complex adaptation is shown in the example of a child. Based on the foregoing, it is concluded that socio-psychological adaptation is the process of adapting a child to certain social

requirements and norms, the conditions of a pre-school educational organization, in the course of which one must take into account his personal, individual qualities, peculiarities of the psyche, and take into account the state of health.

**Keywords:** approaches to adaptation, types of adaptation, aspects of adaptation, phases of the adaptation process, factors of human development.

В педагогической энциклопедии дается следующее определение: адаптация (от лат. adapta-tio – приспособление, прилаживание), способность организма приспосабливаться к различным условиям внешней среды. В основе адаптации лежат реакции организма, направленные на сохранение постоянства его внутренней среды. Адаптация обеспечивает адекватное развитие, оптимальную работоспособность и максимальную продолжительность жизни организма в разнообразных условиях окружающей среды .

Адаптация включает круг явлений от элементарного акта приспособления живого организма к среде до сложнейшей социальной адаптации человека, которые представляют собой процесс его взаимодействия с окружающей средой, направленный на поддержание жизнедеятельности в данных условиях среды и обеспечивающий возможность развития при их изменении [1, с. 101].

Анализ научной литературы позволяет выделить два подхода к адаптации человека: биологический и социальный. Первичные изучения проблемы функционирования живого организма как целостной системы, были представлены в трудах К.Бернара. В дальнейшем идея Бернара была поддержана У. Кэнноном (свойство гомеостаза). Понятие адаптация также основывается на трудах отечественных ученых, таких как П.К. Анохина, И.П. Павлова, И.М. Сеченова и др.

При всех существующих разнообразиях в трактовке понятия «адаптации» неизменным остается одно - универсальный характер направленный к установлению равновесия между составляющими

реальных систем [2, с. 50].

В. Г. Крысько в своем исследовании различает два вида адаптации биофизиологическую и психологическую. Биофизиологическую он рассматривает, как «приспособление организма к устойчивым и меняющимся условиям среды (температуре, атмосферному давлению, влажности, освещению и др. внешним физическим условиям и воздействиям), а так же к изменениям и в самом себе». Под психологической адаптацией понимается процесс приближения внутреннего мира личности к социальным и социально-психологическим требованиям окружающей среды, условиям и содержанию общественной жизни людей, в интересах выполнения социальных ролевых функций. Такое согласование внутренних и внешних условий жизни и деятельности человека и окружающей среды, активное освоение человеческой природы и социальной среды в многообразии их проявлений.

В отечественной науке исследователи Э.А. Баранова, Л.В. Белкина, Ф.Б Березин, Н.В. Иванов выделяют виды адаптации:

- социальная адаптация - «процесс взаимодействия личности или социальной группы со средой социальной; Включает усвоение норм и ценностей среды в процессе социализации, а так же изменение, преобразование среды в соответствии с новыми условиями и целями деятельности».

- психическую адаптацию определяют как процесс установления оптимального соответствия личности и окружающей среды при осуществлении деятельности человека, который позволяет удовлетворить реальные потребности и реализовать связанные с ним цели и в то же время обеспечить максимальное соответствие деятельности человека, его поведения, требованиям среды.

Итак, из вышеперечисленных определений можно вычлениить общие параметры: процесс адаптации является динамическим; в этом процессе

выделяется взаимодействие личности со средой адаптации; результатом этого процесса является удовлетворение потребностей и реализация целей личности; реализация целей и удовлетворение потребностей личности в соответствии его поведения и деятельности. Ребенок начинает учиться приспосабливаться к любым обстоятельствам, адаптироваться к любой среде и всегда приспосабливается к ней. Очевидно, что такой сложный и неоднозначный процесс занимает много времени .

Адаптация детей раннего возраста в науке рассматривают в трех аспектах :

- медико-биологический аспект включает в себя адаптацию организма к изменяющимся условиям окружающей среды, такими как: температура, влажность, атмосферное давление и другие физические факторы. А так же изменениями в организме: болезнь, дисфункциональность любого органа. Процессы адаптации в целом направлены на поддержание функций гомеостаза;

- социальная адаптация подразделяется на два аспекта: социальный и педагогический. Социальная адаптация – это процесс приспособления ребенка к условиям макросоциальной среды, при этом есть конкретные факторы, к которым ему необходимо приспособиться: новая обстановка, присутствия взрослых, режим дня . Педагогическая адаптация представляется как явление, которое характеризует наибольшую приспособленность ребенка к обучению и воспитанию. Педагогическая адаптация означает, что ребенок находится в наиболее оптимальных условиях для социализации;

- психологический аспект в отношении ребенка раннего возраста условно разделяют на социально-психологическую и собственно-психологическую адаптацию. Социально-психологическая адаптация трактуется как приспособление ребенка к определенным социальным требованиям, нормам, условиям, принимая во внимание его личные, индивидуальные

качества, особенности психики. Собственно-психологическая адаптация (общение, контакт) – это коммуникация человека с окружающими его людьми, его активная деятельность среди других людей.

Социально-психологическая адаптация – это процесс перестройки поведения и деятельности ребенка в новых условиях. С приходом в дошкольную образовательную организацию в жизни ребенка происходит много изменений: меняется режим дня, отсутствие родителей, ребенок находится в постоянном контакте со своими сверстниками, появляется другой стиль общения. Со всеми этими изменениями ребенок сталкивается одновременно, что создает стрессовую ситуацию, которая может привести к невротическим реакциям.

В ходе исследования, проведенными учеными разных стран были выделены фазы процесса адаптации:

1. Острая фаза, которая сопровождается своего рода колебаниями в соматическом и психическом состоянии, что приводит к потере веса, частым заболеваниям, нарушению сна, снижению аппетита, проблемам в речевом развитии. Длительность фазы в среднем один месяц.

Выделяют три степени тяжести прохождения острой фазы адаптации:

- Легкая адаптация. Поведение восстанавливается в течении 10-15 дней, ребенок согласно норме набирает вес, поведение в коллективе адекватное, в течении первого месяца посещения ДОО болеет не чаще обычного. Далее по двадцатый день нормализуется сон. Настроение бодрое, отношения с семьей и взрослыми не нарушаются. Интерес к окружающим восстанавливается в течение двух недель. Речь затормаживается, но ребенок реагирует и следует указаниям взрослого. Невротические признаки реакции и изменения в деятельности вегетативной нервной системы отсутствуют.

- Адаптация средней тяжести. Сдвиги нормализуются в течение месяца. Нарушения в состоянии, как правило, более выражены и продолжительны. Сон и аппетит восстанавливается более месяца, настроение неустойчивое. У ребенка проявляется эмоционально-возбужденное отношение к близким ему людям, которое выражается в плаче, крике при расставании и встрече. Речевая активность замедляется, либо речь не используется. Болезни до двух раз, за период, не превышающий десяти дней, без осложнений. Есть признаки невротических реакций: избирательность в общении со взрослыми и детьми, общаясь только при определенных обстоятельствах. Изменение вегетативной нервной системы: бледность, потливость, тени под глазами, шелушение кожи (диатез) в течение 1,5-2 недель.

- Тяжелая адаптация. Продолжительность от двух до шести месяцев. Ребенок плохо спит, сон короткий, плачет во сне, просыпается со слезами. Аппетит снижается, может возникнуть отказ от еды, функциональное нарушение стула. Настроение безразлично, ребенок много плачет и в течение длительного времени, поведенческие реакции нормализуются на 60-й день пребывания в ДОО. Отношение к близким эмоционально-возбужденное. Речь не использует или есть задержка речевого развития в период 2-3 недели .

2. Подострая фаза. Характеризуется адекватным поведением ребенка, то есть, сдвиги уменьшаются и фиксируются по отдельным параметрам, на фоне замедленного темпа развития, особенно психического, по сравнению со средней возрастной нормой длиться 3-5 месяцев.

3. Фаза компенсации - характеризуется ускорением темпа развития, и дети к концу года могут преодолеть указанную выше задержку развития.

Дошкольная образовательная организация, является еще неизвестным пространством с новым окружением и новыми отношениями. В период социально-психологической адаптации происходит приспособление организма к новой среде, и она включает в себя широкий спектр

индивидуальных реакций организма, характер которых зависит от состояния здоровья и личностных особенностей ребенка, установленных семейных отношений, условий пребывания в ДОО [4, с. 35].

Посещение ДОО – новый период в жизни ребенка, первый опыт коллективного общения. Новая остановка, присутствие незнакомых людей не всегда принимается ребенком сразу и без проблем. Большинство детей испытывают трудности, реагируют криком и плачем. Изменение образа жизни, часто приводит к нарушению эмоционального состояния ребенка [3, с. 58].

Рассмотрим на примере ребенка со сложной адаптацией, начинающей посещать детский сад - Лизы П. Она тяжело переживала расставание с мамой, плакала, плохо ела, не играла с детьми. Воспитатели старались вовлекать Лизу в общие игры, сначала под контролем, затем дети самостоятельно играли. Воспитатели формировали эмоциональный контакт с Лизой, эмоциональное общение возникало на основе совместных действий, сопровождаемых улыбкой, ласковой интонацией, проявлением заботы. Лизу вовлекали в игры, которые обучают согласованности и координации движений. Такие как «Кто в кулачке», «Игра с кистями рук». Так же проводили фронтальные игры, чтобы первое время Лиза не чувствовала себя обделенной вниманием. Например «Пришел Петрушка», «Хоровод», «Солнечные зайчики». И благодаря работе, проделанной с ней, Лиза постепенно привыкла, стала оставаться на полный день, она общительная, любит играть, играет с детьми, активна на занятиях.

Одним из условий для эффективного прохождения процесса социально-психологической адаптации, выступают факторы развития. К основным факторам развития человека, по мнению И. Шванцара, можно отнести:

- наследственность как совокупность заданных характеристик;
- среда как совокупность объектов и предметов социального окружения

ребенка;

- воспитание как организованное, выстроенное взаимодействие педагога, ребенка, родителей.

Итак, социально-психологическая адаптация – это процесс приспособление ребенка к определенным социальным требованиям и нормам, условиям дошкольной образовательной организации, в ходе, которого необходимо принимать во внимание его личные, индивидуальные качества, особенности психики, учитывать состояние здоровья.

### **Список литературы**

1. Адаптация ребенка к условиям детского сада: управление процессом, диагностика, рекомендации / Н.В. Соколовская. Волгоград: Учитель, 2008. 188 с.
2. Айсина, Р. Социализация и адаптация детей раннего возраста / Р. Айсина, В. Дедкова, Е. Хачатурова Е // Ребенок в детском саду. 2003. № 6. с.46 –51.
3. Алямовская, В. Ясли – это серьезно / В. Алямовская. М.: Линка-Пресс, 1999. 144 с.
4. Арнаутова, Е.П. Планируем работу ДООУ с семьей / Е.П. Арнаутова // Управление ДООУ. 2002. №3. С. 31-35.