1

ПВНЗ «ЄВРОПЕЙСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ»

КАФЕДРА Практичної психології та соціальних технологій

СПЕЦІАЛЬНІСТЬ 053 Психологія

ОСВІТНЬО-ПРОФЕСІЙНА ПРОГРАМА Практична психологія

ВИПУСКНА КВАЛІФІКАЦІЙНА МАГІСТЕРСЬКА РОБОТА

на тему:

Психологічні особливості процесу адаптації дитини до дошкільного закладу

Магістрант (ка) _____ Литвиньонок Юлія Володимирівна
(підпис студента)

Науковий керівник _____ Абрамян Н.Д.
(підпис наукового керівника) завідувачка кафедри практичної психології та соціальних технологій, кандидат психологічних наук, доцент

Допущено до захисту "05" червня 2023 р.

Завідувач кафедри _____ Абрамян Н.Д.
(підпис) завідувачка кафедри практичної психології та соціальних технологій, кандидат психологічних наук, доцент

Київ - 2023

2

ПВНЗ «ЄВРОПЕЙСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ»

КАФЕДРА Практичної психології та соціальних технологій

СПЕЦІАЛЬНІСТЬ 053 Психологія

ОСВІТНЬО-ПРОФЕСІЙНА ПРОГРАМА Практична психологія

ЗАВДАННЯ

на випускну кваліфікаційну магістерську роботу студентові (ці):

Литвиньонок Юлії Володимирівни

1. Тема роботи Психологічні особливості процесу адаптації дитини до дошкільного закладу

2. Затверджена наказом по університету від " 22 " 02 2022 р. № 20

3. Цільова установка на вихідні дані до роботи

Метою роботи є теоретично проаналізувати та емпірично дослідити психологічні особливості процесу адаптації дітей до закладу дошкільної освіти.
Об'єктом дослідження є процес адаптації дитини до дошкільного закладу.
Предметом дослідження виступають психологічні особливості процесу адаптації дитини до дошкільного закладу.

4. Перелік графічного матеріалу (з точним визначенням обов'язкових креслень)
Гістограми: Ступені адаптації у дітей дошкільного віку (за опитувальником Л. Васильєвої, О. Махновської, О. Яковлєвої); Рівні адаптації у дітей дошкільного віку (за методикою О. Каліман); Показники і рівні адаптації дітей дошкільного віку (за методикою С. Бурсової); Рівні контактності дітей дошкільного віку (за методикою О. Міхєєвої); Зміна ступенів адаптації дітей ЕГ і КГ (за опитувальником Л. Васильєвої, О. Махновської, О. Яковлєвої); Рівні адаптації дітей ЕГ і КГ (за методикою О. Каліман); Показники і рівні адаптації дітей ЕГ і КГ (за методикою С. Бурсової); Рівні контактності дітей ЕГ і КГ (за методикою О. Міхєєвої)
Таблиці: Ступені адаптації у дітей дошкільного віку (за опитувальником Л. Васильєвої, О. Махновської, О. Яковлєвої); Рівні адаптації у дітей дошкільного віку (за методикою О. Каліман); Показники і рівні адаптації дітей дошкільного віку (за методикою С. Бурсової); Рівні контактності дітей дошкільного віку (за методикою О. Міхєєвої); Ступені адаптації дітей 5-6-річного віку (за опитувальником Л. Васильєвої, О. Махновської, О.

3

Яковлєвої); Рівні адаптації дітей 5-6-річного віку (за методикою О. Каліман; Показники і рівні адаптації дітей 5-6-річного віку (за методикою С. Бурсової); Рівні контактності дітей 5-6-річного віку (за методикою О. Міхєєвої); Зміна ступенів адаптації дітей ЕГ і КГ (за опитувальником Л. Васильєвої, О. Махновської, О. Яковлєвої); Рівні адаптації дітей ЕГ і КГ (за методикою О. Каліман); Показники і рівні адаптації дітей ЕГ і КГ (за методикою С. Бурсової); Рівні контактності дітей ЕГ і КГ (за методикою О. Міхєєвої)

5. Консультанти по роботі, із зазначенням розділів, що їх стосуються:

Розділ	Науковий керівник	Підпис, дата	
		Завдання видав	Завдання отримав
Розділ 1	Абрамян Н.Д.		
Розділ 2	Абрамян Н.Д.		
Розділ 3	Абрамян Н.Д.		

6. Зміст випускної кваліфікаційної магістерської роботи (перелік питань)

Теоретичний аналіз проблеми адаптації дитини до дошкільного закладу; Методика організації та проведення емпіричного дослідження; Аналіз психологічних особливостей процесу адаптації дітей до дошкільного закладу

7. Календарний план виконання випускної кваліфікаційної магістерської роботи

№ з/п	Назва етапів випускної кваліфікаційної магістерської роботи	Термін виконання етапів випускної кваліфікаційної магістерської роботи	
		За планом	Фактично
1.	Обрання теми випускної кваліфікаційної магістерської роботи (ВКМР)	31.01.22 – 18.02.22	18.02.22
2.	Опрацювання літератури та інших джерел для написання ВКМР	21.02.22 – 28.04.22	28.04.22
3.	Виконання 1 розділу ВКМР	02.05.22 – 02.09.22	02.09.22
4.	Виконання 2 розділу ВКМР	05.09.22 – 09.12.22	09.12.22
5.	Виконання 3 розділу ВКМР, висновки	01.02.23 – 12.05.23	12.05.23
6.	Передзахист ВКМР	31.05.23 – 02.06.23	02.06.23
7.	Проведення перевірки на плагіат ВКМР	31.05.23 – 02.06.23	02.06.23
8.	Відгук керівника, рецензія	02.06.23 – 06.06.23	06.06.23

4

8. Дата видачі завдання «31» 01 2023р.

Керівник _____
(підпис)

Завдання прийняв до виконання _____
(підпис)

ЗМІСТ

ВСТУП 6

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ АДАПТАЦІЇ ДИТИНИ ДО ДОШКІЛЬНОГО ЗАКЛАДУ 11

1.1. Психологічна характеристика розвитку дитини дошкільного віку 11

1.2. Особливості соціальної адаптації дошкільників 24

1.3. Психологічні особливості адаптації дітей дошкільного віку до умов закладу дошкільної освіти 34

Висновки до розділу 1 48

РОЗДІЛ 2. МЕТОДИКА ОРГАНІЗАЦІЇ ТА ПРОВЕДЕННЯ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ 50

2.1. Стратегія та організація емпіричного дослідження 50

2.2. Методики емпіричного дослідження психологічних особливостей адаптації дітей до закладу дошкільної освіти 52

Висновки до розділу 2 59

РОЗДІЛ 3. АНАЛІЗ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПРОЦЕСУ АДАПТАЦІЇ ДІТЕЙ ДО ДОШКІЛЬНОГО ЗАКЛАДУ 61

3.1. Опис результатів емпіричного дослідження 61

3.2. Встановлення вікових характеристик прояву адаптації дітей дошкільного віку до закладу дошкільної освіти 73

3.3. Програма психологічної роботи з підвищення адаптації дітей до ЗДО 78

Висновки до розділу 3 92

ВИСНОВКИ 96

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ 102

ДОДАТКИ 111

ВСТУП

Актуальність проблеми. У колі науковців сьогодення існує погляд на дитинство як на самоцінний, самобутній і неповторний період життя особистості. Саме в цей період формуються психологічні новоутворення, які надають можливості здійснювати всебічний гармонійний розвиток дитини, забезпечують її повноцінне становлення в соціальному середовищі (Т. Піроженко та О. Хартман [68]).

Дошкільний вік є сенситивним для розвитку особистості, закладання основи для інтелектуального та поведінкового становлення дитини, пристосування до умов середовища, в якому перебуває дитина. Перебування дитини дошкільного віку в людському оточенні, на думку дослідниць О. Дурманенко [27], К. Каплунової [41], Г. Марчук [54], сприяє становленню її соціального досвіду, соціальної компетентності, набуттю досвідченості, обізнаності про світ соціальних контактів та міжособистісних відносин з іншими людьми. Саме так у дошкільника формується певна соціальна поведінка, розвивається здатність бути адекватним ситуації, вимогам і сподіванням авторитетних дорослих.

За ствердженням О. Видри, основними особливостями дошкільного віку є те, що складається нова соціальна ситуація розвитку, провідною діяльністю стає гра, під час якої дошкільники опановують інші види діяльності, виникають важливі новоутворення у психічній та особистісній сферах, відбувається інтенсивний інтелектуальний розвиток дитини, формується готовність до активної взаємодії з іншими [16, с. 45].

Важливим етапом в розвитку дитини дошкільного віку є вступ та адаптація до закладу дошкільної освіти, де діти вчаться взаємодіяти з дорослими та однолітками, набувають нових знань та вмінь, розширюють свої уявлення про навколишній світ та сферу міжособистісних відносин людини. Входження дитини у нову для неї атмосферу соціального простору, навчання спілкуватися з іншими, пристосування до нових умов життя

(режиму дня, виконання обов'язкових процедур самообслуговування, участь в іграх та навчальних заняттях протягом дня) не завжди протікають легко й швидко. Багатьом дошкільникам характерні зниження активності, фізичні прояви захворювань, втрата апетиту, порушення сну на початкових етапах адаптації до умов закладу дошкільної освіти, які мають минути протягом двох тижнів (легкий ступінь адаптації) або тривати більше 2 місяців (складний ступінь адаптації).

До основних шляхів оптимізації перебігу адаптації дошкільників у закладі дошкільної освіти відносяться створення сприятливого освітнього середовища в закладі дошкільної освіти, розширення кола соціальних контактів кожної дитини, забезпечення емоційної комфортності навчальних занять та режимних моментів, а також залучення дітей до різних видів продуктивної діяльності – ігрової, комунікативної, конструкторської, малювання та ін. Цінним є проведення з дошкільниками бесід, читання та обговорення художніх творів, розігрування рольових ігор та ін. Також доцільним є активне залучення батьків дошкільників до процесу оптимізації адаптації дітей до умов закладу дошкільної освіти, організація роботи з батьками, надання рекомендацій для покращення фізичного і психічного стану здоров'я дітей на етапі входження до освітнього середовища дитсадка.

Проблемі адаптації дітей до умов ЗДО присвятили праці Н. Аксаріна, Т. Гурковська, Н. Захарова, О. Кононко, О. Нуреєва і З. Шейнфельд, Н. Шкляр, Л. Якименко та ін. Пошуку ефективних форм і методів організації психологічної роботи з покращення адаптації дітей дошкільного віку до умов закладу дошкільної освіти приділяється увага у роботах українських науковців Ю. Аврамчук, С. Бурсова, Т. Гурковська, Н. Захарова, І. Карапузова, О. Малєєва, Ж. Маценко, О. Міхєєва, Т. Поніманська, Т. Прибора та ін.

Водночас проблема адаптації дошкільників до умов ЗДО залишається актуальною і потребує науково-прикладного вивчення. Відтак для дослідження обрано актуальну тему: «**Психологічні особливості процесу адаптації дитини до дошкільного закладу**».

Об'єкт дослідження – процес адаптації дитини до дошкільного закладу.

Предмет дослідження – психологічні особливості процесу адаптації дитини до дошкільного закладу.

Гіпотеза дослідження: полягає у припущеннях про те, що: 1) адаптація дітей дошкільного віку до умов ЗДО підвищується при систематичній роботі психолога з дошкільниками та їх батьками, вихователями; 2) забезпечити оптимальні умови для адаптації дітей у ЗДО допомагає проведення цілеспрямованої програми психологічної роботи з підвищення адаптації дітей до ЗДО.

Мета дослідження – теоретично проаналізувати та емпірично дослідити психологічні особливості процесу адаптації дітей до закладу дошкільної освіти.

Завдання дослідження:

1. Теоретично проаналізувати психологічну характеристику розвитку дітей дошкільного віку;

2. З'ясувати психологічні особливості адаптації дошкільників до умов закладу дошкільної освіти;

3. Емпірично дослідити психологічні особливості адаптації дошкільників до закладу дошкільної освіти; встановити вікові характеристики прояву адаптації дітей дошкільного віку до закладу дошкільної освіти;

4. Розробити та апробувати програму психологічної роботи з підвищення адаптації дітей до ЗДО.

Теоретико-методологічні основи дослідження опираються на основні положення психологічної науки щодо сутності процесу адаптації особистості в соціальному середовищі навколишнього світу (Н. Дмитришина, М. Заброцький, О. Кононко, Л. Кравчук, О. Малєєва, Н. Матвійчук, К. Михайлова, І. Печенко, Т. Поніманська, І. Садова та ін.); праці українських науковців, присвячені пошуку ефективних форм і методів оптимізації

адаптації дітей до умов ЗДО (С. Бурсова, Н. Захарова, І. Карапузова, О. Міхєєва, С. Нечай, Т. Прибора, Н. Шкляр та ін.).

Методи та організація дослідження. Під час виконання завдань дослідження використано наступні **методи:**

- теоретичні методи: аналіз, синтез, узагальнення, систематизація положень психологічної науки щодо особливостей адаптації дітей дошкільного віку до умов закладу дошкільної освіти;

- емпіричні методи: опитування, використання спеціальних діагностичних методик для збирання емпіричної інформації, якісний та кількісний аналіз результатів дослідження.

Під час емпіричного дослідження використано такі **психодіагностичні методики:**

- «Лист психологічної адаптації» (Л. Васильєва, О. Махновська, О. Яковлєва) (для дослідження психологічних особливостей адаптації – емоційного стану, соціальних контактів з дітьми і дорослими, пізнавальної та ігрової діяльності, реакції на зміну звичної ситуації) (додаток А);
- «Картка адаптації дошкільника» (О. Каліман) (для дослідження психофізичного критерію адаптації дітей до умов ЗДО) (додаток Б);
- «Діагностика рівнів адаптації дітей до дошкільного навчального закладу» (С. Бурсова) (для дослідження фізіологічних показників адаптації, особливостей ставлення дітей до пізнавальної діяльності, активності в комунікативній діяльності, характерних проявів емоційних станів та поведінки дошкільників) (додаток В);
- «Методика визначення рівня контактності дошкільника» (О. Міхєєва) (для визначення одного з компонентів соціальної адаптації – вміння контактувати з оточуючими людьми) (додаток Г).

Вибірку опитуваних склали: 2 групи дітей дошкільного віку у кількості по 30 дітей в кожній групі (група 1 «Дослідники» і група 2

«Винахідники»). Також в процесі дослідження було опитано вихователів цих дошкільників.

Наукова новизна та теоретичне значення дослідження – узагальнено і систематизовано основні положення досліджуваної теми щодо психологічних особливостей адаптації дошкільників до умов ЗДО.

Практичне значення дослідження. Результати дослідження та розроблена на їх основі програма психологічної роботи з підвищення адаптації дошкільників до закладу дошкільної освіти можуть використовуватися в практиці роботи психолога з дітьми дошкільного віку, які вступають до ЗДО.

Апробація результатів дослідження здійснювалася під час практичного впровадження розробленої програми психологічної роботи в освітньому процесі дошкільників; під час виступу на XXV Всеукраїнській науково-практичній конференції студентів, аспірантів та молодих учених «Молодь, освіта, наука, культура і національна самосвідомість в умовах європейської інтеграції» (м. Київ, 2023).

Публікації. За темою кваліфікаційної роботи опубліковано тези «Засадничі основи програми психологічної роботи з підвищення адаптації дітей до закладу дошкільної освіти».

Структура та обсяг роботи. Магістерська робота складається із вступу, трьох розділів, висновків до розділів, загальних висновків, списку використаних джерел (85 позицій), додатків (7 шт.). Ілюстрована за допомогою 8 рисунків і 12 таблиць. Основний зміст роботи викладено на 96 сторінках.

РОЗДІЛ 1
ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ АДАПТАЦІЇ ДИТИНИ ДО ДОШКІЛЬНОГО ЗАКЛАДУ

1.1. Психологічна характеристика розвитку дитини дошкільного віку

Дитинство є одним з найбільш важливих періодів у розвитку людини, в цей час закладаються основи для всього її подальшого життя, формуються засади для психічного, інтелектуального, емоційного, соціального, діяльнісного, розвитку.

Саме в дошкільному віці закладаються основи гармонійного розвитку особистості, її фізичні досконалості − основи здоров'я, довголіття, формується багато рухових навичок, розвиваються фізичні якості (спритність, швидкість, сила та ін.). Своєчасне та успішне формування рухової функції людини, особливо в дошкільний період її життя, має першочергове значення для повноцінного фізичного та розумового розвитку.

Дошкільний вік включає в себе такі вікові проміжки: молодший дошкільний (3-4 роки), середній дошкільний (5 років), старший дошкільний (6-6,5 років). Саме у дошкільному періоді розвитку формується нова соціальна ситуація, провідною діяльністю дитини стає гра, в процесі якої вона опановує інші види діяльності, у неї виникають надзвичайно важливі новоутворення, що стосуються психічної та особистісної сфери. У дошкільному віці відбувається інтенсивний інтелектуальний розвиток, поступово формується готовність дитини до школи, до систематичного навчання в ній.

Протягом дошкільного віку у психіці дитини виникають особливо важливі для її подальшого життя новоутворення. Розглянемо коротко особливості розвитку психічних функцій дошкільника. Насамперед важливими є пізнавальні здібності дітей.

Шестирічним дітям властиве допитливе ставлення до навколишнього. В основі їх пізнавальної активності лежить потреба якомога швидше і повніше ознайомитися з явищами навколишньої дійсності, оволодіти повними знаннями і навичками. Багато запитань дітей шестирічного віку свідчать про виникнення у них інтересу до суті явищ природи і суспільного життя, встановлення істотних зв'язків між різними подіями і фактами. Дитину вже не тільки цікавить сам по собі новий предмет, вона хоче довідатись про його будову і призначення, спосіб застосування [85, с. 151].

Увага в дітей дошкільного віку розвивається в залежності від того, чи зацікавилися діти певним предметом чи явищем, чи ні [29, с. 57]. Якщо вихователь дитячого садка зміг зацікавити дітей, то діти можуть проявити уважність, але вона затримається не більше, ніж це потрібно для розкриття особливості цього предмету. Коли цікава іграшка чи щось, до чого була привернута увага, стає зрозумілим, то діти мимовільно переключають свою увагу на інший предмет, більш цікавий. Це особливо важливо враховувати при навчанні старших дошкільників, адже діти повинні отримати певний набір знань та вмінь, для того, щоб повноцінно почувати себе в школі.

За даними Т. Поніманської, у дошкільному віці закладаються основи логічного мислення. Доведено, що вже 5-7 річна дитина здана оволодіти його способами, а саме: порівнянням, узагальненням, класифікацією, систематизацією та змістовим співвідношенням. Саме в дошкільному віці відбувається перехід від наочно-дійового до наочно-образного, а далі – до міркувального мислення [69, с. 28].

Як стверджує Л. Яковенко, для шестиліток характерне конкретне мислення. Вони виконують конкретні дії з предметами. У мисленні проявляється логіка, починають простежуватися зв'язки між явищами. Але здатність абстрагувати і роздумувати ще тільки починає формуватися. Тому не слід чекати від шестирічної дитини глибокого розуміння абстрактних роздумів і пояснень [85, с. 150].

Важливим є той аспект, що до речі, яка втратила інтерес в очах малечі, можна застосувати прийом «оживлення», запропонувати якусь нову її сторону для розгляду, підключити фантазію дітей, яка є неймовірно різнобічною, і тим самим знову привернути увагу дошкільнят до цієї речі знову.

На думку багатьох провідних психологів (Д. Ельконін, О. Леонтьєв та ін.), дошкільний період пов'язаний з розвитком і ускладненням мотиваційної сфери особистості, з появою суспільно-цінних мотивів і їх «співпідкоренням». За даними І. Садової, пізнавальні мотиви в цьому віці ситуативні та нестійкі: під час навчальних занять вони з'являються й підтримуються лише завдяки зусиллям педагогів. Оцінка навчальної роботи сприймається як оцінка особистості, тому негативні оцінки спричиняють тривожність, стан дискомфорту, апатії. Поведінка ще нестійка, залежить від емоційного стану дитини, що істотно ускладнює взаємини з однолітками та педагогом. Мета досягається набагато успішніше за ігрової мотивації та оцінки поведінки однолітками (у випадку командної гри). Формування волі істотно пов'язане з вихованням мотиву досягнення мети [75, с. 291].

У шестирічних дітей зберігаються притаманні дошкільному віку особливості мислення: домінує мимовільна пам'ять, внаслідок чого запам'ятовується не те, що потрібно, а те, що цікаве; специфіка уваги дозволяє продуктивно виконувати певну роботу лише протягом 10-15 хвилин; переважає прагнення вивчати нове передусім у наочно-образному та наочно-дієвому аспектах тощо [75, с. 290-291].

За даними І. Садової, пізнавальні мотиви в цьому віці ситуативні та нестійкі: під час навчальних занять вони з'являються й підтримуються лише завдяки зусиллям педагогів. Оцінка навчальної роботи сприймається як оцінка особистості, тому негативні оцінки спричиняють тривожність, стан дискомфорту, апатії. Поведінка ще нестійка, залежить від емоційного стану дитини, що істотно ускладнює взаємини з однолітками та педагогом. Мета досягається набагато успішніше за ігрової мотивації та оцінки поведінки

однолітками (у випадку командної гри). Формування волі істотно пов’язане з вихованням мотиву досягнення мети [75, с. 291].

Розглянувши особливості пізнавальної сфери, варто вказати, що у дошкільному віці відбувається становлення основних особистісних механізмів і утворень. Розвиваються тісно зв'язані один з одним емоційна і мотиваційна сфери, формується самосвідомість.

У праці О. Білан зазначено, що дитина у дошкільному віці має істотні зміни у характері та змісті діяльності, у неї активно розвиваються всі психічні процеси, що особливо помічається у спілкуванні з оточуючими людьми [7, с. 52]. Предметом гордості і досягнень дитини у дошкільному віці є оволодіння навичками самообслуговування, а також якостями слухняності, чемності (починає розвиватися вміння ввічливо вітатися), не скаржитися, охоче гратися з іншими, ділитися іграшками та принесеними ласощами [7, с. 52].

Серед психологічних характеристик дитини дошкільного віку виділяється також активність під час рухливих ігор, емоційність відгуків на фізкультурні розваги, готовність до виконання імітаційних рухів під час ранкової та гігієнічної гімнастики. Діти виявляють інтерес до пізнавальних видів діяльності, до народних ігор, до організованої педагогом діяльності під час занять та прогулянок. В цьому віці виникають перші уявлення про те, що добре і погано, що відбувається у процесі формування особливих взаємин між дітьми і дорослим. Діти стають чутливими до емоцій однолітків, легко переймаються ними, коли другові весело – й інші сміються, а коли він плаче – всі засмучуються. Разом з цим діти дошкільного віку виявляють впертість, неслухняність, можуть ігнорувати прохання дорослих, робити все навпаки [7, с. 65].

За переконанням О. Видри, протягом дошкільного віку в психіці дитини виникають особливо важливі для її подальшого життя психологічні новоутворення:

– починає розвиватися творча діяльність, яка виражається у здатності перетворювати навколишню дійсність, створювати нове. Проявляється це в конструкційних іграх, технічній і художній творчості;

– пізнавальні психічні процеси починають працювати в режимі єдиної інтелектуальної діяльності, проявляється об’єднання зовнішніх і внутрішніх дій;

– виникає та починає успішно функціонувати внутрішнє мовлення як засіб мислення, з’являється опосередкована певними уявленнями довільна поведінка;

– дитиною усвідомлюються норми і правила. Вони починають керувати її поведінкою, перетворювати її дії на довільні та морально регульовані вчинки;

– виникають первинні моральні настанови, передусім розрізнення того, що є добрим і поганим;

– дитина вже не може жити у безладі. Все, що бачить, вона намагається впорядкувати, збагнути закономірні відношення навколишнього світу, що є свідченням виникнення первинного, хоча ще схематичного дитячого світогляду [16, с. 46].

Дитина дошкільного віку є надзвичайно емоційною та допитливою, жвавою та охочою до пізнання навколишнього світу. Г. Крайг зазначає, що емоційні процеси у дітей дошкільного віку стають більш урівноваженими, однак це не знижує інтенсивності емоційного життя дитини. Кожен день дитини насичений емоціями так, що до вечора вона може втомитися. Дії дитини вже не пов'язані прямо з привабливим предметом, а будуються на основі уявлень про предмет, про бажаний результат, про можливість його досягти в найближчому майбутньому. Емоції, пов'язані з уявленням, дозволяють передбачати результати дій дитини, задоволення її бажань [48, с. 114].

У дитинстві змінюється також сама структура емоційних процесів. Зовнішнє вираження емоцій стає більш стриманим у дітей. А до структури

емоційних процесів, крім вегетативних і моторних компонентів, входять тепер і складні форми сприйняття, образного мислення, уяви. Дитина може висловлювати емоції не тільки щодо поточного моменту, а й до того, чого ще не трапилося (наприклад, з радістю очікувати свята).

Велике значення в розвитку дитини дошкільного віку має саме емоційна сфера, яка допомагає сфокусувати її увагу на поточній діяльності, допомагає навчити дитину необхідним соціальним навичкам і вмінням. Все, у що включається дошкільник, – гра, малювання, ліплення, конструювання, підготовка до школи, допомога мамі в домашніх справах і т.д. – повинне мати яскраве емоційне забарвлення, інакше діяльність не відбудеться або швидко зруйнується. Дитина просто не здатна робити те, що їй нецікаво [48, с. 115].

Дослідниця О. Атемасова зазначає, що емоції й почуття погано піддаються вольовій регуляції. Дорослим корисно пам’ятати про це, стикаючись із небажаними або несподіваними для них дитячими емоціями. Почуття дитини в таких гострих ситуаціях краще не оцінювати – це спричинить лише нерозуміння або негативізм. Не можна вимагати від дитини не переживати те, що вона переживає, почуває; можна обмежувати лише форму прояву її негативних емоцій. Крім того, завдання полягає не в тому, щоб придушувати або викорінювати емоції, а в тому, щоб побічно, опосередковано спрямовувати їх, організовувати діяльність дитини [73, с. 16].

У нормі емоційна сфера дитини відзначається життєрадісністю, бадьорістю, оптимізмом. Саме такі емоційні стани забезпечують умови для формування особистості: її самоповаги, впевненості, віри у свої сили, ініціативності. Якщо дитина більшість часу перебуває у пригніченому й роздратованому стані, швидко втомлюється або – навпаки – не може заспокоїтись, виявляє гіперактивність, поводиться несміливо, плаксива, вередлива, то всі ці стани свідчать про негаразди в емоційній сфері, які негативно позначаються на формуванні особистості. Т. Дуткевич зазначає, що тривалі негативні переживання дезорганізують психічну діяльність дітей та їх спілкування з ровесниками. Ці емоції не тільки накладають відбиток на

досвід дитини, але й впливають на хід подальшого розвитку. Вони можуть сприяти утворенню негативної життєвої позиції і у кінцевому рахунку викликати затримки у загальному розвитку дітей. Причини емоційних розладів досить складні. Проте джерелом їх, як правило, виступають особливості спілкування, по-перше, із дорослими, а по-друге, із ровесниками [28, с. 256].

Вчений М. Савчин вважає, що емоційне неблагополуччя дитини, проявляючись у сфері її стосунків з іншими людьми й у світі власних переживань, зумовлює такі види порушень: 1) неврівноваженість, швидку збудливість, що проявляються в голосному плачі, вибухах гніву, глибокій ображеності тощо; 2) «легку загальмованість», уникання спілкування; 3) агресивність у взаємодії з ровесниками; 4) тривожність, що проявляється у переживанні різноманітних страхів [74, с. 161].

За свідченням Т. Дуткевич, при відсутності нормального спілкування з дорослими у дитини виникає апатія, пригніченість, байдужість. Також автор вказує, що невідповідна вікові залежність від батьків породжує страх самотності, невпевненість, безініціативність у дошкільників. Крім того, страхи дошкільників набувають хворобливого характеру при неправильному ставленні дорослих до цих страхів. Всі вказані проблеми у спілкуванні батьків з дошкільниками значно обумовлюють розвиток емоційної сфери дітей та негативно впливають на особистісне становлення [28, с. 258].

У спілкуванні з ровесниками емоційні порушення виявляються у двох основних формах: нестриманість, легка збудливість дітей, афективність їх поведінки; стійке негативне ставлення до спілкування, надмірна образливість, внутрішній конфлікт.

У дітей шестирічного віку ще не виробилася достатня узагальненість і гнучкість у застосуванні відомих їм правил. Часто значна емоційна збудливість спрацьовує сильніше і швидше, ніж сприйняття дитиною правила поведінки, яким вона спочатку мала намір керуватися. Водночас дитина

здатна спрямовувати свою активність, керувати своєю поведінкою згідно з вимогами конкретної ситуації.

За даними спостережень Н. Дмитріюк, найчастіше гармонійному розвитку дитини перешкоджає емоційна нестабільність, емоційні порушення, тривожність, переживання фрустрації. Дитина пізнає навколишній світ і здійснює це не відокремлено і безпристрасно. Вона переживає те, що з нею відбувається, формуючи своє особливе ставлення до зовнішнього світу, обираючи одні види діяльності і ситуації і нехтуючи іншими [24, с. 135]. У випадку не можливості досягнення наміченої цілі, бажаного результату дитина відчуває складні емоції, що негативно впливають на її емоційний стан і настрій. Мається на увазі переживання напруженості, зниження впевненості в собі, фрустраційні реакції на різні ситуації, пов’язані як із пізнавальною, так і з ігровою, побутовою діяльністю дітей.

Дослідниця Н. Скрипник вважає, що дитина дошкільного віку здатна до більш-менш свідомої поведінки, у неї розвивається відчуття реальності, вона здатна до початкового самопізнання, зацікавленості до навколишніх, до емпатії, елементарного аналізу та висновків, виявлення елементарного такту і культури взаємин. Тому мета виховного процесу полягає у тому, щоб сформувати у дитини вміння будувати взаємостосунки із соціальним середовищем на рівні емоцій, почуттів, думок, готовності до сприйняття різних людей, їхніх поглядів, звичаїв, традицій такими, якими вони є [76, с. 194].

Вчена О. Кононко вказує, що дослідження основ особистісного становлення дошкільника показало, що моральна позиція дошкільника розкривається у формах і змісті його ставлення до партнера зі спілкування. Уявна модель поведінки базується на теоретичному знанні та розмежуванні гуманного і антигуманного. Відповідно виникає близький до ідеалу образ поведінки [44, с. 151]. Усвідомлення результатів учинку, співставлення їх з уявним еталоном викликає емоційний відгук (переживання, захоплення, схвалення, осуд і т.п.), а в подальшому трансформує застосування цього

еталону. Внутрішні потреби зростаючої особистості виступають спонукальним важелем морального вчинку.

На різних етапах розвитку дитина активно засвоює потребу в спілкуванні, оскільки саме воно є обов’язковою умовою існування людини та водночас одним з основних чинників і найважливіших джерел її психічного розвитку в онтогенезі [19, с. 77].

У спілкуванні відбуваються становлення й формування психіки дитини, її особистості, свідомості та самосвідомості. Адже спілкування відіграє вирішальну роль не тільки в збагаченні змісту дитячої свідомості, у набутті дитиною нових знань і умінь; воно також детермінує структуру свідомості, визначає опосередковану будову вищих, специфічно людських психічних процесів.

Узагальнення впливу спілкування на психічний розвиток дитини можна звести до таких положень:

− спілкування прискорює хід розвитку дітей (поява й подальший розвиток і операціонально-технічних, і перцептивних навичок);

− спілкування дає змогу подолати несприятливу ситуацію;

− спілкування виправляє дефекти, які виникли в дітей у процесі неправильного виховання [19, с. 77].

Своєрідних рис набувають зміст і форми спілкування дитини з іншими людьми і її ставлення до самої себе. Дитина шестирічного віку вже прагне спілкуватись не тільки з близькими людьми, досить легко вступає у розмову з незнайомим, з бажанням розповісти про себе, товаришів, включається в розмову дорослих, висловлюючи при цьому свою думку, з вдячністю сприймає будь які знаки уваги, виявлені до неї. Діти претендують на рівноправне спілкування і на включення їх у «доросле життя». Вони здатні пожертвувати будь-яким своїм задоволенням, якщо з’являється можливість поговорити з дорослим або що-небудь зробити разом з ним [85, с. 151].

Варто звернути увагу на соціальну компетентність дітей дошкільного віку, яка набуває більш стійкого вигляду. Соціальний розвиток дошкільників

характеризує багато соціальних контактів з оточуючими та обумовлює особливості їх спілкування з іншими. У дітей дошкільного віку, за ствердженням Н. Матвійчук, К. Медведюк, уже наявні такі характеристики соціальної компетентності, що обумовлюють успішність їх соціальних контактів як дорослими, так і з іншими дітьми: «сформовані уявлення про доброту, гуманність, щирість як важливі якості людини та людських взаємин; про справедливість як здатність правильно оцінювати вчинки людей; про чесність як вимогу відповідати власною поведінкою тим критеріям, які застосовує, оцінюючи вчинки інших людей; виявляється розуміння стану і почуттів іншої людини з її вигляду, інтонації, дій; діти здатні до прояву поваги до почуттів інших, усвідомлюють їх право бути такими, як вони є, чуйно ставляться до інших людей залежно від їхнього віку та статі» [55, с. 135].

Дослідники А. Максимчук, Т. Цуркан наголошують, що саме в дошкільному віці дитина оволодіває елементарним умінням і навичками підтримки та збереження міжособистісної злагоди, запобігання й мирного розв’язування конфліктів; здатністю приймати до уваги думку товаришів та опонентів; орієнтацію на дорослого як носія суспільних еталонів та морального авторитету [80, с. 320].

Старший дошкільний вік є періодом початкового формування особистості та першого досвіду взаємодії з іншими дітьми, що в подальшому визначає характер перебігу процесу соціалізації. Це вік, у якому закладаються основи соціальної компетентності: вміння орієнтуватись у світі людей; здатність розуміти інших, їх потреби, особливості поведінки; вміння поважати людей, допомагати їм, турбуватися про них, обирати відповідні ситуації спілкування та спільної діяльності [17, с. 130].

Соціально компетентна дитина здатна відчувати своє місце в системі людських відносин, а отже, й адекватно поводитись. Відкритість дитини до світу людей – це особистісна потреба, яка виражається у вмінні володіти навичками соціальної поведінки, у свідомому ставленні до себе як вільної

самостійної особистості та до своїх обов'язків, що визначаються зв'язками з іншими людьми, тощо [17, с. 131].

О. Друзяк також зазначає, що у старшому дошкільному віці закладаються основи соціальної компетентності дитини, визначається напрямок її розвитку й успішної адаптації в соціумі [26, с. 137].

Розвиток дитини опосередкований спілкуванням і взаємодією в першу чергу з дорослими, однак також важливими для соціального становлення є й взаємини з іншими дітьми – однолітками, старшими чи меншими. За ствердженням Н. Матвійчук, К. Медведюк, «особливості соціальної ситуації розвитку дошкільнят виражаються в характерних для них видах діяльності, насамперед у сюжетно-рольовій грі, яка створює сприятливі умови для доступного в цьому віці освоєння зовнішнього світу» [55, с. 134].

Ряд науковців (А. Богуш, Н. Гавриш, І. Печенко та ін.) вважають, що гармонійні відносини в системах «дитина-дитина», «дитина-діти» є важливим фактором соціального зростання дитини старшого дошкільного віку [22, с. 128].

Результати досліджень А. Пасічніченко показують, що у спілкуванні з ровесниками вона вчиться жити в колективі, у неї складаються можливості налагоджувати контакти з рівними їй людьми і будувати з ними взаємини на рівних. Спілкування у цій сфері дозволяє їй подолати замкнутість соціального (сімейного) світу і егоцентризм. Саме під час спілкування з ровесниками, на думку дослідниці, у дошкільників продуктивніше, ніж у взаємодії з дорослими, формуються такі риси особистості, як доброта, відкритість, готовність до співробітництва. У таких взаєминах дошкільник частіше, ніж з дорослими, демонструє альтруїстичну поведінку, але в той же час частіше адресує ровеснику й антагоністичну поведінку, агресивніший і вимогливіший у ставленні до нього. Дошкільник вчиться узгоджувати свої дії з діями інших дітей, застосовувати на практиці в іграх і в реальному житті норми культурної поведінки та гуманного спілкування з товаришами. Саме під час взаємодії з однолітками дитина напрацьовує комунікативні уміння та

навички, використовує і перевіряє дієвість засвоєних нею у спілкуванні з дорослим способів діяльності і норм [64, с. 219].

За ствердженням А. Опанащук, «вміння організувати свої соціальні відносини є важливим для формування соціально визнаної поведінки дитини» [62], яку дослідниця розглядає в аспекті формування принципів і норм, що регулюють характер взаємин між людьми, та слугують полегшенню входження в суспільство, тобто соціалізації дитини. Під соціально визнаною поведінкою дошкільнят А. Опанащук розуміє «поєднання форми повсякденних дій та вчинків дитини, в яких відображаються моральні, естетичні норми поведінки» [62, с. 161].

Одним із аспектів соціального розвитку дітей дошкільного віку є прихід їх до закладу дошкільної освіти, набуття навичок взаємодії з однолітками, привчання спілкуватися з дорослими (вихователем та психологом, медичним працівником ЗДО). Найчастіше прихід до дитсадка відбувається у молодшому дошкільному віці (3-4 роки), проте бувають випадки й старшого віку, коли дитина приходить у групу дитсадка. Можливості успішного призвичаєння дитини до умов дитсадка залежать від її вікових та психофізіологічних особливостей.

Як вказує О. Кононко, відвідування дитиною закладу дошкільної освіти – важлива подія в її житті, що знаменує новий етап розвитку, пов’язаний з входженням у широкий соціум, адаптацією до нових умов життя, освоєнням правил поведінки в групі. На відміну від сім’ї, тут дитина перебуває в колективі однолітків, з якими може себе порівняти, разом гратися, товаришувати. Завдяки цьому формується почуття належності до дитячого співтовариства, яким дошкільник дорожить і в якому прагне перебувати. Він поводиться самостійніше, ніж удома, звільняється від центрації на собі та своїх проблемах, навчається узгоджувати власні інтереси з інтересами інших дітей, домовлятися, поступатися, доводити власну думку, виявляти гнучкість та самоповагу [44; 45].

Дослідниця Т. Кравченко розуміє заклад дошкільної освіти як середовище, де дитина отримує елементарні знання, уміння, навички, які гарантують формування в неї здатності орієнтуватися в довкіллі, набувати життєвого соціального досвіду, адекватно реагувати на явища, події, людей, предметний світ [46, с. 26].

Дитинство займає особливе місце в процесі становлення і розвитку особистості в онтогенезі і найважливішою умовою розвитку при цьому являється повноцінне спілкування дитини з оточуючими дорослими і дітьми. Із вступом до дошкільного навчального закладу в мікросередовищі дитини з'являється важливий дорослий – вихователь. Від спілкування з ним, його поведінки значним чином залежить ефективність соціалізації дитини в дошкільному закладі [25, с. 147].

Т. Поніманська вказує, що дорослий для дітей 4-5-років є джерелом нових знань, пізнавальних вражень, які втілюються у перші навчальні уміння. Для старшого дошкільника цінність дорослого полягає в його здатності брати участь у різноманітних соціальних зв'язках, орієнтуватися у багатстві та ієрархії міжлюдських стосунків, а отже – бути прикладом соціальної поведінки дитини у соціальному довкіллі [70, с. 91].

Отже, дошкільний вік є періодом інтенсивного фізичного зростання, збільшення інтелектуальних здібностей, розвитку особистісних якостей. Основними новоутвореннями дошкільного віку є формування нової соціальної ситуації розвитку, яка опосередковується спілкуванням і взаємодією дітей насамперед із дорослими, а також з однолітками. Провідним видом діяльності в дошкільників стає гра, під час якої діти опановують інші види діяльності, у них виникають важливі новоутворення у психічній та особистісній сферах, відбувається інтенсивний пізнавальний та емоційний розвиток дитини, формується готовність до активної взаємодії з іншими.

Важливим аспектом розвитку дитини в дошкільному віці є вступ до закладу дошкільної освіти, входження в новий соціальний простір взаємодії з дорослими та однолітками, пристосування до режимних видів діяльності

(сніданок, денний сон, прийом їжі), а також активність протягом навчальних занять. Прийняття дитиною нової соціальної ролі «Я дошкільник» супроводжується низкою психологічних особливостей, пов’язаних із процесом адаптації у закладі дошкільної освіти, що вважаємо доцільним розглянути детальніше.

1.2. Особливості соціальної адаптації дошкільників

До вступу у ЗДО дитина виховується у сім’ї, в атмосфері тепла і любові, де батьки виявляють увагу до всіх її потреб. А вступ до дитячого садка включає в себе не тільки наступний крок у розвитку дитини, а й «супроводжується значними змінами звичної обстановки, режиму дня, розлукою з близькими людьми, що відбуваючись одночасно, створює стресову ситуацію для малюка» [57, с. 115].

«У дошкільному закладі діти набувають важливого суспільного досвіду, основних знань і вмінь, необхідних для подальшого життя серед людей, залучаються до різних видів діяльності. І якщо в сім'ї дитина соціалізується у визначених умовах взаємин між членами родини, то дошкільний заклад, значно розширюючи коло близьких і далеких людей, презентує їх взаємини у виховному контексті» [55, с. 135].

За ствердженням О. Кононко, «саме специфіка дитячого садка сприяє полегшенню процесу входження зростаючої особистості в широкий світ реальних соціальних відносин, прищепленню навичок практичного життя, її індивідуалізації та соціалізації» [44, с. 101].

Саме тому вступ дитини до закладу дошкільної освіти є важливою подією, яка потребує уваги з боку педагогів та батьків. Запорукою успішної адаптації дитини до умов ЗДО є злагоджена і продумана робота педагогів дитсадка, сприятливий мікроклімат як у ЗДО, так і вдома, адже дитина вступає у нове середовище, де для неї все нове і незнайоме.

У Базовій програмі розвитку дитини дошкільного віку «Я у Світі» [84] наголошується, що основне завдання дорослих на цьому етапі – допомогти дитині бути активним суб'єктом життєдіяльності, жити самостійно, власними силами, в гармонії з довкіллям та у згоді із собою. В Базовому компоненті дошкільної освіти наводиться визначення адаптації як складного «процесу пристосування організму до оточення, що проходить на різних рівнях: фізіологічному, соціальному, психологічному» [5].

В процесі розгляду особливостей адаптації дітей дошкільного віку до умов ЗДО варто коротко проаналізувати загальні особливості процесу адаптації особистості до соціального середовища.

В загальному значенні поняття «адаптація» трактується як «пристосування будови і функцій організму, його органів і клітин до умов середовища, спрямоване на збереження його рівноваги» [23, с. 7].

Слушною буде в цьому контексті думка Л. Кравчук про те, що «адаптація – це не тільки пристосування до успішного функціонування в певному середовищі, а й здатність до подальшого психологічного, особистісного і соціального розвитку» [47, с. 4].

За свідченням Н. Захарової, адаптація відбувається практично протягом усього життя людини. Входження в нове соціальне середовище, яким для дитини є заклад дошкільної освіти, ускладнюється необхідністю зорієнтуватися в незнайомій ситуації та активізувати адаптаційні ресурси. У непідготовленої дитини дотримання нового режиму і ритму життя, виконання нових вимог, обов'язків та функцій викликають певні труднощі, провокують виникнення таких явищ як «адаптаційний синдром», що може призвести до послаблення здоров'я, появи небажаних тенденцій у міжособистісній взаємодії з однолітками і дорослими, гальмування процесу пристосування до умов ЗДО [31; 34].

Проблему адаптації дитини до умов ЗДО вивчала вчена О. Кононко. Адаптація визначається нею як інтегративний показник стану дитини. Він відображає її здатність сприймати адекватно навколишню дійсність,

ставитися відповідним чином до людей, подій, вчинків, спілкування та регулювати власну поведінку. У контексті соціально-емоційного розвитку дитини О. Кононко трактує результат пристосованості як особистісну якість, що є показником життєвої компетентності дитини, її здатності орієнтуватися в довкіллі та впливати на нього [44; 45].

У педагогічному словнику «адаптація» визначається як «процес, що передбачає гармонійне, з погляду індивідуальних прагнень дитини, задоволення її потреб, створення умов для її здорового щасливого життя» [18, с. 11].

Розглядаючи соціальну адаптацію як складний процес адекватного реагування на умови навколишнього середовища, що змінюються, О. Міхєєва виокремлює особливості компонентів цього процесу у старших дошкільників:

- особливості уявлень дитини про Я-реальне і Я-бажане;
- виявлення функціональної ролі особистих очікувань дитини в структурі її емоційно-ціннісного ставлення до себе;
- особливості уявлень про себе і визначення рівня самооцінки;
- визначення рівня контактності особистості дитини;
- виявлення тенденцій вербальної поведінки дітей на ситуації неблагополуччя (визначення рівня рефлексії дитини на соціально-схвалювані зразки поведінки в проблемній ситуації) [58].

У ході аналізу роботи О. Міхєєвої [58] встановлено, що соціальна адаптація дошкільників має багатофункціональний характер, який проявляється в тому, що адаптація виступає засобом оптимізації взаємин дитини із соціальним довкіллям. Саме завдяки адаптації відбувається соціальний розвиток дитини. І саме соціальна адаптація є дієвою складовою успішної соціалізації дошкільника у суспільстві. В ході аналізу особливостей адаптації дошкільників до соціального середовища О. Міхєєва зробила висновок, що діти раннього і молодшого дошкільного віку стикаються в процесі вступу до ЗДО із значними адаптаційними складнощами. Діти цього

дошкільного періоду ще не можуть успішно адаптуватися у спілкуванні з оточуючими, встановлювати зв'язки між явищами і відносинами, їм дуже складно знаходити спільну мову з однолітками. Значно вищими адаптаційними ознаками характеризується старший дошкільний вік. У цьому віці в дітей виникає усвідомлення соціальної ролі «Я-дошкільник». Діти вже починають розуміти новий період свого життя, демонструють уміння прилаштовуватися до умов закладу дошкільної освіти. Поступово у старших дошкільників зростає особиста активність, ініціативність у встановленні взаємодії із соціальним оточенням, налагодженні гармонійних зв'язків з однолітками. Діти старшого дошкільного віку привчаються дотримуватися норм і правил, приймають вимоги групи, що вимагає від них вміння унормовано поводитися [58].

Ю. Замазій, О. Марінушкіна під адаптацією дитини до закладу освіти розуміють процес пристосування, зміни психіки дитини в умовах переходу до систематичного організованого навчання. У цей період відбувається перебудова пізнавальної, мотиваційної й емоційно-вольової сфер дитини [2, с. 5].

На думку Л. Кравчук, адаптаційний період дітей супроводжується такими процесами, як:

– відбувається фізіологічне пристосування діяльності функціональних систем організму дитини до змін у режимі й навантаженні;

– формуються, розвиваються й засвоюються способи і прийоми нової діяльності – процесу навчання, спілкування з іншими дітьми, спільної гри;

– через емоційну сферу здійснюється оцінка змін у навколишній реальності як суб'єктивно комфортних або дискомфортних і, відповідно до неї відбувається регулювання поведінки і діяльності дитини [47, с. 4].

Протилежне процесу адаптації, – дезадаптація, яка трактується як процес, пов'язаний із переключенням з одних умов життя й, відповідно,

звиканням до інших. Також дезадаптація – це нездатність або неможливість індивіда пристосуватися до умов і вимог соціального оточення [2, с. 6].

Дослідниця І. Карапузова вказує, що «адаптація – це активний процес, який може призвести як до позитивних змін (адаптованості), так і негативних (дезадаптованості). Саме в цей період дитина найбільш потребує допомоги і підтримки з боку педагогів і психолога» [43].

За переконаннями О. Малєєвої, дезадаптація є психологічним феноменом, що виникає в процесі взаємодії особистості з новим середовищем і виявляється в тимчасових порушеннях поведінки, самосприйнятті та емоційного стану, які при відсутності своєчасної спрямованої роботи можуть переходити в стійкі форми, що зумовлюють подальший дисгармонійний розвиток особистості [51, с. 16].

О. Кононко визначає адаптацію дитини як «інтегративний показник стану дитини, який відображає її здатність адекватно сприймати навколишню дійсність, ставитися до людей, подій, вчинків, спілкування, регулювати поведінку» [44, с. 15]. Під адаптацією до дитячого садка Т. Прибора розуміє «процес пристосування дитини до умов нового середовища» [72, с. 180].

У праці Н. Шкляр проблема адаптації дітей до умов ЗДО розглядається з позицій «формування в дітей позитивного ставлення до закладу дошкільної освіти як вагомого показника й водночас чинника первинної соціалізованості» [82, с. 366].

І. Печенко вказує, що адаптація дітей дошкільного віку до умов середовища має багатофункціональний характер:

1) насамперед, адаптація є засобом оптимізації відносин дитини з досить широким соціальним оточенням, де з’являється дитяче співтовариство (група дитсадка) та виникають нові форми спілкування в системі «дитина-дитина», «дитина-педагог»;

2) також через адаптацію відбувається становлення соціальної сутності дитини, яка формується у взаєминах з іншими – однолітками і дорослими;

3) крім того, адаптація є дієвою складовою успішної соціалізації маляти. Заклад дошкільної освіти виступає тією інституцією, що компенсує недоліки виховання дитини в сім’ї та забезпечує їй соціальний розвиток в єдності напрямків її особистісного становлення [65, с. 9].

Дослідниці С. Бурсова та І. Карапузова зауважують, що адаптація дитини до умов дитсадка має прояви фізіологічної, психічної, психологічної і соціальної адаптації:

- Фізіологічна адаптація проявляється у стані здоров'я дитини. При легкому пристосуванні до середовища дитина рідко хворіє, всі фізіологічні процеси легко функціонують. Якщо дитина успішно справляється з вимогами дитсадка, але часто хворіє, вважати її адаптованою не можна.

- Психічна (психоемоційна) адаптація виявляється у трансформації активності і діяльності відповідно до нових вимог. Адаптована дитина має гарний настрій, високу працездатність, у неї відсутні невротичні реакції.

- Психологічна адаптація передбачає психологічне пристосування дитини до нових умов середовища та формування адекватної поведінки. Адаптована дитина відчуває емоційний комфорт, активно взаємодіє з дорослими і однолітками, включена в колективні ігри та іншу продуктивну спільну діяльність [13, с. 58].

- Соціальна адаптація виявляється у пристосуванні дитини до соціального середовища, засвоєння соціальних норм. Дитина поступово підчиняє свої бажання нормам та вимогам ЗДО. С. Бурсова зауважує, що «соціальна адаптація – це стан гармонії між індивідом і соціальною дійсністю, а не 100% підкорення своїх бажань вимогам» [10, с. 50].

Процес пристосування дітей до нових умов різний, але в кожної дитини він складається з трьох етапів. Залежно від того, на які фактори звертається увага під час вивчення особливостей адаптації дітей до умов закладу дошкільної освіти, ці етапи мають різну назву. За класифікацією, запропонованою М. Безруких та С. Єфімовою [6], він поділяється на три етапи:

− перший етап – «буря», на цьому етапі на комплекс зовнішніх впливів організм дитини відповідає бурхливою реакцією та сильною напруженістю; підвищується збуджуваність, тривожність, можливе підсилення агресивності, спостерігається поганий сон, апетит, настрій; тривалість цього етапу – від 2-3 днів до 1-2 місяців у окремих дітей;

− другий етап – «буря затихає», цей період нестійкого стану, коли дитячий організм шукає оптимальні варіанти реакцій на зовнішні впливи; дитина намагається брати участь у спільній діяльності з однолітками, стає більш активною, врівноваженою; цей етап триває від 1 тижня до 2-3 місяців;

− третій етап – «штиль», це етап відносного пристосування організму дитини до нових умов, вона розпочинає засвоювати нову інформацію, встановлювати контакти, виявляти активність під час занять; тривалість цього періоду – від 2-3 тижнів до 6 місяців [6].

За ствердженням Т. Прибори, кожна дитина в період вступу до закладу дошкільної освіти проходить через три фази адаптації.

1. Гостра, або період дезадаптації – дитина бурхливо реагує на нові впливи, демонструє нестійкість соматичних і психічних проявів. В цей час ламаються попередні установки щодо режиму і спілкування з оточуючими. Зростає тривожність і збудливість, у дитини переважає поганий сон, настрій, втрачається апетит, виникають часті респіраторні захворювання. Тривалість цього етапу – від 2-3 днів до місяця або й навіть 2 місяців [72, с. 182].

2. Фаза поступового пристосування, що виявляється у пошуку дитиною оптимальних реакцій на зовнішні впливи. Малюк привчається включатися у спільну діяльність з іншими, стає врівноваженішим, активнішим, зацікавленим. Дошкільник звикає до режиму сну і прийому їжі, вчиться відзиватися на звернення вихователя, реагувати на його прохання. Поступово у дитини формуються навички самообслуговування. Ця фаза триває від 1 тижня до 2–3 місяців. [72, с. 183].

3. Фаза компенсації, що вказує на відносно стале пристосування дитини. Дитина звикла до режимних моментів, починає активно засвоювати нову інформацію, зменшується її психосоматична хворобливість. Тривалість цього періоду – від 2-3 тижнів до 6 місяців.

Залежно від тривалості і складності перебігу адаптаційного синдрому дослідниці К. Михайлова та Л. Савченко вказують на такі ступені адаптації дітей до умов ЗДО: легкий (1-16 днів); середній (16-32 дні); складний (32-64 дні) [57, с. 115].

У праці Ю. Аврамчук та Г. Комаревич наводяться «такі характеристики легкого, середнього та важкого ступеня адаптації:

- легкий ступінь адаптації – поведінка дитини нормалізується протягом 10-15 днів (фізіологічна, природна адаптація, дитина входить в новий колектив безболісно, їй там комфортно, вона не влаштовує істерик, коли мама приводить в дитячий садок. Такі діти, як правило, хворіють нечасто, хоча в період адаптації «зриви» все ж таки можливі.

- середній ступінь адаптації – поведінка дитини нормалізується протягом 15-30 днів, дитина починає худнути, хворіє, але не важко, без ускладнень. Малюк більш-менш спокійно приходить в дитячий садок, може періодично поплакати, але ненадовго. Найчастіше в цей час захворювань не уникнути.

- важкий ступінь адаптації – патологічна адаптація. Вона може тривати від 2 місяців і більше» [1, с. 16]. У час важкої адаптації у дитини спостерігаються значне погіршення апетиту і навіть повна відмова від їжі, порушення сну і сечовипускання, різкі перепади настрою, часті зриви і капризи. Також дитина дуже часто хворіє, що в даному випадку нерідко пов'язано з небажанням дитини йти в дитячий садок. Такі діти в колективі відчувають себе невпевнено, майже ні з ким не грають та не спілкуються.

Детальніше аналізуючи особливості перебігу адаптації дошкільників до умов ЗВО, слід зазначити, що при *легкому ступені адаптації* дитина нормалізує всі сфери розвитку протягом двох тижнів, у неї відновлюється

апетит, встановлюється налагоджується сон. Дитина демонструє переважно бадьорий, радісний настрій, чи має спокійний емоційний стан. Вона охоче взаємодіє з дорослими, однолітками, користується оточуючими предметами. За ствердження О. Каралашвілі і Н. Малахової, у дитини «досить швидко пристосовується і звикає до нового приміщення, спілкування із групою однолітків і незнайомих дорослих. Її мовлення може бути частково не сміливим, однак дитина відгукується і виконує вказівки педагога. При Соматичне захворювання може трапитися на початку адаптаційного процесу, не частіше, ніж один раз і проходить без ускладнень» [42, с. 36].

При *середньому ступені адаптації* відновлення апетиту і сну дитини відбувається протягом 20-40 днів, за які емоційний стан може змінюватися, бути не стійким, а поведінка плаксивою, особливо при розлуці з батьками. У дітей із середнім ступенем адаптації спостерігається переважно байдуже ставлення до однолітків, певна вибірковість у ставленні до дітей та дорослих. Соматичні захворювання протягом періоду адаптації можуть виникати до двох разів і сумарно тривати не більше 10 днів [57, с. 115].

Складний ступінь адаптації дитини дошкільного віку до умов ЗВО виявляється у погіршенні сну, який стає коротким і тривожним. Часто у дитини погіршується апетит, навіть до відмови вживати їжу. Також можливі різні невротичні реакції: страхи, тривожність, некерованість поведінки, заїкання, істерика, фізіологічні реакції енурезу, безконтрольного випорожнення та ін. При складному ступені адаптації у дитини може виникати уповільнення росту і ваги, проблеми у мовленнєвому розвитку [57, с. 116].

Критерієм адаптації є емоційно позитивне ставлення дитини до відвідування закладу дошкільної освіти. Дитина задоволена діяльністю, тим ставленням, яке вона відчуває у ставленні до себе з боку вихователів та ровесників. Важливою є підтримка позитивного емоційного стану дітей у близьких їм видах діяльності, зокрема під час ігрової діяльності, оскільки в них цей стан закріплюється. Якщо у дитини наявне емоційно позитивне

ставлення, вона має внутрішнє бажання відвідувати дитячий садок, швидко адаптується, вона врівноважена, активно бере участь у режимних процесах та видах діяльності, ініціативна, контактна [36].

Критеріями адаптованості є: 1) емоційний стан дитини (афективний, неврівноважений, урівноважений); 2) характер діяльності (самостійна, наслідувальна, повна бездіяльність); 3) ставлення до дорослих та однолітків.

За даними Ю. Аврамчук та Г. Комаревич, «успішне закінчення адаптаційного процесу дитини в умовах ЗДО характеризується: спокійним, бадьорим, веселим настроєм дитини в момент розставання й зустрічей із батьками; урівноваженим настроєм протягом дня, адекватним ставленням до пропозицій дорослих, спілкуванням із ними за власною ініціативою; умінням спілкуватися з однолітками, не конфліктувати; бажанням їсти самостійно; спокійним денним сном у групі до призначеного часу; спокійним нічним сном» [1, с. 18].

До характеристик успішної адаптації дитини до умов ЗДО, за даними Т. Прибори, відносяться: «прояв ініціативи і самостійної поведінки; адекватна поведінка дитини у групі та її соціальна інтеграція в співтовариство однолітків; позитивний або спокійний емоційний настрій; дотримання правил і режимних моментів у дитсадку; адекватна поведінка при розлуці з батьками; приємні взаємини із вихователем» [72, с. 183].

Психолог О. Кононко зауважує, що найпоширенішими проявами дезадаптації є: відсутність позитивної установки на відвідування дитячого садка; не сформованість комунікації (спілкування, ігрової діяльності); хворобливість, різка зміна настрою, загальмованість, прояви роздратування та гніву, замкненість; неадекватна самооцінка, тривога; прояви асоціальної поведінки, необізнаність з конструктивними формами спілкування [45].

За даними досліджень О. Нурєєвої, З. Шейнфельд, хлопчики 3-5-річного віку гірше переносять розлуку з рідними, ніж дівчатка. Крім того, у молодшому дошкільному віці середня тривалість адаптації займає від 2-3

тижнів до місяці. А виникнення у маляти «адаптаційного синдрому» вказує на не готовність дитини до вступу до дитсадка [61, с. 11].

Отже, адаптація дитини до умов ЗДО розглядається як активний процес пристосування дитини до нового середовища, що має прояви фізіологічної, психічної, психологічної і соціальної адаптації. Кожна дитина в період вступу до ЗДО проходить через три фази адаптації: гостра, або період дезадаптації; фаза поступового пристосування; фаза компенсації. Залежно від тривалості і складності перебігу адаптаційного синдрому виділяється три ступені адаптації: легкий, середній чи складний. Успішність адаптації залежить від сукупності важливих чинників, серед яких: вік і стан здоров'я дитини; її особистісні якості; вміння спілкуватися з дорослими та однолітками; навички із самообслуговування; готовність батьків до перебування дітей у дитячому садку та їх підтримка.

1.3. Психологічні особливості адаптації дітей дошкільного віку до умов закладу дошкільної освіти

Дитинство – це особливий період, який функціонує за своїми законами, має власну систему цінностей і стиль життя, часто недоступний до розуміння дорослих, відрізняється специфічними особливостями пізнання навколишнього світу і входження в суспільне середовище. Й одним із головних етапів успішного розвитку особистості дитини стає суспільне виховання у закладі дошкільної освіти, що починається для дитини у дошкільному віці. К. Михайлова і Л. Савченко відзначають позитивний вплив виховання у ЗДО на дітей: «в цей час у малят починають формуватися суспільні взаємовідносини, розвиваються вміння уміння жити і діяти в колективі, тобто суспільне виховання у ЗДО активно і цілеспрямовано впливає на формування майбутнього громадянина» [57, с. 115].

Дослідниця Н. Захарова вказує, що «на успішне призвичаєння дитини дошкільного віку до нового середовища впливає багато чинників: стан її

здоров’я та особливості нервової системи; рівень розвитку комунікативних навичок, обізнаність з різними видами діяльності; а також вміння дорослих забезпечити їй належний спокій і відчуття захищеності; здатність педагогів ЗДО створити сприятливе середовище, що зберігає повноцінне здоров’я дитини та активізує її адаптаційні ресурси» [31, с. 34].

За переконанням К. Михайлової та Л. Савченко, основними чинниками, що впливають на успішність адаптації дітей дошкільного віку до умов ЗДО, є: вік і стан здоров’я дитини; рівень її розвитку; особистісні якості дитини; вміння спілкуватися з дорослими та однолітками; рівень розвитку предметної та ігрової діяльності; вміння самообслуговування, наявність гігієнічних навичок; схожість домашнього режиму до режиму дня у дитсадку; шумовий фон у дитячій групі; незмінність складу команди педагогів-вихователів та їх компетентність з особистісно орієнтованого підходу до дітей; готовність батьків до перебування дітей у дитячому садку та їх підтримка [57, с. 116].

У дитини, яка непідготовлена до нового режиму та ритму життя, виникають такі явища, як «адаптаційний синдром», «адаптаційна хвороба» (Т. Науменко, С. Нечай). Пристосування протікає як погіршення стану здоров’я дитини, виникнення порушень поведінки, погіршення емоційної сфери. Окреслена дезадаптація позначається на всіх рівнях, як психофізіологічному, так і психологічному та соціальному [31; 60].

Науковець Г. Полюхович досліджувала процес адаптації залежно від особистісних властивостей дитини дошкільного віку. Приділяла увагу вивченню темпераменту дошкільників в процесі адаптації. Довела, що діти холеричного і флегматичного типів темпераменту по-різному адаптуються до нових умов ЗДО. В першому випадку потреба дотримуватися режиму дня у ЗДО, неможливість відразу реалізувати свої бажання може стати причиною значно гіршої адаптації дитини порівняно з іншим випадком, коли внутрішній темп і ритм життя дитини впишеться в темп життя закладу дошкільної освіти [68].

Науковці (О. Кононко [44], Ж. Маценко [56] та ін.).вказують на залежність перебігу адаптації від таких чинників, як індивідуально-психологічні особливості, зокрема типи темперамент, типи характеру, і таких властивостей, як стресостійкість і адаптивний потенціал дитини, а також психологічні стани особистості (страх, тривога, депресія тощо). Так, діти із низьким рівнем стресостійкості значно складніше переживають стресову ситуацію, небезпеку. У подоланні негативних наслідків стресових ситуацій та підвищенні стресостійкості особистості допомагають адаптаційні ресурси людського організму при стресі. Важливим ресурсом збереження психологічної стійкості особистості у стресових ситуаціях є соціально-педагогічна підтримка, грамотний психолого-педагогічний супровід адаптаційного процесу. Тому позитивне соціальне оточення може бути одним із найважливіших чинників збереження стресостійкості та полегшення адаптованості дитини [44; 56].

Аналізуючи процес адаптації дітей до умов ЗДО, слід зауважити, що дитина не відразу пристосовується до нового середовища, однолітків та дорослих, вона складно призвичаюється до нового режиму дня. Адаптація дітей до дитсадка, за ствердженням К. Михайлової, Л. Савченко, супроводжується зміною поведінки, іноді розладами сні і апетиту. Часто дитина перебуває у стресовому стані, що може призвести до емоційних порушень та навіть певного сповільнення фізичного чи психічного розвитку [57, с. 115].

На думку Н. Каньоси, найбільше на адаптацію дітей до ЗДО впливає взаємодія дитини з батьками, їх позитивна і доброзичлива установка до вступу маляти до дитсадка. Також важливим чинником успішності адаптації є сформованість навичок самообслуговування у дитини, що ускладнюється через гіперопіку батьків, які привчили дитину чекати, поки дорослі допоможуть помити руки, застібнути куртку, зашнурувати взуття) і цим збіднюють досвід маляти [40, с. 251].

Такі індивідуальні особовості дітей, як вік і стан здоров'я, можуть бути стримуючими чинниками щодо успішності адаптації дитини. Вважається, що найважче адаптують діти до 2 років, а також слабкі за станом соматичного здоров'я. Щодо типу темпераменту, що діти із холеричним типом мають нижчі показники адаптації, ніж діти з флегматичним типом. Для дітей-холериків «необхідність дотримуватися режиму, неможливість одразу реалізувати власні імпульси може стати причиною гіршої адаптації, ніж у дітей-флегматиків, в яких внутрішній темпоритм життя легше впишеться в темп життя дитсадка» [40, с. 251].

Дослідниця Т. Андрєєва вказує, що «адаптація дітей до умов ЗДО потребує пильної уваги педагогів і психолога щодо забезпечення малятам оптимального розвивального середовища, створення позитивного психологічного мікроклімату в групі, коли кожна дитина доглянута, їй приділено достатньо турботи і уваги, коли вона перебуває в хорошому настрої, тобто її психоемоційний стан характеризується як благополуччя» [3, с. 34].

Для успішного процесу адаптації дитини до умов ЗДО необхідно забезпечити їй сприятливе середовище в групі та педагогічний супровід, що за переконанням С. Бурсової, має включати уважне ставлення до кожного новачка у групі, вияв турботи і поваги до дитини. Дослідниця наголошує, що «в адаптаційний період дитина має велику потребу в розумінні, прийнятті, захисті, допомозі, співпереживанні. Тому виникає необхідність впровадження вихователями ідей педагогічної підтримки в освітній процес ЗДО» [11, с. 138].

Т. Гурковська вказує на необхідність забезпечення педагогами всіх потреб дитини-новачка у дитсадку, особливо приділивши увагу створенню безпечного середовища. Науковиця стверджує, що необхідною умовою для повноцінного розвитку дитини є природна потреба у захищеності, що позитивно впливає на легкість засвоєння знань та вмінь, здобутті пізнавального чи практичного досвіду, набутті впевненості у своїх силах. За

відсутності почуття захищеності «дитина втрачає внутрішні сили, не може гратися, не цікавиться оточуючим, її не можна зацікавити іграшками. Саме так поводиться дитина, яка вперше прийшла до дитячого садка й залишилася без мами». При цьому за ствердженням Т. Гурковської, зберегти почуття захищеності у кожного новачка можна, створюючи умови для перебування у групі разом із новачком його мами; забезпечуючи поступовий прийом новачків до групи; продумуючи гнучкий режим перебування новачків у групі; ретельно добираючи педагогів, які працюватимуть у групі дітей-новачків [21, с. 1].

Схожу думку висловлює Н. Шкляр, яка акцентує увагу на необхідності забезпечення комфортного переходу дитини з однієї соціальної ситуації (сімейного виховання) до іншої (суспільного виховання) за максимального збереження її психофізичного здоров'я. Саме тому важливо організовувати у ЗДО безпечне середовище, діагностувати особливості його впливу на емоційну стійкість і комфорт дітей молодшого дошкільного віку. За свідченням Н. Шкляр, «ефективна освітня діяльність неможлива без відчуття емоційного комфорту і захищеності, позитивного світосприйняття й інтересу. Адже дитина, яка з різних причин перебуває у дискомфортному стані, не може активно ввійти до освітнього процесу, засвоїти нові знання і навички, вміння» [82, с. 375].

На думку О. Канарової, для створення у ЗДО сприятливого середовища для гармонійних соціальних контактів дітей з однолітками і дорослими необхідним є забезпечення гуманістичного й довірливого ставлення педагога до кожного вихованця, підвищення його впевненості в собі та власної самооцінки. Відтак важливим завданням педагога є створення для дошкільника такого середовища, де гуманність, співчуття й співпереживання є нормою відносин [39, с. 108].

Предметне середовище ЗДО є одним із чинників, який ускладнює процес адаптації дитини до умов ЗДО. Дитина повинна орієнтуватися в зовнішніх предметних умовах перебування у групі, а саме предметному

середовищі та ігровому середовищі. Зміни оточуючого, предметного середовища та ритму життя впливають на емоційний стан дітей, знижують рівень розгортання предметної діяльності. Середовище ЗДО повинно навпаки сприяти гармонійному розвитку та мати такі компоненти:

1) зовнішнє вираження середовища (колір приміщення, зручність та ергономічність наповнення простору);

2) доцільність та раціональність, послідовність розгортання режимних моментів, які зумовлюють процес перебування у групі;

3) наявність умов для різноманітної змістовної діяльності та зайнятості дітей.

Корегування всіх режимних і побутових процесів, створення максимально комфортних умов може значно полегшити процес адаптації.

Складніше адаптуються діти, схильні до усамітнення й пасивні. Покращити цей процес можна шляхом формування умінь самостійно організовувати свою діяльність, користуватися наявними у групі предметами та іграшками, активна гра з ними. Дезадаптовані діти уникають діяльності з незнайомими іграшками, вони їх не приваблюють, не дають можливості сконцентруватися на розгортанні ігрової взаємодії [33].

Наступним важливим чинником є діяльнісний. Він відображає здатність дитини виконувати дії, що становлять зміст провідної діяльності – ігрової. Оскільки гра є провідним видом діяльності у дошкільному віці, саме всередині неї відбувається найінтенсивніший розвиток усіх сфер особистості. В ігровій діяльності найчастіше виявляються усі конфлікти дітей, формуються моделі поведінки.

Дослідниці переконують, що є тісний зв’язок між розвитком ігрової діяльності дитини та її адаптацією, звиканням до нових умов закладу дошкільної освіти. Так, у дітей, у яких сформовані навички тривалої та різноманітної ігрової діяльності, адаптація протікає достатньо легко, не виникає труднощів у встановленні контактів з дорослими. Високий рівень ігрової діяльності створює позитивний емоційний фон. І навпаки, діти, що не

вміють зосереджуватися на грі, малоініціативні та недопитливі, адаптуються значно важче [36].

Таку ж думку обґрунтовує Л. Артемова. Вона зазначає, що дитині характерний високий рівень активності. Її розвиток у процесі гри забезпечує адаптацію до умов оточуючого середовища. Організація різних видів діяльності, особливо ігрової діяльності, сприяє активному залученню дітей та швидшому пристосуванню до умов закладу дошкільної освіти. Активність дитини в ігровій діяльності вчена вважає показником успішності адаптації [4]. Безпосередня практична та ігрова діяльність сприяє вдосконаленню психічних процесів, оволодінню новими способами та формами діяльності та у кінцевому результаті – гармонізації взаємин з навколишнім середовищем.

Якщо дитина не спроможна виконувати ігрові ролі, розгортати сюжет гри, безконфліктно вирішувати протиріччя, встановлюючи тим самим контакти з однолітками, вона поступово ізолюється від дитячого колективу, залишається осторонь колективних форм організації ігрової діяльності. У такій ситуації, діти зі слабким типом нервової системи стають вразливими, більш схильними до глибоких і тривалих переживань, що тягне за собою виникнення реакцій дезадаптації. Хтось із дітей ізолюється і грається на самоті, а хтось виявляє конфліктність, агресію та демонстративну поведінку.

Успішність пристосування дошкільника до умов ЗДО значно підвищують певні особливості організації адаптаційного процесу для дитини на етапі вступу до дитсадка. Зокрема, важливим є скорочення часу початкового перебування дитини, доцільно починати з декількох годин чи половини дня у перші тижні адаптаційного періоду. Також ефективним є організаційний прийом відвідування групи разом із мамою, що допоможе сформувати позитивний досвід перебування у ЗДО та підвищить мотивацію дитини до спілкування з іншими людьми. Важливо, щоб у групі був люблячий і турботливий вихователь, який ознайомить дитину з умовами

закладу, підтримає її у формуванні позитивних взаємин з іншими дітьми в групі [40, с. 252].

У дослідженні І. Печенко змодельовано змістово-організаційні засади процесу адаптації дитини у закладі дошкільної освіти, що допомагає комплексно розглядати складові цього процесу. Ця модель адаптації включає три етапи, де кожний наступним підсилює новоутворення попереднього:

- Адаптаційно-орієнтаційний етап має на меті формування здатності дитини адекватно орієнтуватися в доступному оточенні, розвиток її особистості в процесі адаптації до умов середовища ЗДО;

- Конструктивно-рефлексійний етап має на меті розвиток активності і самостійності, відповідальності дітей, формування їх вмінь рефлексійного аналізу своїх дій, станів, намірів; підвищення їх готовності самостійно вирішувати завдання спілкування і взаємодії з однолітками і дорослими; формування у малят емоційно-чуттєвого ставлення до навколишнього світу, орієнтації в цінностях добра, краси, гуманності, збагачення їх адаптаційного потенціалу;

- Соціально-зорієнтований етап спрямований на мету формування у дошкільників інтересу до соціуму і культури, збагачення їх уявлень про довкілля і своє місце в ньому, формування соціальної компетентності дітей, що ґрунтується на усвідомленій участі дітей у загальних з дорослими добрих справах [66, с. 10-11].

На думку Н. Захарової, перебіг адаптації дитини молодшого дошкільного віку до дитсадка залежить від позиції дорослих – батьків і вихователів, психолога ЗДО. Опираючись на цю думку, дослідниця розробила комплексну адаптаційно-розвивальну технологію, що включає три напрями роботи – адаптаційну програму для дітей, семінар-практикум для вихователів та освітньо-тренінгову програму для роботи з батьками малят в адаптаційний період [31, с. 35].

На основі теоретичного аналізу праць С. Бурсової [10], К. Михайлової [57], І. Печенко [65] та ін. встановлено, що успішна адаптація

дітей дошкільного віку до умов ЗДО забезпечується за допомогою дотримання наступних психолого-педагогічних умов:

1) розширення кола соціальних контактів дитини, залучення її до спілкування з однолітками і дорослими; врахування органічних потреб та поступове привчання до режиму ЗДО, залучення до активної участі в режимних моментах;

2) забезпечення єдності сімейного і суспільного виховання, єдності вимог, які пред'являються до дитини з боку батьків і педагогів;

3) організація різноманітної і змістовної діяльності у відповідності до інтересів та потреб дитини;

4) своєчасне засвоєння дитиною соціального досвіду нового середовища;

5) збереження та розвиток повноцінного фізичного, психічного та соціального «Я» дошкільника;

6) забезпечення емоційної комфортності, задоволення від перебування в дитсадку;

7) підготовка педагогів до управління процесом адаптації дітей [10; 57; 65].

При цьому, як зазначають Ю. Аврамчук, Г. Комаревич, «необхідними умовами забезпечення успішної адаптації дитини дошкільного до умов ЗДО є:

- співпраця і координація зусиль вихователів, психолога, логопеда та інших працівників дитсадка;

- встановлення довірливого особистого контакту педагога із кожною дитиною, прояви індивідуальної турботи і надання допомоги;

- проведення педагогом-вихователем ритуалів щоденної зустрічі й прощання з кожною дитиною;

- сприяння об'єднанню дітей у процесі спілкування, що сприятливо впливає на закладання традицій групових взаємин;

- систематична підтримка інтересу дитини в діяльності, підвищення її впевненості в собі, своїх силах, самостійності, ініціативності;

- розроблення індивідуального режиму адаптації дитини до умов ЗДО (індивідуальні спостереження за ступенем адаптації);

- створення для дитини психологічного комфорту: прояви радості, турботи, уваги, чуйності, доброзичливого ставлення до неї;

- врахування індивідуальних особливостей дитини дошкільного віку;

- формування в дитини адекватних форм спілкування з дорослими й однолітками» [1, с. 17-18].

Психологічні дослідження науковців (К. Карасьова, Т. Піроженко, Р. Шулигіна та ін.) підтверджують, що адаптація дітей дошкільного віку до умов ЗДО відбувається значно легше за умови включення малят у різні види діяльності: предметно-практичну, ігрову, комунікативну, музично-театралізовану та ін.

Найбільш ефективною щодо адаптаційно-розвивальних можливостей дітей є саме **ігрова діяльність.** Вибір гри як ефективного засобу адаптації дітей молодшого дошкільного віку до умов ЗДО пояснюється її розумінням як провідного виду діяльності, як розвивального середовища для малят і як способу залучення дитини до соціальних відносин з однолітками. За ствердженням М. Марценюк, К. Левицької, «на 4-5 роках життя у дитини відбувається зміна провідної діяльності на суто ігрову, що має типову характеристику сюжетності, їй властиві наявність кількох ігрових ролей, дотримання ігрових правил, використання предметів у грі, спілкування з іншим гравцем, розуміння дитиною особистісного смислу ігрового дійства» [53, с. 102].

У дослідженні Т. Кравченко встановлено, що «ігрова діяльність є провідним засобом соціальної адаптації дітей, що впливає на дезадаптивні психічні стани тривожності, емоційної напруженості, допомагає долати депресивні настрої, психічну й соматичну втомлюваність. Впливаючи на мотиваційно-потребову сферу, гра задовольняє потреби дітей у

самовираженні, підтриманні соціальних зв'язків, зниженні напруження соціально прийнятним шляхом» [46, с. 24].

Як вказують І. Литвин, Т. Замедянська, «основне завдання ігор в адаптаційний період – налагодити емоційний контакт з дитиною, викликати її довіру до вихователя. Дитина має побачити у вихователі добру, турботливу людину, завжди готову допомогти (як мама), і водночас цікавого партнера для гри» [50, с. 45].

Н. Захарова зауважує, що «через гру пом’якшуються адаптаційні труднощі, оптимізується процес пристосування до нових умов. Гра є ефективним засобом адаптації до обставин життя, нейтралізації стресових навантажень, вона допомагає долати скутість та напруженість дітей, знімати психологічний захист» [33, с. 55]. А тому саме гра є найбільш ефективним засобом оптимізації процесу адаптації дітей дошкільного віку до освітнього простору закладу дошкільної освіти.

Дослідниці М. Айзенбарт і Н. Кубата вказують, що «у грі діти з власної ініціативи вступають у різні контакти між собою», а позитивними характеристиками впливу гри на дітей дошкільного віку вони вважають «емоційну привабливість, що забезпечує мотивацію до позитивного взаємодії з соціумом, а також практичну спрямованість на творчість, що дає можливість самореалізації для кожної дитини» [49, с. 55].

І. Литвин, Т. Замедянська наводять правила організації ігор з дітьми-новачками в період адаптації малят у групі дитсадка:

1) участь кожного учасника гри має бути добровільною;

2) дорослий є безпосереднім учасником гри і залучає дітей своїми діями до ігрової діяльності;

3) багаторазове повторення ігор є необхідною умовою розвивального та заспокійливого ефекту;

4) дорослий не має оцінювати дії дітей, не можна використовувати такі слова як «Ти зробив неправильно» [50, с. 45-46].

Зважаючи на нестійкість уваги дітей, М. Марценюк і К. Левицька радять проводити з дітьми в період адаптації до ЗДО короткі ігри по 5-10 хв. кожна, щоб діти не втрачали інтерес, а розпочаті ігрові дії тримали логічне завершення [53, с. 104].

Крім того, до рекомендацій з організації ігор у молодшій групі ЗДО в період адаптації новеньких дітей у групі М. Марценюк і К. Левицька відносять:

1) не варто починати гру з дітьми перед сном чи перед вживанням ними їжі, щоб не переривати гру і запобігти труднощам з відновленням ходу гри;

2) при плануванні дидактичних ігор потрібно заздалегідь підготувати необхідний ігровий матеріал для кожної дитини;

3) слід контролювати перебіг розвиваючої гри, і не примушувати дитину засвоювати більше, ніж вона може;

4) варто привчати дітей до охайності, сформувати у них розуміння, що після закінчення гри вони мають привести в порядок своє робоче місце. Це також можна організувати у формі веселої гри [53, с. 104].

За ствердженням К. Михайлової, Л. Савченко, в сучасних дитсадках для адаптації дітей молодшого дошкільного віку часто використовують різні види ігор – адаптаційні ігри, ігри з водою, тістом; ігри-розваги; ігри-заняття; ігри-подорожі; сюжетні ігри. Також ефективними є інноваційні технології, які сприяють швидшій адаптації малят до умов ЗДО: арт-терапія, пісочна терапія, складання авторських казок (казкотерапія). Досить цінними у цьому процесі є інтегровані заняття для дошкільників, наприклад, заняття із зображувальної та конструктивної діяльності та ін. [57, с. 117].

Дослідниця Н. Захарова стверджує, що «сюжетно-рольові та рухливі, театралізовані ігри, етюди, ігрові завдання сприяють утворенню зв’язків між дітьми в адаптаційний період, знімають напругу і тривогу, зменшують страх перед оточенням, надають змогу перевірити себе в різних ситуаціях спілкування з однолітками та дорослими» [33, с. 53-54].

До умов ефективності застосування ігор у процесі адаптації дітей до умов ЗДО М. Марценюк та К. Левицька відносять:

1) використання великої кількості різноманітних ігор в педагогічному процесі, що задовольнить потребу дітей у грі;

2) збагачення життєвого досвіду дошкільників знаннями і враженнями через залучення їх до гри;

3) обережне і тактовне спрямування гри, відсутність примусу для дітей, збереження їх ініціативності та самостійності у грі;

4) вміння педагога організувати самостійну діяльність дітей та підтримувати їх активність в ігровому середовищі;

5) створення необхідних умов для індивідуальних і колективних ігор малят;

6) вдалий підбір ігор та необхідних іграшок, доцільного ігрового обладнання для рольових ігор дітей [53, с. 103].

Для гармонійного розвитку соціальних контактів дошкільників між собою, пришвидшення адаптації дітей до дитсадка М. Федорова рекомендує використовувати «наступні форми і методи роботи з дошкільниками: читання та обговорення казок, оповідань, складання казок, аналіз конфліктних ситуацій, малювання на тему казки, танцювально-рухові вправи для виявлення своїх вражень від прочитаних творів, проведення різноманітних тематичних днів та тижнів («Тиждень дружби і добра», «Чи важко бути хорошим другом», «Давайте жити дружно»), занять театрального гуртка «У світі казки» тощо» [78, с. 138-139]. Для зміцнення умінь та навичок соціально прийнятної поведінки у різних ситуаціях перебування у дитсадку дослідниця рекомендує запровадити практикум «Азбука етикету», де заняття проводяться у вигляді ігор-подорожей [78, с. 139].

За даними Н. Каньоси, «робота з дітьми в період адаптації до дитсадка включає спостереження за ними, організацію ігор для зняття емоційного напруження, виконання колискових перед засинанням, застосування елементів казкотерапії» [40, с. 250].

Важливе значення для адаптації дошкільника має також і спільна його діяльність з однолітками та дорослими. Спільна діяльність дошкільника з дорослими – батьками, ріднею та вихователями має більш створюючий характер, який полягає у створенні зразків поведінки у дитини на основі спостереження за дорослими. Під час спільної діяльності відбувається навчання дошкільника, при чому навчається він не тільки шкільним знанням, а й загально-маральним цінностям.

Спільна діяльність дошкільника з однолітками відбувається під час їх основного виду діяльності – гри, під час якої і формуються навички міжособистісної взаємодії. Діти вчаться знаходити вихід з конфліктних ситуацій, вчаться відстоювати свою думку (і не тільки думку, а й речі). Також під час гри із однолітками формуються і професійні та соціально-рольові уподобання дітей. Вони грають у «магазин», «школу», де кожна дитина може створити свій образ відповідно до того, як бажає.

Отже, спільна діяльність дошкільників з іншими людьми однозначно має виховуючий, створюючий та формуючий характер, який полягає у соціальному розвитку дитини, усвідомленні нею своєї соціальної ролі та успішному входженні у соціальне середовище.

Отже, до чинників соціально-психологічної адаптації до закладу дошкільної освіти також відносяться стан здоров’я, стиль виховання в сім’ї, родинні взаємини, рівень розвитку в дитини ігрових навичок, її контактність, доброзичливість, емоційна залежність від матері.

Особливості вирішення проблеми адаптації дитини дошкільного віку до умов ЗДО базуються на використанні різних методів і засобів, до яких відносяться ігрова, музична, театралізована терапія, спілкування з дорослими й однолітками, спільна діяльність дітей, дитини з батьками, дитини з вихователями та інші. За умови врахування індивідуальних особливостей дітей та активного застосування вищевказаних методів роботи з ними можна досягти успішної соціальної адаптації дошкільників.

Висновки до розділу 1

Проведений теоретичний аналіз психологічних особливостей адаптації дітей дошкільного віку до закладу дошкільної освіти дав змогу зробити наступні висновки:

Як вдалося встановити, соціальна адаптація дошкільників має багатофункціональний характер, який проявляється в тому, що адаптація є засобом оптимізації відносин дитини з соціальним довкіллям.

В ході аналізу особливостей адаптації дошкільників до соціального середовища ми дізналися, що молодший дошкільний вік характеризуються значними адаптаційними складнощами, адже ці діти ще не можуть успішно адаптуватися у спілкуванні з оточуючими, встановлювати зв'язки між явищами і відносинами, їм дуже складно знаходити спільну мову з однолітками. Старший дошкільний вік характеризується вищими адаптаційними ознаками, зокрема, до них відносяться усвідомлення соціальної ролі, розуміння нового періоду власного життя; уміння пристосовуватися до життя в ЗДО; особиста активність у встановленні взаємодії з дорослими та однолітками, дотримання норм поведінки та правил групи тощо.

Цінним засобом покращення адаптації є створення сприятливого освітнього середовища в закладі дошкільної освіти, цілеспрямована робота з розширення кола соціальних контактів дошкільників, залучення їх до спільних ігор та комунікативної діяльності, проведення з ними бесід, читання та обговорення творів художньої літератури. Одним із найголовніших засобів підвищення адаптації дітей до умов ЗДО є вміле використання ігрової діяльності дошкільників, залучення дітей до спільних рольових ігор, навчання взаємодіяти з іншими дітьми в процесі виконання поставлених пізнавальних та ігрових завдань. Також адаптація дошкільника розвивається у музично-театралізованій діяльності, яка сполучає в собі можливість для

участі дитини у творчості, вивчення нею певних правил поведінки та залученням до світу прекрасного.

Крім того, важливе значення для розвитку соціальних вмінь і навичок дошкільників має спілкування і спільна діяльність дітей з однолітками і дорослими – батьками і вихователями. Саме у соціальних контактах у дитини формується уявлення про взаємовідносини між людьми, про особливості поведінки в соціумі, про моральні та загальнолюдські цінності.

Отже, для розвитку успішної адаптивної здатності дошкільника варто застосовувати всі можливі засоби і методи, оптимізувати його взаємодію з іншими людьми, сприяти встановленню доброзичливої та дружелюбної атмосфери під час спілкування та спільної діяльності.

РОЗДІЛ 2
МЕТОДИКА ОРГАНІЗАЦІЇ ТА ПРОВЕДЕННЯ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ

2.1. Стратегія та організація емпіричного дослідження

Для практичного вивчення психологічних особливостей адаптації дітей до ЗДО організовано експериментальне дослідження. Метою дослідження є емпірично дослідити психологічні особливості процесу адаптації дітей до закладу дошкільної освіти.

Для виконання вказаної мети визначено наступні цілі, що відповідають трьом етапам дослідження:

1) дослідити стан адаптації дошкільників до умов ЗДО (цілі констатувального етапу дослідження);

2) розробити програму психологічної роботи з підвищення адаптації дітей до ЗДО (цілі формувального етапу дослідження);

3) перевірити ефективність проведеної психологічної роботи з підвищення адаптації дітей до ЗДО (цілі контрольного етапу дослідження).

Відповідно до поставлених локальних цілей на різних етапах проведення дослідження виконано такі завдання:

1. *На констатувальному етапі дослідження:*

- Проаналізовано теоретико-методологічні засади дослідження психологічних особливостей адаптації дошкільників до умов ЗДО;
- Визначено базу проведення дослідження, вибірку опитуваних, обрано методично-діагностичний інструментарій;
- Проведено спостереження за поведінкою дітей під час занять та у вільний час, проаналізовано особливості їх активності у ході навчально-виховного процесу, опитано батьків дошкільників та вихователів, інтерпретовано отримані результати;

- Сформовано висновки про рівні адаптації дітей дошкільного віку до умов ЗДО, визначено потребу проведення психологічної роботи з більшою частиною дошкільників.

2. *На формувальному етапі дослідження:*

- Проаналізовано методику використання засобів психологічної роботи для підвищення адаптації дошкільників до умов ЗДО;
- Розроблено і впроваджено програму психологічної роботи з підвищення адаптації дітей до ЗДО з дітьми експериментальної групи;

3. *На контрольному етапі дослідження:*

- Проведено повторне спостереження за проявами активності дошкільників під час занять та у вільний час, опитано батьків дітей та вихователів;
- На основі аналізу отриманих результатів встановлено покращені дані щодо показників адаптації дітей дошкільного віку до умов ЗДО;
- За допомогою порівняння результатів констатувального та контрольного етапів дослідження встановлено ефективність впровадження розробленої програми психологічної роботи з підвищення адаптації дітей до ЗДО.

Під час аналізу теоретико-методологічних засад здійснення діагностичного обстеження дошкільників щодо їх адаптації до умов ЗДО було встановлено, що на думку О. Міхєєвої, робота психолога щодо визначення особливостей адаптації дошкільників включає в себе три етапи:

1) первинна діагностика із залученням анкетування батьків та вихователів, спостереження психолога. На цьому етапі можна використовувати методику визначення рівня контактності особистості старшого дошкільника, методику вивчення процесу формування уявлень дитини про себе; анкети діагностики показників психосоціального розвитку та фізіологічної адаптації;

2) проведення корекційно-розвивальної роботи;

3) та повторна діагностика-анкетування батьків про успішність адаптаційної роботи педагогічного складу ЗДО [58].

Діагностичні результати особливостей адаптації дошкільників є основою для створення корекційно-розвивальної роботи з дітьми, спрямованої на оптимізацію їх входження у соціум.

Відповідно до вищевказаного на констатувальному етапі емпіричного дослідження підібрано психодіагностичні методики, визначено вибірку опитуваних дітей та їх батьків і вихователів, проведено опитування дошкільників, проаналізовано отримані результати та встановлено потребу проведення психологічної роботи з підвищення показників адаптації дітей до умов ЗДО.

Вибірку опитуваних склали: 2 групи дітей дошкільного віку у кількості по 30 дітей в кожній групі (група 1 «Дослідники» і група 2 «Винахідники»). Також в процесі дослідження було опитано вихователів цих дошкільників.

Процедура проведення дослідження включала встановлення довірливої атмосфери взаємодії з дітьми, проведення індивідуальних бесід з ними, опитування вихователів дошкільників. Для опрацювання результатів дослідження використано методи якісного та кількісного аналізу, порівняння, узагальнення, визначення середніх арифметичних значень, відсоткових співвідношень.

2.2. Методики емпіричного дослідження психологічних особливостей адаптації дітей до закладу дошкільної освіти

Для проведення дослідження обрано наступні психодіагностичні методики:

- «Лист психологічної адаптації» (Л. Васильєва, О. Махновська, О. Яковлєва) (для дослідження психологічних особливостей адаптації – емоційного стану, соціальних контактів з дітьми і дорослими, пізнавальної та ігрової діяльності, реакції на зміну звичної ситуації) (додаток А);

- «Картка адаптації дошкільника» (О. Каліман) (для дослідження психофізичного критерію адаптації дітей до умов ЗДО) (додаток Б);
- «Діагностика рівнів адаптації дітей до дошкільного навчального закладу» (С. Бурсова) (для дослідження фізіологічних показників адаптації, особливостей ставлення дітей до пізнавальної діяльності, активності в комунікативній діяльності, характерних проявів емоційних станів та поведінки дошкільників) (додаток В);
- «Методика визначення рівня контактності дошкільника» (О. Міхєєва) (для визначення одного з компонентів соціальної адаптації – вміння контактувати з оточуючими людьми) (додаток Г).

Опишемо особливості використання обраних психодіагностичних методик дослідження адаптації дошкільників до умов ЗДО.

«Лист психологічної адаптації» (Л. Васильєва, О. Махновська, О. Яковлєва) (додаток А) призначений для дослідження психологічних особливостей адаптації. Авторами опитувальника пропонується проведення вихователем групи спостереження за дітьми дошкільного віку та аналіз таких показників психічного здоров’я, як: емоційний стан; соціальні контакти з дорослими та з дітьми; пізнавальна та ігрова діяльність; реакція за зміну звичної ситуації.

Вихователь заповнює «лист психологічної адаптації», позначаючи дані дитини, її ім’я, дату народження, дату вступу до ЗДО, групу здоров’я, антропометричні дані (зріст, вага, захворювання), індивідуальні особливості, звички. Також відзначає в таблиці за кожен день до 25 днів прояви (в балах) емоційного стану, соціальних контактів з дітьми і дорослими, пізнавальної та ігрової діяльності, реакції на зміну звичної ситуації.

При виставленні балів послуговується таблицею «Оцінка параметрів адаптації», де наведено характеристики:

1. Емоційний стан – 3 бали – позитивний; 2 бали – нестійкий; 1 бал – негативний;

2. Соціальні контакти з дітьми – 3 бали – дитина ініціативна, контактна; 2 бали – вступає в контакт за підтримкою дорослого; 1 бал – дитина пасивна, може застосовувати реакцію протесту;

3. Соціальні контакти з дорослими – 3 бали – дитина ініціативна, контактна; 2 бали – приймає ініціативу дорослого; 1 бал – у дитини спостерігається реакція протесту, вона уникає контакту з дорослим;

4. Пізнавальна й ігрова діяльність – 3 бали – активна, проявляє інтерес; 2 бали – дитина активна за підтримкою дорослого; 1 бал – пасивна, реакція протесту;

5. Реакція на зміну звичної ситуації 3 бали – прийняття; 2 бали – тривожність; 1 бал – не прийняття.

За сумою балів за всіма показниками психічного здоров'я дитини на етапі її адаптації до ЗДО робиться висновок про ступінь адаптації:

16-20 балів – легка адаптація, зазвичай цей процес відбувається протягом 15 днів.

15-11 балів – середня адаптація, яка може тривати 15-25 днів.

7-10 балів – важка адаптація, яка триває більше 25 днів [14, с. 115-116].

Методика «Картка адаптації дошкільника» (О. Каліман) (додаток Б) призначена для дослідження психофізичного критерію адаптації дітей до умов ЗДО, що визначається за характерними показниками емоційного стану дитини, її комунікабельності, сну, апетиту.

Вихователем або психологом проводиться спостереження за поведінкою дитини кожен день протягом восьми тижнів та позначаються за допомогою балів від 3 до 0 такі показники адаптації: емоційний стан, комунікабельність, сон, апетит. Де 3 бали – оптимальні показники, 2 бали – середні прояви, а 1 бал – не стійкі показники, 0 балів – негативні показники, свідчення дезадаптації.

Оцінювання здійснюється відповідно до наведеної в методиці схеми, де помітивши ті чи інші прояви, дослідник помічає в бланку знаком «++» 3 бали, знаком «+» 2 бали, знаком «+-» 1 бал, і знаком «-» 0 балів. За підрахунком

балів за всіма показниками та О. Каліман пропонує так визначати сформованість психофізичного критерію адаптації дошкільників до ЗДО:

7-9 балів – високий рівень адаптації, дитина має бадьорий настрій, стійкий емоційний стан протягом дня, виявляє інтерес до спілкування з дорослим та однолітками, має міцний сон і гарний апетит.

4-6 балів – середній рівень адаптації, дитина виявляє не стійкий емоційний стан, при розставанні з батьками плаче, але швидко заспокоюється; спілкується з дорослим ситуаційно, у контактах з однолітками малоініціативна. Має тривалий сон та нормальний апетит, дозволяє себе нагодувати.

0-3 бали – низький рівень адаптації, дитина має змінний емоційний стан, часто і довго плаче. Уникає контактів з дорослим та однолітками, сон складний, не тривалий, або відсутній. Має поганий апетит, не їсть, не дозволяє себе нагодувати [38, с. 39-40].

Методика «Діагностика рівнів адаптації дітей до дошкільного навчального закладу» (С. Бурсова) (додаток В) призначена для дослідження фізіологічних показників адаптації, особливостей ставленні дітей до пізнавальної діяльності, активності в комунікативній діяльності, характерних проявів емоційних станів та поведінки дошкільників).

На думку С. Бурсової, адаптованість дітей до ЗДО можна визначати у площині фізіологічного (задовільний, незадовільний соматичний стани), психоемоційного (позитивний стан психіки, задоволеність, негативні емоції), соціального (пізнання оточуючого середовища, ефективність у сфері спілкування, діяльності) та психологічного (адекватність поведінки, залучення до спільних ігор та діяльність з ровесниками та дорослими) благополуччя [12, с. 265].

С. Бурсова визначила такі критерії і відповідні їм показники адаптації дошкільників до умов ЗДО:

1. Фізіологічні показники (загальний стан організму, частота та тривалість захворювань, особливості апетиту, рухова активність, особливості процесу засипання, перебігу та тривання денного сну);

2. Ставлення до пізнавальної діяльності (активність в ігровій діяльності, інтерес до навчально-виховного процесу);

3. Комунікативна діяльність (мовна активність, взаємодія з дорослими та з однолітками, соціальні навички);

4. Характеристика емоційних станів (поведінка дитини у момент розтавання з батьками, загальний емоційний стан, мотиваційна готовність до відвідування дошкільного навчального закладу, перевага негативних чи позитивних емоцій) [12, с. 266].

В процесі дослідження провели спостереження за поведінкою дітей, а також ми пропонували вихователям заповнити бланк методики, де були вказані характеристики високого, середнього і низького рівнів прояву кожного із названих критеріїв (помітили їх балами від 3 до 1).

Відповідно до набраної суми балів можна визначити рівень адаптації дошкільника:

11-12 балів – високий рівень адаптації;

7-10 балів – середній рівень адаптації;

4-6 балів – низький рівень адаптації.

За характерними проявами показників адаптації С. Бурсова змогла виділити три рівні (типи) дітей з наступними характеристиками:

І група дітей – діти з високим рівнем адаптації. До цієї групи були віднесені вихованці, загальний стан організму яких у нормі, вони рідко піддається вірусним захворюванням, активні, мають гарний апетит, їх сон глибокий, тривалий, характер засипання – швидкий, вміють самостійно задовольняти свої природні потреби; активно приймають участь у різних видах діяльності, проявляють зацікавленість довколишнім; діти активні у спілкуванні з однолітками та вихователем, у них сформовані соціальні навички; вони спокійні, урівноважені, контролюють свої емоції та настрій,

часто усміхаються, їх реакції позитивно забарвленні, мають адекватне уявлення про дитячий садок, впевнені у собі, доброзичливі, задоволені новим соціальним оточенням, своїм місцем та роллю в ньому.

ІІ група дітей – діти не мають значно вираженого зниження захисних сил організму, хворіють рідко, без ускладнень, періодами спостерігається погіршення сну та апетиту, їх рухливість залежить від настрою; вони не завжди зайняті діяльністю, часто спостерігаються ігри на самоті; мова загальмована, але діти йдуть на контакт у відповідь чи прохання чи вказівки вихователя, у них спостерігаються наявність певної напруженості у взаєминах з оточенням та у спілкуванням з дітьми; вони не завжди контролюють свої емоції та настрій, швидко переходять від одного емоційного стану до зовсім іншого, можуть з’являтися ознаки невротичних реакцій: вибірковість у ставленні до дорослих і однолітків, спілкування лише за певних умов, але в цілому діти задоволені відвідуванням дитячого садка. Не схильні до асоціальних форм поведінки.

ІІІ група дітей – діти з низьким рівнем адаптації: у дітей спостерігається загальне ослаблення організму, вони мляві, малорухливі, сон не глибокий, процес засипання неспокійний, можливий з додатковими впливами, діти часто хворіють, можливі ускладнення, спостерігаються відмови від їжі (особливо вранці), в багатьох випадках можуть виникати функціональні порушення випорожнень; дітей важко залучити до групових ігор, під час заняття вони пасивні, не намагаються досліджувати нове оточення; мовлення не активне, майже завжди пов’язане із спогадами про близьких та їх приходом до дошкільного навчального закладу, ставлення дитини до близьких – емоційно-збуджене (плач, крик під час розлучення), а до дітей, як правило, байдуже; наявні різкі зміни настрою, часті вибухи гніву та роздратованості, активний емоційний стан в основному проявляється в плачі та крику, часто спостерігаються прояви нервового збудження, поведінка дитини може межувати з невротичним станом, під час періоду неспання дитина пригнічена, немає настрою, тривалий час плаче [12, с. 269].

«Методика визначення рівня контактності дошкільника» (О. Міхєєва) (додаток Г) призначена для визначення одного з компонентів соціальної адаптації – вміння контактувати з оточуючими людьми.

Включає три серії завдань, під час першої серії дитині пропонується обрати із семи якостей дві найбільш привабливі (передбачається, що дитина обираю їх на основі власної самооцінки, або ж хоче володіти цими якостями). На другу серію завдань дитина має обрати, в яку сторону покотиться кулька – до неї, чи від неї (вправо-вліво). Тут діагностується, чи очікує дитина контакту з дослідником, чи готова до взаємодії з ним.

Третя серія завдань передбачає опитування дитини дошкільного віку на 10 запитань, де вона повинна відповісти «так» або «ні». Питання стосуються улюблених занять дитини, її можливостей у встановленні контактів з іншими людьми, активності у спільній ігровій діяльності, поведінки з друзями тощо.

Далі за методикою О. Міхєєвої передбачається підрахунок балів за кожну серію завдань (пропонуються свої бали), і на основі суми балів робиться висновок про рівень контактності дошкільника [58].

Пропонуємо модифікований варіант підрахунку балів, доступніший і простіший до використання при обробці отриманих результатів опитування дошкільників.

Перша серія. За вибір якостей: «1 – веселий»; «5 – чесний»; «6 – захищає маленьких»; «7 – працелюбний» – нараховується по 2 б.

За вибір якостей: «2 – розумний»; «3 – красивий»; «4 – сміливий» – по 1 балу. За відмову вибору – 0 балів.

За цією серією завдань визначаємо *«сформованість позитивної самооцінки, розуміння своїх якостей, що виявляються у спілкуванні з іншими».* Таким чином, позитивна самооцінка – 4 бали, нейтральна самооцінка – 2 бали, негативне самооцінювання – 0 балів.

Друга серія оцінюється з позиці врахування активності дитини при виконанні завдання. Якщо дитина вважає, що кулька покотиться вправо (в її сторону) – то вона готова до контакту з дослідником – нараховується 2 б.

А якщо вліво – (від неї) – то вважається, що вона не готова до контакту з дослідником (0 б.). За цією серією завдань визначається показник *«готовності до взаємодії з дорослим».*

Третя серія – враховується загальна сума балів, що вказує на контактність дитини, а також її окремі відповіді на питання. Ствердні відповіді на питання оцінюються по 2 бали, заперечні – по 0 балів. Коли дитина вагається з відповіддю, ставиться 1 бал. Так визначається показник *«вміння контактувати з оточуючими людьми, ініціювати діалогічне спілкування з однолітками, запрошувати до спільної гри».* За сумою балів при виконанні цього завдання визначаються рівні вміння контактувати з однолітками: 18-20 балів – високий; 11-17 балів – середній; 0-10 балів – низький.

Загальний рівень контактності дошкільника визначається за загальною сумою балів за всіма трьома серіями: 24-26 балів – високий рівень контактності з іншими людьми; 11-23 бали – середній рівень контактності; 0-10 балів – низький рівень контактності [58].

Вважаємо, що використання обраних методик допоможе встановити психологічні особливості адаптації дітей дошкільного віку до закладу дошкільної освіти.

Висновки до розділу 2

На основі методологічного аналізу особливостей організації дослідження адаптації дітей до умов ЗДО з’ясовано, що робота психолога щодо визначення особливостей адаптації дошкільників включає в себе три етапи: 1) первинна діагностика із залученням анкетування батьків та вихователів, спостереження психолога. На цьому етапі можна використовувати методику визначення рівня контактності особистості старшого дошкільника, методику вивчення процесу формування уявлень дитини про себе; 2) проведення корекційно-розвивальної роботи; 3) та

повторна діагностика-анкетування батьків про успішність адаптаційної роботи педагогічного складу ЗДО. Діагностичні результати особливостей адаптації дошкільників є основою для створення корекційно-розвивальної роботи з дітьми, спрямованої на оптимізацію їх входження у соціум.

На початку проведення дослідження визначено мету емпіричного дослідження, названо завдання констатувального, формувального та контрольного етапів, сформовано вибірку опитуваних дітей та обрано психодіагностичний інструментарій. Вибірку опитуваних склали: 2 групи дітей дошкільного віку у кількості по 30 дітей в кожній групі (група 1 «Дослідники» і група 2 «Винахідники»). Також в процесі дослідження було опитано вихователів цих дошкільників.

В процесі емпіричного дослідження використано наступні психодіагностичні методики:

- «Лист психологічної адаптації» (Л. Васильєва, О. Махновська, О. Яковлєва) (для дослідження психологічних особливостей адаптації – емоційного стану, соціальних контактів, пізнавальної та ігрової діяльності, реакції на зміну звичної ситуації);
- «Картка адаптації дошкільника» (О. Каліман) (для дослідження психофізичного критерію адаптації дітей до умов ЗДО);
- «Діагностика рівнів адаптації дітей до дошкільного навчального закладу» (С. Бурсова) (для дослідження фізіологічних показників адаптації, особливостей ставлення дітей до пізнавальної діяльності, активності в комунікативній діяльності та ін.);
- «Методика визначення рівня контактності дошкільника» (О. Міхєєва) (для визначення вміння контактувати з оточуючими людьми).

Процедура проведення дослідження включала проведення індивідуальних бесід з дітьми, опитування дошкільників та їх вихователів. Для опрацювання результатів дослідження використано методи якісного та кількісного аналізу, порівняння, узагальнення, визначення середніх арифметичних значень, відсоткових співвідношень.

РОЗДІЛ 3
АНАЛІЗ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПРОЦЕСУ АДАПТАЦІЇ ДІТЕЙ ДО ДОШКІЛЬНОГО ЗАКЛАДУ

3.1. Опис результатів емпіричного дослідження

Представимо отримані результати опитування дітей дошкільного віку та їх вихователів щодо проявів показників адаптації дошкільників до умов ЗДО. Використовуючи опитувальник «Лист психологічної адаптації» (Л. Васильєва, О. Махновська, О. Яковлєва) (додаток А) у дослідженні ми аналізували такі показники адаптації дітей дошкільного віку, як прояви їх емоційного стану і настрою, активність у соціальних контактах з дітьми і дорослими, поведінка під час пізнавальної та ігрової діяльності, реакції на зміну звичної ситуації. На основі цих даних встановили три рівні адаптації дітей до умов дитсадка – легка, середня і важка адаптація (рис. 3.1.).

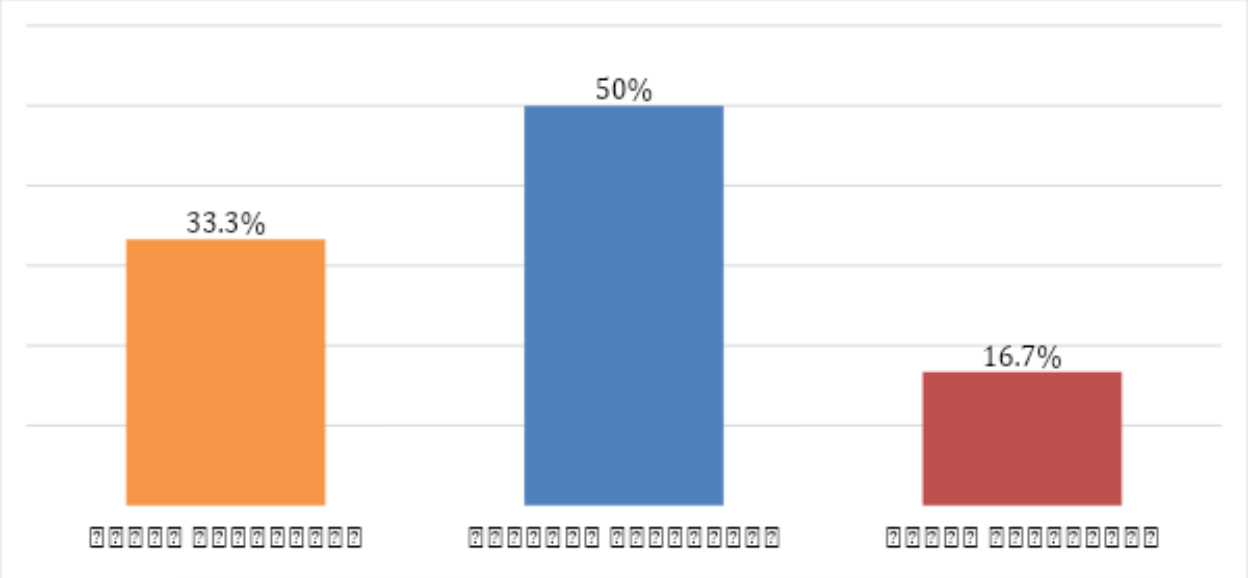


Рис. 3.1. Ступені адаптації у дітей дошкільного віку (за опитувальником Л. Васильєвої, О. Махновської, О. Яковлєвої)

У третини дошкільників виявлено легку адаптацію (33,3%), ці діти активні та ініціативні у контактах з дорослим та однолітками. Вони мають

гарний емоційний стан і настрій, проявляють інтерес до ігрової діяльності, на зміну звичної ситуації реагують адекватно, проявляють прийняття.

У половини дошкільників виявлено середню адаптацію (50%), вони демонструють нестійкий настрій та емоційний стан, вступають в контакт за підтримкою дорослого, в ігровій діяльності малоініціативні. На зміну звичної ситуації реагують тривожністю.

У решти дітей встановлено прояви важкої адаптації (16,7%), яка триває більше 25 днів. Дошкільники пасивні, уникають контактів з дорослим, у спілкуванні з дітьми пасивні. В пізнавальній та ігровій діяльності пасивні або можуть демонструвати реакцію протесту. Зазвичай у цих дітей переважає негативний емоційний стан, вони протестують на зміну звичної ситуації, часто реагують негативно, не приймають нових умов діяльності.

Представимо отримані результати опитування дітей двох груп (група 1 «Дослідники» і група 2 «Винахідники») за використаним опитувальником «Лист психологічної адаптації» (табл. 3.1.).

Таблиця 3.1.

Ступені адаптації у дітей дошкільного віку (за опитувальником Л. Васильєвої, О. Махновської, О. Яковлєвої)

Ступені адаптації	Всього (60 дітей)		Група 1 «Дослідники» (30 дітей)		Група 2 «Винахідники» (30 дітей)	
	осіб	%	осіб	%	осіб	%
Легка адаптація	20	33,3%	10	33,3%	10	33,3%
Середня адаптація	30	50%	14	46,7%	16	53,3%
Важка адаптація	10	16,7%	6	20%	4	13,3%

Легка адаптація властива для третини кожної з опитуваних груп дітей – по 33,3% групи «Дослідники» і «Винахідники». Ці діти активні у комунікативній, пізнавальній та ігровій діяльності. Охоче контактують з дорослим та однолітками, мають гарний і настрій, проявляють інтерес до ігрової діяльності, на зміну звичної ситуації реагують адекватно.

У 46,7% дітей групи «Дослідники» та 53,3% дітей групи «Винахідники» встановлено середній показники адаптації, вони мають нестійкий настрій та емоційний стан, вступають в контакт з дорослими та однолітками тільки за підтримки дорослого. В ігровій та комунікативній діяльності з однолітками переважно пасивні та малоініціативні. Можуть виявляти тривожність як реакцію на зміну звичної ситуації.

У решти дітей (20% вихованців групи «Дослідники» та 13,3% дітей групи «Винахідники») встановлено важку адаптацію, яка може тривати більше 25 днів. Ці дошкільники пасивні, уникають контактів з дорослим та однолітками. У пізнавальній та ігровій діяльності переважно пасивні, намагаються уникнути участі в спільній діяльності з іншими. Також у них переважає негативний настрій та емоційний стан, можуть протестувати на зміну звичної ситуації, не приймати нових умов тощо. Отже, з цими дітьми варто провести психологічну роботу для підвищення їх адаптації до умов ЗДО.

Методику «Картка адаптації дошкільника» (О. Каліман) (додаток Б) використали для дослідження психофізичного критерію адаптації дітей до умов ЗДО, що визначається за характерними показниками емоційного стану дитини, її комунікабельності, сну, апетиту (рис. 3.2.).

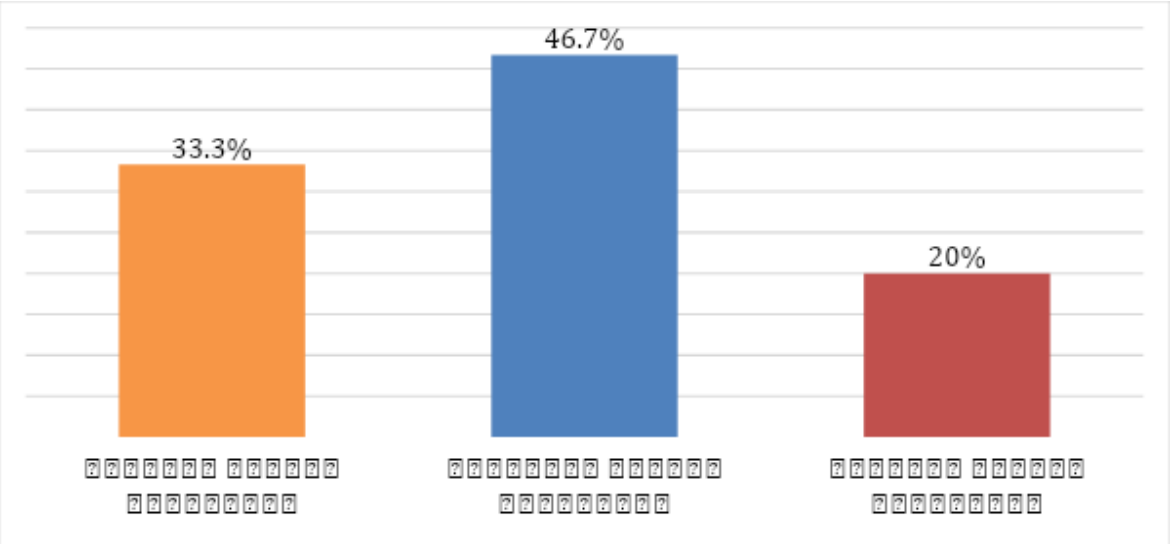


Рис. 3.2. Рівні адаптації у дітей дошкільного віку (за методикою О. Каліман)

Як бачимо, високий рівень за показниками психофізичного критерію адаптації мають третина дошкільників (33,3%), в них переважає позитивний бадьорий настрій, стійкий емоційний стан протягом дня. Ці дошкільники виявляють інтерес до спілкування з дорослим та однолітками, мають міцний сон і гарний апетит.

У 46,7% дітей встановлено середній рівень адаптації, вони відрізняються не стійким емоційним станом, при розставанні з батьками плачуть, але швидко заспокоюються дозволяють себе заспокоїти. При встановленні контактів з дорослими відгукуються на його ініціативу, самостійно не запрошують до взаємодії. У контактах з однолітками малоініціативні, не охоче беруть участь в спільних іграх. Виявляють певні труднощі із засинанням, але мають тривалий сон та нормальний апетит, дозволяють себе нагодувати.

У решти (20%) дітей встановлено низький рівень адаптації, не стійкий емоційний стан, негативний настрій, ці діти часто і довго плачуть, не хочуть розставатися з батьками. Уникають контактів з дорослим та однолітками. Мають негативні психофізичні показники адаптації – проблеми із засинанням та апетитом, часто відрізняються не тривалим або відсутнім сном, поганим апетитом.

Представимо результати опитування дітей двох груп – «Дослідники» та «Винахідники» за методикою О. Каліман (табл. 3.2.).

Таблиця 3.2.

Рівні адаптації у дітей дошкільного віку (за методикою О. Каліман)

Рівень адаптації	Всього (60 дітей)		Група 1 «Дослідники» (30 дітей)		Група 2 «Винахідники» (30 дітей)	
	осіб	%	осіб	%	осіб	%
Високий рівень адаптації	20	33,3%	10	33,3%	10	33,3%
Середній рівень адаптації	28	46,7%	13	43,3%	15	50%
Низький рівень адаптації	12	20%	7	23,3%	5	16,7%

Третина всіх опитаних дошкільників мають високий рівень адаптації (по 33,3% дітей груп «Дослідники» та «Винахідники»), у них виявляється бадьорий настрій, який стійко тримається протягом дня. Діти виявляють інтерес до спілкування з дорослим та однолітками, мають міцний сон і гарний апетит.

У 43,3% дітей групи «Дослідники» і 50% дітей групи «Винахідники» виявлено середній рівень адаптації. Ці дошкільники мають не стійкий емоційний стан, при розставанні з батьками плачуть. Ситуативно спілкуються з дорослим та можуть відповісти на ініціативу однолітка, однак самі контактів не ініціюють. Мають тривалий сон та нормальний апетит, дозволяє себе нагодувати.

У 23,3% дітей групи «Дослідники» та 16,7% дітей групи «Винахідники» встановлено низький рівень адаптації, змінний емоційний стан, пасивність. Ці діти уникають контактів з дорослим та однолітками, мають проблеми із засинанням і тривалістю сну. При прийомі їжі не дозволяють себе нагодувати, мають поганий апетит. Це вказує на потребу проведення психологічної розвивальної роботи з дошкільниками, які мають низький рівень адаптації. Вважаємо, що цілеспрямована психологічна робота з цими вихованцями допоможе стабілізувати їх емоційний стан, покращити навички соціальних контактів з дорослими та однолітками, розслабить дитину, що позитивно відобразиться й на психофізичних показниках сну та апетиту, процесі засинання і прийому їжі в колективі.

За допомогою проведення спостереження за поведінкою дошкільників з опорою на методику «Діагностика рівнів адаптації дітей до дошкільного навчального закладу» (С. Бурсова) (додаток В) встановлено такі показники адаптації дошкільників до умов ЗДО (рис. 3.3.).

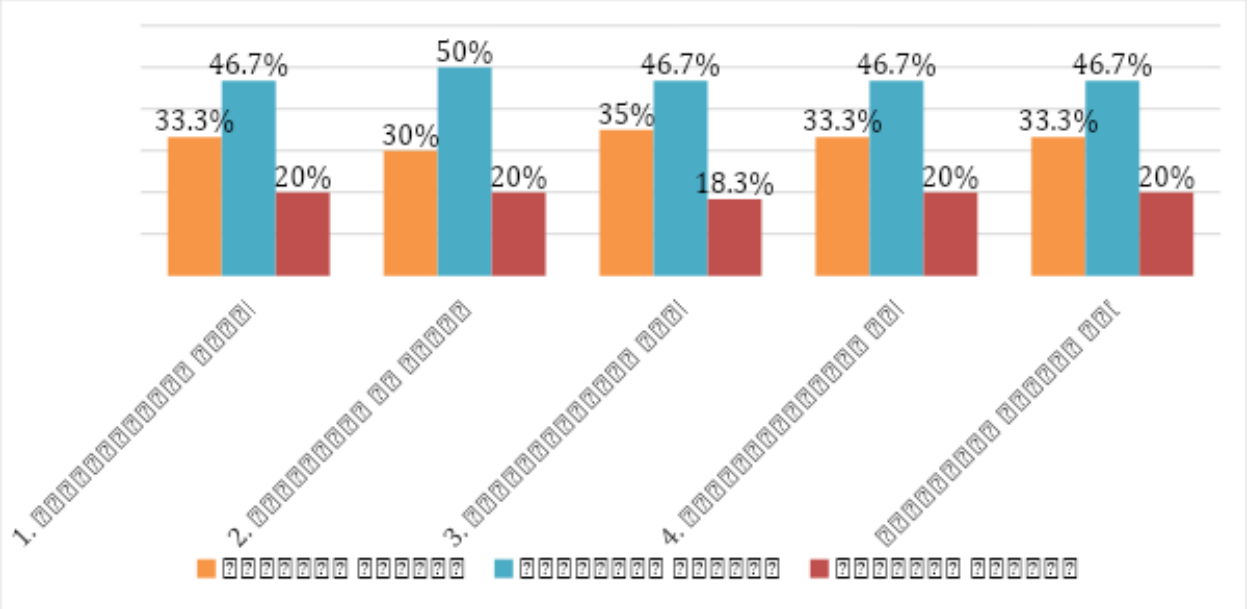


Рис. 3.3. Показники і рівні адаптації дітей дошкільного віку (за методикою С. Бурсової)

За отриманими даними більшість дітей дошкільного віку мають середній рівень прояву фізіологічних показників (46,7%), ще у третини дітей виявлено високий рівень (33,3%), що характеризує загальний оптимальний стан функціонування їх організму, не високу частоту та тривалість захворювань, наявний гарний апетит, рухову активність дітей, міцний сон вдень.

Щодо ставлення до пізнавальної діяльності 50% дітей мають середній рівень, а в 30% дошкільників виявлено високий рівень, зо вказує на їх здатність до жвавої активності в ігровій діяльності, виявів інтересу до навчально-виховного процесу.

Також виявлено перевагу середнього і високого рівнів комунікативної діяльності дошкільників (у 35% і 46,7%). Ці діти активні у спілкуванні з дорослими та з однолітками, готові до взаємодії з ними, володіють певними соціальними навичками – вміють підтримати розмову, відповісти на поставлені запитання, правильно вживають ввічливі слова тощо.

За характеристикою емоційних станів у дошкільників переважають середній та високий рівні (46,7% і 33,3% відповідно). При цьому діти з

високим рівнем емоційного стану відрізняються позитивним настроєм, інтересом до відвідування дитсадка, адекватною реакцією на розставання з батьками на день перебування у ЗДО.

Однак серед опитаних дошкільників є діти з низьким рівнем сформованості всіх досліджуваних показників – у 20% дітей встановлено низькі фізіологічні показники, негативне ставлення до пізнавальної діяльності, поганий настрій та не бажання до розставання з батьками, у 18,3% дітей встановлено комунікативну пасивність, уникання контактів з дорослим та однолітками.

За загальним рівнем адаптації 33,3% дошкільників мають високий рівень, ще 46,7% дітей мають середній рівень адаптації, і в решти 20% дітей виявлено низький рівень адаптації. Отже, третина дітей мають такі характеристики адаптації, як: активність, гарний апетит і глибокий, тривалий сон, активна участь в різних видах діяльності, прояв зацікавленості довколишнім світом; активність у спілкуванні з однолітками та вихователем, сформованість соціальних навичок. Також ці діти мають бадьорий настрій, вони спокійні, врівноважені, протягом дня здатні контролювати власні емоції, часто посміхаються. Крім того, діти мають адекватне уявлення про ЗДО, вони доброзичливі, задоволені новим соціальним оточенням, своїм місцем та роллю в ньому.

Однак для 20% дошкільників властиві негативні, низькі прояви адаптації, у них виявляються загальне ослаблення організму, вони мляві, пасивні, часто хворіють. Їх уже важко залучити до групових ігор, під час занять вони пасивні, до інших дітей ставляться байдуже. Також їм властиві різкі зміни настрою, часті прояви роздратованості, нервового збудження тощо.

Представимо результати опитування дітей дошкільного віку, які відвідують групу 1 «Дослідники» та групу 2 «Винахідники» (табл. 3.3).

Таблиця 3.3.

Показники і рівні адаптації дітей дошкільного віку (за методикою С. Бурсової)

Показники адаптації і рівні їх сформованості		Всього (60 дітей)		Група 1 «Дослідники» (30 дітей)		Група 2 «Винахідники» (30 дітей)	
		осіб	%	осіб	%	осіб	%
1. Фізіологічні показники	Високий рівень	20	33,3%	10	33,3%	10	33,3%
	Середній рівень	28	46,7%	13	43,3%	15	50%
	Низький рівень	12	20%	7	23,3%	5	16,7%
2. Ставлення до пізнавальної діяльності	Високий рівень	18	30%	9	30%	9	30%
	Середній рівень	30	50%	14	46,7%	16	53,3%
	Низький рівень	12	20%	7	23,3%	5	16,7%
3. Комунікативна діяльність	Високий рівень	21	35%	9	30%	12	40%
	Середній рівень	28	46,7%	14	46,7%	14	46,7%
	Низький рівень	11	18,3%	7	23,3%	4	13,3%
4. Характеристика емоційних станів	Високий рівень	20	33,3%	10	33,3%	10	33,3%
	Середній рівень	28	46,7%	14	46,7%	14	46,7%
	Низький рівень	12	20%	6	20%	6	20%
Загальний рівень адаптації	Високий рівень	20	33,3%	10	33,3%	10	33,3%
	Середній рівень	28	46,7%	13	43,3%	15	50%
	Низький рівень	12	20%	7	23,3%	5	16,7%

За проявами фізіологічних показників (загальний стан організму, частота та тривалість захворювань, особливості апетиту, рухова активність, особливості процесу засипання, перебігу та тривання денного сну) по 33,3% дітей обох груп мають високий рівень, а низький – більшою мірою властивий для дітей групи «Дослідники» (на 6,6%), ні для дітей групи «Винахідники».

Щодо ставлення дітей до пізнавальної діяльності (активність в ігровій діяльності, інтерес до навчально-виховного процесу) більшість дошкільників обох груп мають середній рівень (46,7% дітей в групі «Дослідники» і 53,3% дітей у групі «Винахідники»), а високий рівень мають по 30% вихованців цих груп. Низький рівень цього критерію адаптації також більш властивий для дітей групи 1 (на 6,6%) ніж дітей групи 2.

За проявами комунікативної діяльності (мовна активність, взаємодія з дорослими та з однолітками, соціальні навички) середній рівень мають по 46,7% дітей групи «Дослідники» і «Винахідники», однак високий рівень більш властивий для дітей групи «Винахідники» (на 10%), а низький – для дітей групи «Дослідники» (так само на 10%).

Щодо характеристики емоційних станів (поведінка дитини у момент розставання з батьками, загальний емоційний стан, мотиваційна готовність до відвідування закладу дошкільної освіти) по 33,3% дітей обох груп мають високий рівень, позитивний настрій та готовність до відвідування дитсадка. А в 20% дітей кожної з груп виявлено низький рівень, вони мають негативний настрій, часто плачуть і засмучуються протягом дня, згадують батьків, хочуть додому тощо.

За загальним рівнем адаптації по 33,3% дітей обох груп мають високий рівень, у 43,3% дітей групи «Дослідники» і 50% дошкільників групи «Винахідники» виявлено середній рівень, а в решти дітей встановлено низький рівень. Саме з цими вихованцями 23,3% дітей групи «Дослідники» і 16,7% дітей групи «Винахідники» слід провести психологічну роботу з оптимізації показників їх адаптації до умов закладу дошкільної освіти.

Використовуючи «Методику визначення рівня контактності дошкільника» (О. Міхєєва) (додаток Г), встановлювали вміння дітей контактувати з оточуючими людьми. Представимо отримані результати опитування дошкільників (рис. 3.4.).

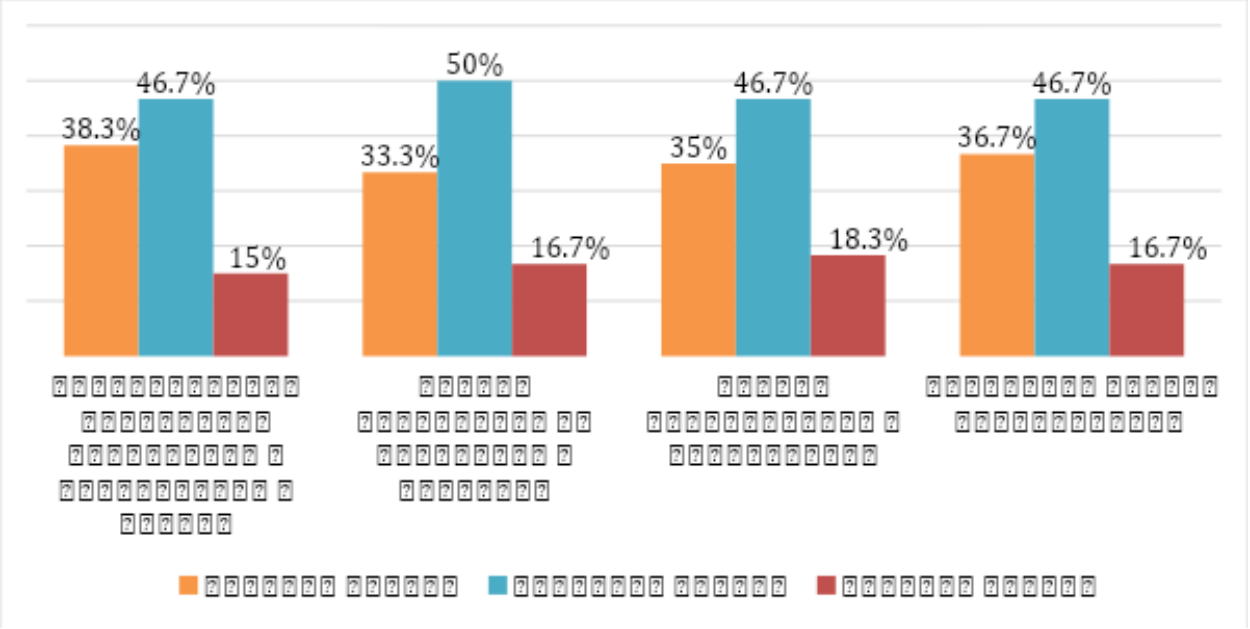


Рис. 3.4. Рівні контактності дітей дошкільного віку (за методикою О. Міхєєвої)

Більшість дітей мають високий і середній рівні сформованості позитивної самооцінки, розуміння своїх якостей, що виявляються у спілкуванні з іншими (38,3% і 46,7%). Також виявлено, що половина дошкільників мають середній рівень готовності до взаємодії з дорослим (50%), а в третини встановлено високий рівень готовності до контактів з дорослим (33,3%).

Щодо вміння контактувати з однолітками, ініціювати діалогічне спілкування з ними, запрошувати до спільної гри, то 35% дітей мають високий рівень сформованості цього вміння, у 46,7% встановлено середній рівень вказаного вміння. Загалом від 15% до 18,3% дошкільників мають низький рівень сформованості досліджуваних показників контактності, що вказує на потребу проведення з ними психологічної роботи з підвищення їх комунікативних навичок та вмінь встановлювати і підтримувати контакти з дорослими та однолітками.

За загальним рівнем контактності – 36,7% дітей мають високий рівень, у 46,7% виявлено середній рівень, а решта 16,7% мають низький рівень контактності у взаємодії з дорослим та однолітками. Крім того, діти з

низьким рівнем мають проблеми із самооцінкою якостей, що важливі для спілкування з іншими людьми. Відповідно до отриманих результатів значна частина дітей потребують психологічної розвивальної роботи для розвитку їх комунікативних навичок і підвищення контактності у взаємодії з іншими.

Представимо отримані результати опитування дітей групи «Дослідники» та «Винахідники» за методикою О. Міхєєвої (табл. 3.4).

Таблиця 3.4.

Рівні контактності дітей дошкільного віку (за методикою О. Міхєєвої)

Рівні сформованості показників контактності		Всього (60 дітей)		Група 1 «Дослідники» (30 дітей)		Група 2 «Винахідники» (30 дітей)	
		осіб	%	осіб	%	осіб	%
Сформованість позитивної самооцінки, розуміння своїх якостей, що виявляються у спілкуванні з іншими	Високий рівень	23	38,3%	11	36,7%	12	40%
	Середній рівень	28	46,7%	14	46,7%	14	46,7%
	Низький рівень	9	15%	5	16,7%	4	13,3%
Рівень готовності до взаємодії з дорослим	Високий рівень	20	33,3%	10	33,3%	10	33,3%
	Середній рівень	30	50%	14	46,7%	16	53,3%
	Низький рівень	10	16,7%	6	20%	4	13,3%
Вміння контактувати з однолітками, ініціювати діалогічне спілкування, запрошувати їх до спільної гри	Високий рівень	21	35%	9	30%	12	40%
	Середній рівень	28	46,7%	14	46,7%	14	46,7%
	Низький рівень	11	18,3%	7	23,3%	4	13,3%
Загальний рівень контактності	Високий рівень	22	36,7%	10	33,3%	12	40%
	Середній рівень	28	46,7%	14	46,7%	14	46,7%
	Низький рівень	10	16,7%	6	20%	4	13,3%

За показникам «сформованість позитивної самооцінки, розуміння своїх якостей, що виявляються у спілкуванні з іншими» високий рівень властивий для 36,7% дітей групи «Дослідники» і 40% дітей групи «Винахідники». А низький – більш притаманний для дітей групи «Дослідники» (на 3,4%).

Щодо проявів «готовності до взаємодії з дорослим» – високий рівень встановлено у третини всіх опитаних дітей (по 33,3%), а низький – більш характерний для дітей групи «Дослідники» (на 6,7%).

Досліджуючи «вміння контактувати з однолітками, ініціювати діалогічне спілкування з ними, запрошувати до спільної гри», бачимо, що високий рівень властивий для 30% дітей групи «Дослідники» і 40% дітей групи «Винахідники». А низький – на 10% частіше проявляється у дітей групи «Дослідники».

За загальним рівнем контактності – високий рівень виявляється у 33,3% дітей групи «Дослідники» і в 40% дітей групи «Винахідники», Середній – виявляється в однакової кількості дітей обох груп (по 46,7%). А низький – властивий більшою мірою для вихованців групи «Дослідники» (на 6,7%), ніж у групі «Винахідники».

Відповідно до встановлених даних третина дошкільників мають високий рівень адаптації до умов закладу дошкільної освіти, майже у половини опитуваних дітей спостерігається середній рівень адаптації за всіма її показниками – фізіологічними, соціально-психологічними та іншими. А в решти дітей (від 16,7% до 20% дошкільників) виявляється низький рівень адаптації, слабкі прояви пристосування до умов життєдіяльності в закладі дошкільної освіти, негативний емоційний стан та нестійкий настрій, низька контактність з педагогами та однолітками в комунікативній та ігровій діяльності. Саме з цими дошкільниками слід провести психологічну роботу з підвищення адаптації дітей до умов ЗДО. Оскільки серед вихованців групи «Дослідники» більше дітей із низькими проявами адаптації до дитсадка, цю групу опитуваних дошкільників обрано як експериментальну для подальшої психологічної роботи. З дітьми групи «Винахідники» додаткової психологічної роботи з підвищення адаптації не заплановано, вони склали контрольну групу дослідження.

3.2. Встановлення вікових характеристик прояву адаптації дітей дошкільного віку до закладу дошкільної освіти

Під час аналізу дослідження показників адаптації дошкільників до умов ЗДО ми помітили певні відмінності в проявах адаптації у дітей 5 та 6 років, які вважаємо вартим представити за кожною з проведених методик.

За опитувальником Л. Васильєвої, О. Махновської, О. Яковлєвої отримано такі результати опитування 5-річних та 6-річних дошкільників (табл. 3.5.).

Таблиця 3.5

Ступені адаптації дітей 5-6-річного віку (за опитувальником Л. Васильєвої, О. Махновської, О. Яковлєвої)

Ступені адаптації	Діти 5 років (20 дітей)		Діти 6 років (40 дітей)	
	осіб	%	осіб	%
Легка адаптація	7	35%	13	32,5%
Середня адаптація	8	40%	22	55%
Важка адаптація	5	25%	5	12,5%

У дітей 5-річного віку переважають середній рівень адаптації (40%), ще у ретини виявлено високий рівень (35%), що вказує на легкий перебіг адаптації до умов ЗДО, а в решти 25% – встановлено важку адаптацію.

У дітей 6-річного віку так само третина мають легку адаптацію (32,5%), ще в 55% дітей встановлено середню адаптацію, однак важка адаптація властива для 12,5%, що значно менше, ніж у дітей 5-річного віку (на 12,5%).

Таким чином, спостерігається більш виразний прояв важкої адаптації у дітей меншого віку, у дошкільників 5-річного віку частіше виявляються низькі показники адаптованості до умов ЗДО, що полягають у негативному емоційному стані, проблемах із засинанням та прийомом їжі, самообслуговуванням, контактах з дорослими та однолітками.

За методикою О. Каліман встановлено такі рівні адаптації дітей 5-річного та 6-річного віку (табл. 3.6.).

Таблиця 3.6

Рівні адаптації дітей 5-6-річного віку (за методикою О. Каліман)

Рівень адаптації	Діти 5 років (20 дітей)		Діти 6 років (40 дітей)	
	осіб	%	осіб	%
Високий рівень адаптації	7	35%	13	32,5%
Середній рівень адаптації	8	40%	20	50%
Низький рівень адаптації	5	25%	7	17,5%

Як бачимо, у дітей 5-річного віку переважають середній рівень адаптації (40%), ще у третини встановлено високий рівень адаптації. Однак у 25% дошкільників встановлено низький рівень адаптації, вони мають негативний емоційний стан протягом перебування у дитсадку, не активні, уникають контактів з дорослим та однолітками.

В групі дітей 6-річного віку переважають середні показники адаптації (50%), у третини так само встановлено високий рівень (32,5%). Однак низький рівень адаптації властивий для меншої кількості дітей (у відсотковому значенні) – для 17,5%. Порівнюючи ці дані з результатами опитування 5-річних дітей, встановлено, що серед дітей 6-річного віку на 7,5% менше вихованців з низьким рівнем адаптації.

За методикою С. Бурсової виявлено такі показники адаптації 5-річних та 6-річних дошкільників (табл. 3.7.). За отриманими даними бачимо, що високий рівень фізіологічних показників адаптації властивий для третини обох підгрупи дітей (35% і 32,5% відповідно), а низький – проявляється більшою мірою у 5-річних дошкільників (25%), ніж для 6-річних (17,5%).

За показником ставлення до пізнавальної діяльності високий рівень мають 35% дітей 5-річного віку та 27,5% дітей 6-річного віку. А низькі показники так само властиві для 25% і 17,5% дітей різного віку (з перевагою у дітей 5-річного віку на 7,5%).

За проявами комунікативної діяльності високий рівень мають 40% дітей 5-річного віку та 32,5% дітей 6-річного віку, а низький – мають 25% і 15% дітей відповідно. Тобто за характеристиками комунікативної діяльності в

6-річних дошкільників на 10% менше дітей з низьким рівнем сформованості вмінь встановлювати і підтримувати контакти з дорослим та однолітками.

Таблиця 3.7

Показники і рівні адаптації дітей 5-6-річного віку (за методикою С. Бурсової)

Показники адаптації і рівні їх сформованості		Діти 5 років (20 дітей)		Діти 6 років (40 дітей)	
		осіб	%	осіб	%
1. Фізіологічні показники	Високий рівень	7	35%	13	32,5%
	Середній рівень	8	40%	20	50%
	Низький рівень	5	25%	7	17,5%
2. Ставлення до пізнавальної діяльності	Високий рівень	7	35%	11	27,5%
	Середній рівень	8	40%	22	55%
	Низький рівень	5	25%	7	17,5%
3. Комунікативна діяльність	Високий рівень	8	40%	13	32,5%
	Середній рівень	7	35%	21	52,5%
	Низький рівень	5	25%	6	15%
4. Характеристика емоційних станів	Високий рівень	7	35%	13	32,5%
	Середній рівень	8	40%	20	50%
	Низький рівень	5	25%	7	17,5%
Загальний рівень адаптації	Високий рівень	7	35%	13	32,5%
	Середній рівень	8	40%	20	50%
	Низький рівень	5	25%	7	17,5%

За характеристиками емоційних станів високий рівень мають третина опитаних дошкільників (35% дітей 5-річного віку і 32,5% дітей 6-річного віку). у низ виявляються стійкий позитивний настрій та висока мотиваційна готовність до відвідування дитсадка. А низький рівень виявлено у 25% і 17,5% дітей відповідно.

За загальним рівнем адаптації третина всіх дошкільників (35% 5-річних дітей та 32,5% 6-річних дітей) мають високий рівень адаптації. Середній рівень адаптації виявлено у 40% і 50% дітей відповідно. А низький спостерігається у 25% і 17,5% дітей, тобто серед 6-річних дітей менше вихованців з низьким рівнем адаптації (на 7,5%), ніж серед 5-річних дошкільників.

За методикою О. Міхєєвої отримано такі результати опитування дітей 5-річного та 6-річного віку щодо проявів їх контактності як одного з показників соціальної адаптації дітей до умов ЗДО (табл. 3.8.).

Таблиця 3.8

Рівні контактності дітей 5-6-річного віку (за методикою О. Міхєєвої)

Рівні сформованості показників контактності		Діти 5 років (20 дітей)		Діти 6 років (40 дітей)	
		осіб	%	осіб	%
Сформованість позитивної самооцінки, розуміння своїх якостей, що виявляються у спілкуванні з іншими	Високий рівень	8	40%	15	37,5%
	Середній рівень	8	40%	20	50%
	Низький рівень	4	20%	5	12,5%
Рівень готовності до взаємодії з дорослим	Високий рівень	7	35%	13	32,5%
	Середній рівень	8	40%	22	55%
	Низький рівень	5	25%	5	12,5%
Вміння контактувати з однолітками, ініціювати діалогічне спілкування, запрошувати їх до спільної гри	Високий рівень	7	35%	14	35%
	Середній рівень	8	40%	20	50%
	Низький рівень	5	25%	6	15%
Загальний рівень контактності	Високий рівень	8	40%	14	35%
	Середній рівень	7	35%	21	52,5%
	Низький рівень	5	25%	5	12,5%

Високий рівень сформованості позитивної самооцінки, розуміння своїх якостей, що виявляються у спілкуванні з іншими, властивий для 40% 5-річних дітей та 37,5% 6-річних дітей. А низький – більшою мірою властивий для 5-річних дітей (20%), ніж для 6-річних дітей (12,5%).

Високий рівень готовності до взаємодії з дорослим виявляється у третини дітей обох підгруп (35% 5-річних дітей і 32,5% 6-річних дітей). а низький – так само більшою мірою властивий для 5-річних дошкільників (25%), ніж для 6-річних (12,5%).

Щодо вміння контактувати з однолітками, ініціювати діалогічне спілкування, запрошувати їх до спільної гри – то високий рівень виявляється в 35% всіх опитаних дітей (однаково для 5-річних та 6-річних). А низький рівень – більш властивий для 5-річних дітей (25%), ніж 6-річних (15%).

Отже, в підгрупі 5-річних дітей на 7,5% більше дошкільників з низьким рівнем сформованості позитивної самооцінки, розуміння своїх якостей, що виявляються у спілкуванні з іншими, на 12,5% більше дітей із низьким рівнем готовності до взаємодії з дорослим, на 10% більше дітей із низьким рівнем вміння контактувати з однолітками.

За загальним рівнем контактності високий рівень властивий для 40% 5-річних дітей та 35% 6-річних, середній – властивий для 35% і 52,5% дітей відповідно. А низький – на 12,5% більш характерний для 5-річних дітей, ніж для 6-річних.

Відповідно до проаналізованих результатів дослідження виявлено, що високий рівень адаптації, показники її легкого перебігу властиві для третини всіх дошкільників – як 5-річних, так і 6-річних. Середній рівень властивий для 40-50% дітей, однак низький рівень адаптації та різних її показників більшою мірою властивий для дітей 5-річного віку, ніж для дітей 6-річного віку. Зокрема, 5-річні дошкільники мають більш виразні показники важкої адаптації (на 12,5%), низькі прояви психофізичних показників адаптації (на 7,5%), негативне ставлення до пізнавальної діяльності та вмінь комунікативної діяльності (на 7,5%), низькі прояви контактності (на 12,5%), ніж діти 6-річного віку.

За цими даними дослідження можна припустити, що діти старшого дошкільного віку мають дещо різні прояви адаптації до умов ЗДО, що може бути пов’язане з їх віком та психофізіологічною готовністю організму до організованого суспільного виховання і навчання у ЗДО, сформованістю в дітей новоутворень, вищих проявах здатності до регуляції власної поведінки та емоцій тощо. Зроблені висновки потребують додаткової перевірки та поглибленого вивчення, що може бути реалізоване в наступних науково-психологічних дослідженнях.

3.3. Програма психологічної роботи з підвищення адаптації дітей до ЗДО

Відповідно до виявлених потреб у проведенні психологічної роботи з дошкільниками розроблено програму психологічної роботи з підвищення адаптації дітей до ЗДО.

Насамперед було проаналізовано теоретико-методологічні засади організації психологічної роботи з підвищення адаптації дітей до умов ЗДО. Виділено високу ефективність ігрової діяльності з дітьми дошкільного віку як основного засобу підвищення їх адаптації до умов закладу дошкільної освіти.

Розглядаючи теоретико-методологічні засади організації психологічної діяльності з дошкільниками для підвищення їх адаптації до умов ЗДО, опираємося на думку Н. Кубати, М. Айзенбарт про те, що «Саме гра є одним із найефективніших засобів підготовки дитини до «дорослого» життя, її соціалізації, морально-етичного виховання. У процесі гри формується особистість дитини, її соціальна компетентність і гуманістичний світогляд, з особливою яскравістю проявляються індивідуальні особливості дошкільника, розвиваються його творчі здібності, цілеспрямована уява, рух від думки до дії» [49, с. 55].

Дослідники О. Бондаренко, Г. Ватаманюк уточнюють, що «саме в ігровій діяльності дошкільнята отримують інформацію про світ людських взаємин і способи набуття відповідних умінь, застосовуючи наявні знання на практиці. Вони відзначають, що в ігровій ситуації дитина здійснює свої бажання, забезпечує вікові потреби, нейтралізує емоційні конфлікти. Поява гри в житті дошкільника, з одного боку, зумовлена прагненням дитини до активності, до включення в життя дорослих, а з іншого – є прийнятним для суспільства шляхом соціалізації дитини, її підготовки до дорослого життя» [8].

За ствердженням О. Васильченко, ідея застосування гри як корекційно-розвивального методу полягає в особливостях психічного розвитку дитини, для якої провідною діяльністю виступає саме гра. Гра для дитини виступає як інтеріоризація соціального досвіду, так і репрезентація внутрішнього світу дитини, її емоційної і потребової сфери. Гра має великий потенціал щодо гармонізації соціальних стосунків дитини, відреагування негативних емоцій і встановлення контакту з близьким оточенням, сприяє подальшій соціалізації дитини [15, с. 90].

Гра надає необмежені можливості для самовияву дитини та для її контактів з однолітками. Саме тому рольові ігри є найбільш сприятливими для соціально-комунікативного розвитку дітей та підвищення показників їх адаптації до групи однолітків, до умов закладу дошкільної освіти.

Для роботи з дошкільниками у напрямі підвищення показників їх адаптації до дитсадка розроблено «Програму психологічної роботи з підвищення адаптації дітей до ЗДО».

Програма психологічної роботи з підвищення адаптації дітей до ЗДО включає:

1) роботу з дітьми за «Програмою психологічних занять з підвищення адаптації дітей до ЗДО» (додаток Д), що має на меті: підвищити адаптованість дітей до умов ЗДО та групи однолітків, розвивати навички взаємодії з вихователем і однолітками, активізувати пізнавальну та ігрову діяльність дітей. Структурно програма включає 6 психологічних занять, в процесі розробки яких використано методичні напрацювання науковців О. Залеської [30], Н. Захарової [33; 34], О. Нурєєвої [61], С. Прахової [71], С. Хміляр [79], Р. Черкас [81] та ін. для підвищення адаптації дітей до ЗДО, до групи, до спілкування з дорослими та однолітками.

2) роботу з вихователями, що передбачає проведення консультативної роботи з вихователями ЗДО на тему «Важливість адаптації дітей до умов ЗДО» (додаток Е);

3) роботу з батьками, що включає надання рекомендацій для батьків дошкільників щодо оптимізації процесу адаптації дітей до умов ЗДО (за Н. Захаровою [34], додаток Ж).

Розкриємо особливості організації і проведення психологічної роботи з дітьми, їх вихователями і батьками дошкільників з метою підвищення адаптації дітей до ЗДО.

Програма психологічних занять з підвищення адаптації дітей до ЗДО

Мета: підвищити адаптованість дітей до умов ЗДО та групи однолітків, розвивати навички взаємодії з вихователем і однолітками, активізувати пізнавальну та ігрову діяльність дітей.

Завдання:

- розвивати навички самообслуговуючої діяльності, формувати прагнення до охайності, - налагоджувати довірливі взаємини з вихователем, встановлювати позитивну атмосферу спілкування дітей і дорослого, вчити правилам ввічливого спілкування у групі;

- активізувати пізнавальний інтерес та залучити увагу дітей до змістовних занять, розширити їх уявлення про навколишній світ за допомогою знань та уявлень про предмети і їх властивості, зв’язки, і про явища природи;

- розвивати навички спільної діяльності з однолітками, взаємодії дітей в групі; формувати доброзичливе ставлення до оточуючих;

- вчити виражати емоції адекватно до ситуації, зменшувати прояви негативних емоцій, підтримувати бадьорий позитивний настрій малят.

Структурно програма включає 6 занять, під час яких використовуються вправи-привітання, розминки, релаксації, емоційні етюди, ігри для налагодження комунікативної взаємодії дітей між собою, оптимізації психоемоційного стану дітей, формування відчуття згуртованості, єдності в групі.

Тривалість заняття 25-30 хв., що обумовлюється психологічними особливостями не стійкої уваги дітей до цікавого заняття, а також їх психофізичними можливостями.

Заняття 1. «Знайомство»

Мета: розвивати бажання знайомитися з дорослим і дітьми; налагоджувати контакти дітей; розвивати їх комунікативні навички; вправляти у звертанні та ініціюванні спілкування з іншими; сприяти нейтралізації негативної емоційної енергії та агресивної поведінки; розвивати координацію рухів, дрібну моторику, пам’ять; корегувати емоційний стан дітей.

Привітання

Вправа-розминка «А мене звати...»

Вправа «Потяг»

Вправа «Маска-підказка»

Вправа «Вгадай настрій»

Підсумок і рефлексія заняття.

Прощання.

Заняття 2. «Привітання для друзів»

Мета: вчити запам’ятовувати імена дітей групи; розвивати єдність, задоволення від перебування в центрі уваги; сприяти нейтралізації негативної емоційної енергії та агресивної поведінки; розвивати координацію рухів, дрібну моторику, пам’ять.

Привітання

Гра «Мій настрій»

Гра «Луна»

Вправа «Комплімент»

Вправ-релаксація «Мені добре, коли …»

Самомасаж «Добрі пальчики»

Підсумок і рефлексія заняття

Прощання.

Заняття 3. «Мій настрій»

Мета: формувати позитивне ставлення до відвідування дитсадка; розвивати конструктивні навички поведінки; формувати елементарні навички спілкування; розвивати соціальні навички взаємодії в групі, формувати почуття єдності, згуртованості; корегувати емоційний стан дітей; збагачувати соціальний досвід.

Привітання

Гра «Приємне привітання»

Вправа «Покажи, як»

Гра «Пізнаємо почуття»

Рухлива вправа «Дві подружки»

Гра «Тренуємо емоції»

Підсумок і рефлексія заняття.

Прощання.

Заняття 4. «Лісовий дитячий садок»

Мета: формувати позитивне ставлення до відвідування дитсадка; вправляти дітей в умінні встановлювати контакти, доброзичливо поводитися, збагачувати соціальний досвід, формувати навички позитивного спілкування з іншими.

Вправа «Привітайся з іншими»

Пальчикова гра «Кумедні чоловічки»

Гра-казка «Лісовий дитячий садок»

Вправа-релаксація «Покажи, як ...»

Підсумок і рефлексія заняття.

Прощання.

Заняття 5. «Дитсадок для звірят»

Мета: формувати позитивне ставлення до відвідування дитсадка; знизити тривожність, вчити використовувати позитивні моделі поведінки у реальному житті, формувати адекватну самооцінку; формувати відчуття

згуртованості, єдності в групі; вправляти дітей в умінні встановлювати контакти, доброзичливо поводитися, збагачувати соціальний досвід.

Привітання

Вправа-розминка «Мій настрій»

Гра «Дитячий садок для звірят»

Гра «Хода і настрій»

Підсумок і рефлексія заняття.

Прощання.

Заняття 6. «Дружні малята»

Мета: формувати позитивне ставлення до відвідування дитсадка, до однолітків, до вихователя, психолога; підвищити настрій, знизити тривожність; формувати впевненість в собі і адекватну самооцінку; вчити дітей встановлювати контакти, доброзичливо поводитися в групі однолітків.

Привітання

Вправа-руханка «Я сьогодні буду…»

Гра «Веселі мавпочки» з використанням піктограм

Гра-драматизація казки «Сорока та ведмідь»

Гра «Обіймалочки»

Підсумок і рефлексія заняття.

Прощання.

Під час проведення з дітьми роботи помітили зростаючу активність дошкільників, їх вищу зацікавленість у спілкуванні з психологом та однолітками. Діти навчилися домовлятися у ході взаємодії в рольових іграх, демонструвати доброзичливе ставлення один до одного, розпізнавати емоційні стани свої та інших дітей, враховувати їх при спілкуванні з ними. Також дошкільники стали спокійнішими, частіше регулювати власні емоції та поведінку протягом дня. За нашими спостереженнями, діти стали більш дружніші в групі, вони охоче гралися один з одним, підтримували товаришів.

Також у процесі психологічної роботи з підвищення адаптації дітей до ЗДО також ми провели консультаційну діяльність з вихователями, спрямовану

на підвищення їх обізнаності з проблемою адаптації, пошуком ефективних форм і методів психолого-педагогічної роботи, визначенням умов забезпечення успішної адаптації дитини до ЗДО, створення сприятливого освітнього середовища в дитсадку (додаток Е).

Консультація з вихователями ЗДО на тему «Важливість адаптації дітей до умов ЗДО» мала таку структуру:

Вступ. Актуальність проблеми адаптації дітей до умов ЗДО

Етапи адаптації дітей до ЗДО.

Групи дітей з різним ступенем адаптації.

Симптоми і характеристики адаптації і дезадаптації дітей.

Основні завдання роботи вихователів і психолога ЗДО з адаптації дітей до дитсадка.

Умови забезпечення успішної адаптації дитини до ЗДО

Підведення підсумків. Відповіді на питання вихователів.

Ще у межах проведення психологічної робити з підвищення адаптації дошкільників до ЗДО ми контактували з батьками дошкільників і надали їм «Рекомендації з підготовки дітей до відвідування дитсадка» (за Н. Захаровою [34, с. 193-194]), провели індивідуальні бесіди з ними щодо готовності їх дітей до дитсадка, способів підвищення адаптації дітей до умов ЗДО і групи.

Вважаємо, що організація комплексного підходу до вирішення проблеми адаптації дітей до умов ЗДО завдяки включенню педагогів, психолога і батьків вихованців є запорукою підвищення адаптованості дошкільників до дитсадка.

Для перевірки ефективності проведеної програми психологічної роботи з підвищення адаптації дітей до ЗДО організовано повторне опитування дітей та їх вихователів, порівняно отримані результати констатувального та контрольного етапів дослідження.

За опитувальником «Лист психологічної адаптації» (Л. Васильєва, О. Махновська, О. Яковлєва) проаналізовано зміни в проявах психологічних

показників адаптації (емоційного стану, соціальних контактів з дітьми і дорослими, пізнавальної та ігрової діяльності, реакції на зміну звичної ситуації) і встановлено такі ступені її сформованості у дошкільників (табл. 3.9).

Таблиця 3.9.

Зміна ступенів адаптації дітей ЕГ і КГ (за опитувальником Л. Васильєвої, О. Махновської, О. Яковлєвої)

Ступені адаптації	Експериментальна група «Дослідники» (30 дітей)				Контрольна група «Винахідники» (30 дітей)			
	До		Після		До		Після	
	осіб	%	осіб	%	осіб	%	осіб	%
Легка адаптація	10	33,3%	15	50%	10	33,3%	12	40%
Середня адаптація	14	46,7%	13	43,3%	16	53,3%	15	50%
Важка адаптація	6	20%	2	6,7%	4	13,3%	3	10%

В експериментальній групі «Дослідники» на 16,7% стало більше дітей із проявами легкої адаптації, на 13,3% зменшилась кількість дошкільників зі важкою адаптацією. В ЕГ діти стали активніше реагувати на пропозиції участі в грі, спілкуванні, стали доброзичливо ставитися до однолітків. Також помітно вищою стала контактність з вихователем, покращився настрій та загальний емоційний стан.

В контрольній групі «Винахідники» на 6,7% стало більше дітей із легкою адаптацією, на 3,3% зменшилась частка вихованців із важкою адаптацією. Переважна більшість дітей КГ мають високі і середні показники адаптації, що проявляються як легка і середня адаптація.

За отриманими позитивними даними опитування дітей експериментальної групи «Дослідники» підтверджуємо ефективність проведеної психологічної роботи з підвищення показників адаптації дошкільників до умов ЗДО (рис. 3.5).

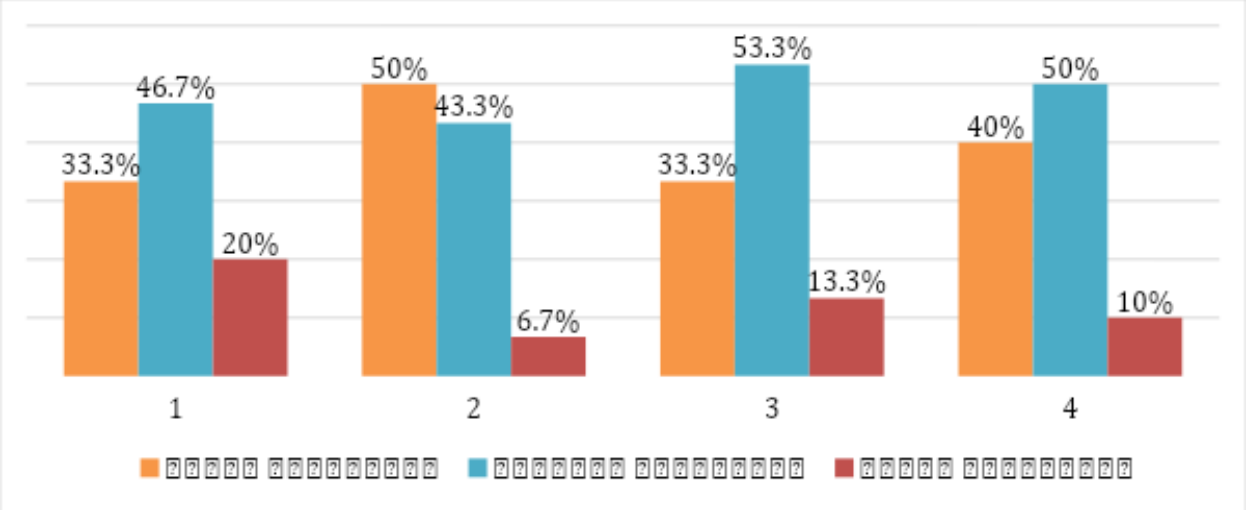


Рис. 3.5. Зміна ступенів адаптації дітей ЕГ і КГ (за опитувальником Л. Васильєвої, О. Махновської, О. Яковлєвої)

В ЕГ на 16,7% стало більше дітей із високим, оптимальним рівнем сформованості всіх показників психічного здоров'я, за якими діагностується легка адаптація.

Використовуючи «Картку адаптації дошкільника» (О. Каліман) (для дослідження психофізичного критерію адаптації дітей до умов ЗДО), ми отримали наступні результати опитування дітей ЕГ «Дослідники» та КГ «Винахідники» (табл. 3.10.).

Таблиця 3.10.

Рівні адаптації дітей ЕГ і КГ (за методикою О. Каліман)

Рівень адаптації	Експериментальна група «Дослідники» (30 дітей)				Контрольна група «Винахідники» (30 дітей)			
	До		Після		До		Після	
	осіб	%	осіб	%	осіб	%	осіб	%
Високий рівень адаптації	10	33,3%	16	53,3%	10	33,3%	12	40%
Середній рівень адаптації	13	43,3%	13	43,3%	15	50%	15	50%
Низький рівень адаптації	7	23,3%	1	3,3%	5	16,7%	3	10%

В ЕГ на 20% стало більше дітей із високим рівнем адаптації, на стільки ж зменшилась кількість дошкільників із низьким рівнем. Діти стали проявляти вищу зацікавленість у спілкуванні з дорослим і однолітками,

демонструвати гарний настрій протягом дня. Також у них покращилися показники сну та апетиту, діти стали спокійнішими, швидше засинали, більше і з апетитом їли під час спільного прийому їжі.

В КГ на 6,7% стало більше дітей із високим рівнем адаптації, і на стільки ж зменшилась їх кількість із низьким рівнем. Тут більшість дітей так само мають середній і високий рівні адаптації до умов ЗДО.

Наочно результати констатувального та контрольного етапів дослідження психологічних особливостей адаптації дітей ЕГ і КГ за методикою О. Каліман наведено за допомогою рис. 3.6.

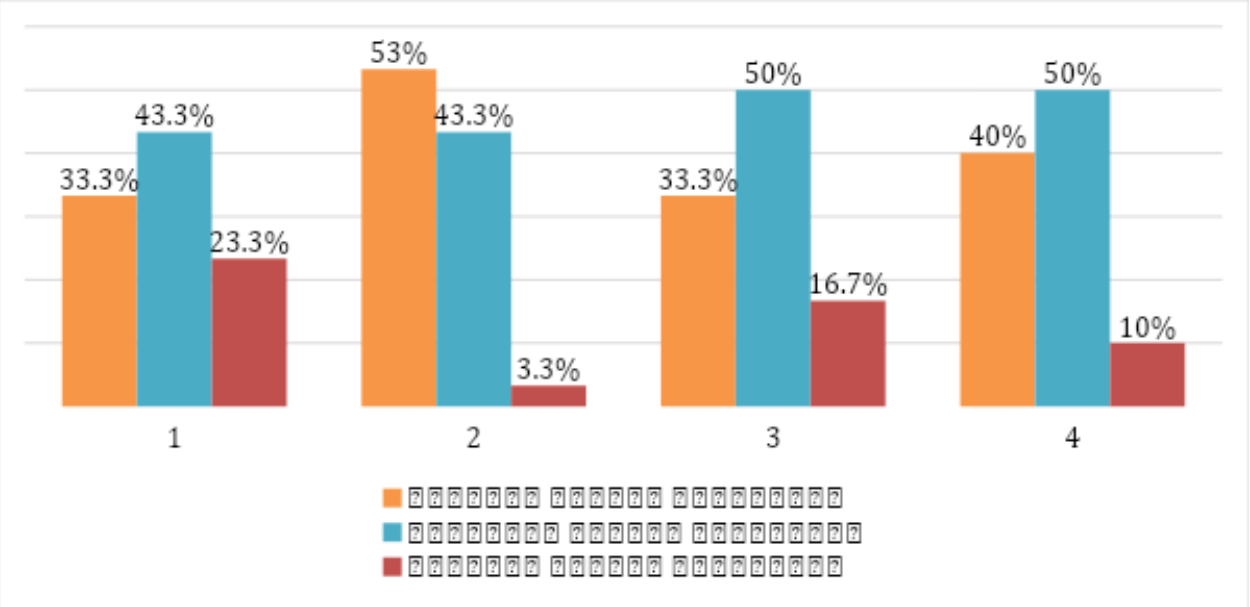


Рис. 3.6. Рівні адаптації дітей ЕГ і КГ (за методикою О. Каліман)

Зважаючи на те, що в ЕГ на 20% стало більше дітей із високим рівнем психофізичних показників адаптації до умов ЗДО, можна констатувати ефективність проведеної психологічної роботи з дошкільниками щодо оптимізації адаптації.

Повторно провівши спостереження за дітьми з опорою на методику «Діагностика рівнів адаптації дітей до дошкільного навчального закладу (С. Бурсова), отримали наступні результати (табл. 3.11).

Таблиця 3.11

Показники і рівні адаптації дітей ЕГ і КГ (за методикою С. Бурсової)

Показники адаптації і рівні їх сформованості		Експериментальна група «Дослідники» (30 дітей)				Контрольна група «Винахідники» (30 дітей)			
		До		Після		До		Після	
		осіб	%	осіб	%	осіб	%	осіб	%
1. Фізіологічні показники	Високий рівень	10	33,3%	16	53,3%	10	33,3%	12	40%
	Середній рівень	13	43,3%	13	43,3%	15	50%	15	50%
	Низький рівень	7	23,3%	1	3,3%	5	16,7%	3	10%
2. Ставлення до пізнавальної діяльності	Високий рівень	9	30%	16	53,3%	9	30%	11	36,7%
	Середній рівень	14	46,7%	12	40%	16	53,3%	15	50%
	Низький рівень	7	23,3%	2	6,7%	5	16,7%	4	13,3%
3. Комунікативна діяльність	Високий рівень	9	30%	16	53,3%	12	40%	12	40%
	Середній рівень	14	46,7%	14	46,7%	14	46,7%	15	50%
	Низький рівень	7	23,3%	0	0%	4	13,3%	3	10%
4. Характеристика емоційних станів	Високий рівень	10	33,3%	16	53,3%	10	33,3%	13	43,3%
	Середній рівень	14	46,7%	13	43,3%	14	46,7%	15	50%
	Низький рівень	6	20%	1	3,3%	6	20%	2	6,7%
Загальний рівень адаптації	Високий рівень	10	33,3%	16	53,3%	10	33,3%	12	40%
	Середній рівень	13	43,3%	13	43,3%	15	50%	15	50%
	Низький рівень	7	23,3%	1	3,3%	5	16,7%	3	10%

В ЕГ на 20% збільшилась кількість дітей із високим рівнем сформованості фізіологічних показників адаптації. На 23,3% стало більше дошкільників із високим рівнем активного ставлення до пізнавальної діяльності, вони стали активніше проявляти себе у навчальній та ігровій діяльності з іншими дітьми. Також в ЕГ на 23,3% стало більше дошкільників з високим рівнем розвитку комунікативної діяльності, діти стали активніше спілкуватися з однолітками і дорослими, ініціювати взаємодію з ними. І ще в

ЕГ на 20% стало більше дітей із гарним настроєм, позитивним проявом мотиваційної готовності до відвідування ЗДО. За загальним рівнем адаптації – в ЕГ «Дослідники» на 20% збільшилась кількість дітей з високим рівнем, і також на 20% зменшилась частина дітей, які мали і низький рівень адаптації.

В КГ на 6,7% стало більше дітей із високим рівнем сформованості фізіологічних показників адаптації, із високим рівнем активного ставлення до пізнавальної діяльності, на 10% стало більше дітей із бадьорим настроєм, позитивним проявом мотиваційної готовності до відвідування дитсадка. За загальним рівнем адаптації – в КГ «Винахідники» на 6,7% стало більше дітей з високим рівнем, і на стільки ж зменшилась частка дітей, які мали низький рівень адаптації за досліджуваними показниками.

Наочно результати опитування дітей ЕГ і КГ за методикою С. Бурсової представлено за допомогою рис. 3.7.

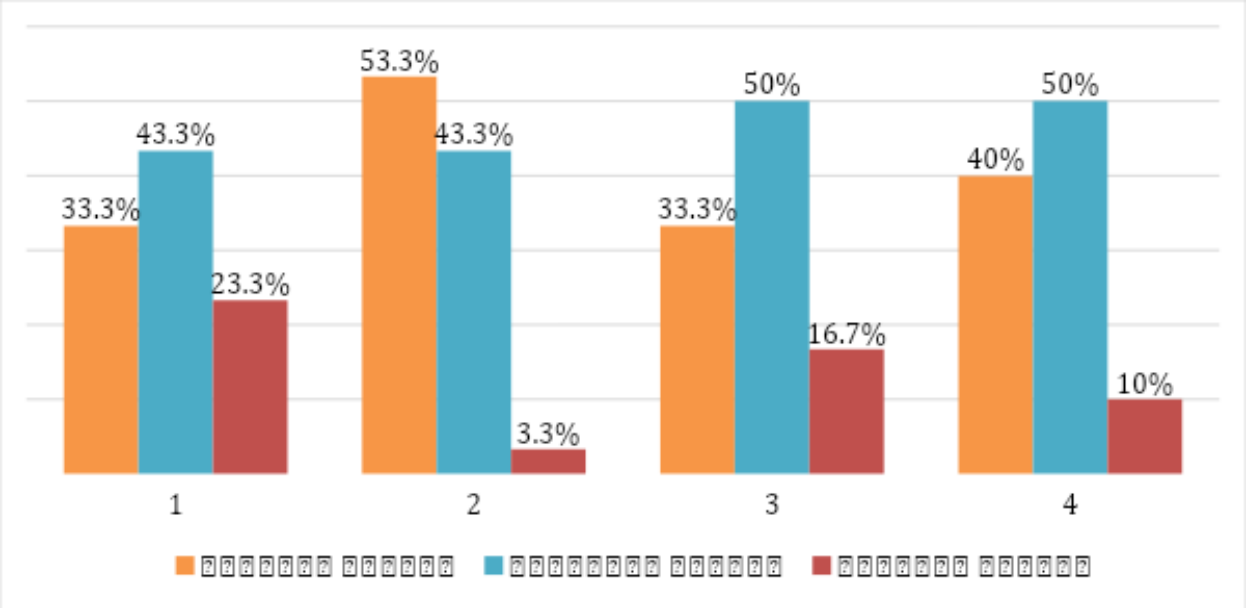


Рис. 3.7. Показники і рівні адаптації дітей ЕГ і КГ (за методикою С. Бурсової)

Зважаючи на те, що в КГ «Винахідники» на 6,7% стало більше дітей з високим рівнем адаптації, а в ЕГ «Дослідники» на 20% збільшилась кількість дітей із високим рівнем сформованості адаптації, за отриманими даними

підтверджуємо високу ефективність проведеної програми психологічної роботи з підвищення адаптації дітей до ЗДО.

Використовуючи «Методику визначення рівня контактності дошкільника» (О. Міхєєва) (для визначення одного з компонентів соціальної адаптації – вміння контактувати з оточуючими людьми), отримали наступні результати опитування дітей (табл. 3.12).

Таблиця 3.12

Рівні контактності дітей ЕГ і КГ (за методикою О. Міхєєвої)

Рівні сформованості показників контактності		Експериментальна група «Дослідники» (30 дітей)				Контрольна група «Винахідники» (30 дітей)			
		До		Після		До		Після	
		осіб	%	осіб	%	осіб	%	осіб	%
Сформованість позитивної самооцінки, розуміння своїх якостей, що виявляються у спілкуванні з іншими	Високий рівень	11	36,7%	16	53,3%	12	40%	12	40%
	Середній рівень	14	46,7%	13	43,3%	14	46,7%	15	50%
	Низький рівень	5	16,7%	1	3,3%	4	13,3%	3	10%
Рівень готовності до взаємодії з дорослим	Високий рівень	10	33,3%	16	53,3%	10	33,3%	13	43,3%
	Середній рівень	14	46,7%	14	46,7%	16	53,3%	15	50%
	Низький рівень	6	20%	0	0%	4	13,3%	2	6,7%
Вміння контактувати з однолітками, ініціювати діалогічне спілкування, запрошувати їх до спільної гри	Високий рівень	9	30%	16	53,3%	12	40%	13	43,3%
	Середній рівень	14	46,7%	13	43,3%	14	46,7%	15	50%
	Низький рівень	7	23,3%	1	3,3%	4	13,3%	2	6,7%
Загальний рівень контактності	Високий рівень	10	33,3%	16	53,3%	12	40%	13	43,3%
	Середній рівень	14	46,7%	13	43,3%	14	46,7%	15	50%
	Низький рівень	6	20%	1	3,3%	4	13,3%	2	6,7%

За показником «сформованість позитивної самооцінки, розуміння своїх якостей, що виявляються у спілкуванні з іншими» в ЕГ на 16,6% стало більше

дітей із високим рівнем, на 13,3% зменшилась частина дітей, як мали низький рівень. А в КГ на 3,3% стало більше дошкільників із середнім рівнем, і на стільки ж зменшилась частка дітей з низьким рівнем розуміння якостей, важливих для спілкування, та які характеризують їх самооцінку.

За показником контактності «готовності до взаємодії з дорослим» в ЕГ на 20% підвищилась кількість дітей із високим рівнем, і зникли опитувані, які мали низький рівень (було 20%). А в КГ виявлено такі позитивні зміни –на 10% стало більше дітей із високим рівнем готовності до взаємодії з дорослим і на 6,7% стало менше дітей із низьким рівнем.

За показником «вміння контактувати з оточуючими людьми, ініціювати діалогічне спілкування з однолітками, запрошувати до спільної гри» в ЕГ на 23,3% підвищилась частина дітей із високим рівнем, і на 20% стало менше дітей, які мали низький рівень. В КГ на 3,3% підвищилась кількість дітей із високим рівнем, і на 6,7% стало менше дітей із низьким рівнем контактності за цим показником.

За загальним рівнем контактності в ЕГ на 20% стало більше дітей із високим рівнем, і на 16,7% зменшилась їх кількість із низьким рівнем, а в КГ – на 3,3% стало більше дітей з високим рівнем, і на 6,7% зменшилась кількість з низьким. Зважаючи на вищу динаміку змін у розвитку контактності в ЕГ, підтверджуємо високу ефективність проведеної психологічної роботи з підвищення адаптації дітей до умов ЗДО.

Представимо наочно результати опитування дошкільників ЕГ та КГ за методикою О. Міхєєвої за допомогою рис. 3.8.

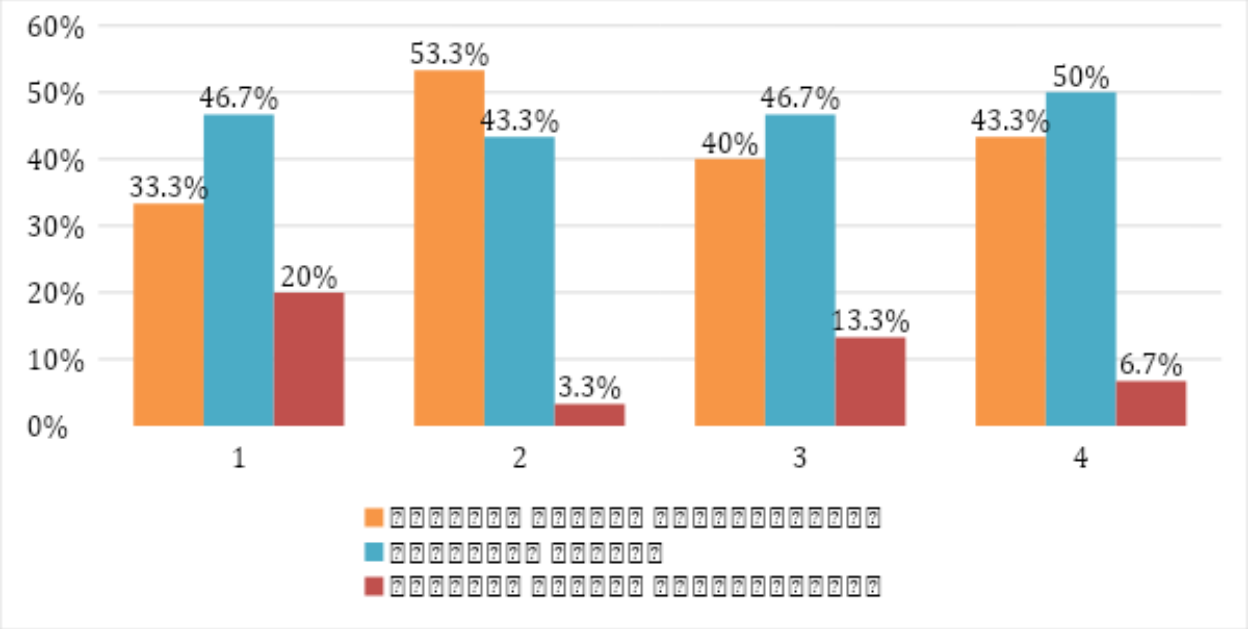


Рис. 3.8. Рівні контактності дітей ЕГ і КГ (за методикою О. Міхєєвої)

Як бачимо, в ЕГ на 20% стало більше дітей із високим рівнем контактності як показника соціальної адаптації дошкільників до умов ЗДО, а в КГ – тільки на 3,3% стало більше дітей з високим рівнем контактності. За отриманими даними підтверджуємо ефективність проведеної психологічної програми з підвищення адаптації дітей дошкільного віку до закладу дошкільної освіти. Це надає змогу рекомендувати розроблену та апробовану програму психологічної роботи з підвищення адаптації дошкільників до ЗДО до використання в роботі практичного психолога та вихователів, які працюють у закладах дошкільної освіти.

Висновки до розділу 3

За отриманими результатами дослідження встановлено, що третина дошкільників мають легку адаптацію (33,3%), ці діти активні та ініціативні у контактах з дорослим та однолітками, мають гарний емоційний стан і настрій, проявляють інтерес до ігрової діяльності, на зміну звичної ситуації реагують адекватно, проявляють прийняття. У половини дошкільників

виявлено середню адаптацію, і ще в 16,7% дітей встановлено прояви важкої адаптації.

Також встановлено, що третина дошкільників (33,3%) мають високий рівень за показниками психофізичного критерію адаптації, у них переважає міцний сон і гарний апетит, позитивний бадьорий настрій протягом дня. Ці дошкільники цікавляться взаєминами з дорослим та однолітками, вміють підтримувати діалог. Ще в 46,7% дітей встановлено середній рівень адаптації, і решта (20%) мають низький рівень адаптації, не стійкий емоційний стан, негативний настрій, мають проблеми із засинанням та прийомом їжі у дитсадку.

За результатами комплексної діагностики адаптації також виявлено високі прояви фізіологічних показників адаптації у третини дітей (33,3%), вони мають міцне здоров'я, не високу частоту та тривалість захворювань, достатню рухову активність, гарний апетит, міцний сон вдень. Щодо ставлення до пізнавальної діяльності половина дітей мають середній рівень, а в 30% дошкільників виявлено високий рівень. Також виявлено перевагу середнього і високого рівнів комунікативної діяльності дошкільників (у 35% і 46,7%). За характеристикою емоційних станів у дошкільників так само третина дітей мають високий рівень, що вказує на оптимальне самопочуття та гарний настрій, бадьорість, допитливість, активність у різних видах діяльності (33,3%). Також від 18,3% до 25% дітей мають низькі рівні сформованості всіх досліджуваних показників – низькі фізіологічні показники, негативне ставлення до пізнавальної діяльності, поганий настрій та не бажання до розставання з батьками, комунікативну пасивність, уникання контактів з дорослим та однолітками тощо.

За показниками контактності як одного із чинників соціальної адаптації дітей у дитсадку, встановлено, що 38,3% дітей мають високий рівень сформованості позитивної самооцінки, розуміння своїх якостей, що виявляються у спілкуванні з іншими. Половина дошкільників мають середній рівень готовності до взаємодії з дорослим, а в 33,3% дітей встановлено

високий рівень готовності до контактів з дорослим. Також третина дітей мають високий рівень вміння контактувати з однолітками, ініціювати діалогічне спілкування з ними, запрошувати до спільної гри (35% дошкільників). Загалом від 15% до 18,3% дітей мають низький рівень сформованості досліджуваних показників контактності. За загальним рівнем контактності – 36,7% дітей мають високий рівень, у 46,7% виявлено середній рівень, а решта 16,7% мають низький рівень контактності у взаємодії з дорослим та однолітками.

Проаналізовано відмінності в показниках адаптації у вихованців групи «Дослідники» та «Винахідники», і встановлено, що серед дітей 1 групи більше дошкільників мають низький рівень адаптації (на 6,7%), тому цю групу визначено як експериментальну для подальшої формувальної роботи. Аналізуючи отримані результати дослідження встановлено вікові відмінності у проявах адаптації дітей до умов дитсадка, зокрема, високий рівень адаптації властивий для третини 5-річних та 6-річних дітей (35% і 32,5%), а низький – більшою міро властивий для 5-річних дітей (на 6,7%-10%).

Для роботи з дошкільниками розроблено «Програму психологічної роботи з підвищення адаптації дітей до ЗДО», яка включає: 1) роботу з дітьми за «Програмою психологічних занять з підвищення адаптації дітей до ЗДО», що включає 6 психологічних занять наступної тематики: «Знайомство», «Привітання для друзів», «Мій настрій», «Лісовий дитячий садок», «Дитсадок для звірят», «Дружні малята»; 2) роботу з вихователями, що передбачає проведення консультативної роботи з вихователями ЗДО на тему «Важливість адаптації дітей до умов ЗДО»; 3) роботу з батьками, що включає надання рекомендацій для батьків дошкільників щодо оптимізації процесу адаптації дітей до умов ЗДО (за Н. Захаровою).

Після впровадження «Програми психологічної роботи з підвищення адаптації дітей до ЗДО» з вихованцями ЕГ «Дослідники» було організовано контрольне опитування дітей та вихователів, виявлено позитивні зміни в показниках адаптації дошкільників до умов ЗДО. З дітьми КГ «Винахідники»

додаткової психологічної роботи не проводили, вони склали контрольну групу дослідження.

Порівнюючи результати опитування дітей ЕГ і КГ на констатувальному та контрольному етапах дослідження, встановили, що для дошкільників ЕГ властиві позитивні зміни. А для дітей КГ зміни в адаптації невиразні, на рівні зростання на 6,7%-10% кількості вихованців з високим рівнем різних показників адаптації.

Зокрема, в ЕГ «Дослідники» на 16,7% стало більше дітей із проявами легкої адаптації, на 13,3% зменшилась кількість дошкільників зі важкою адаптацією. Також в ЕГ на 20% стало більше дітей із високим рівнем психофізичного критерію адаптації дітей до умов ЗДО, у них покращилися показники сну та апетиту, діти стали спокійнішими, швидше засинали, більше і з апетитом їли під час спільного прийому їжі. На стільки ж зменшилась кількість дошкільників із низьким рівнем психофізичного критерію адаптації дітей до умов ЗДО (на 20%).

Крім того, в ЕГ на 20% збільшилась кількість дітей із високим рівнем сформованості фізіологічних показників адаптації, на 23,3% стало більше дошкільників із високим рівнем активного ставлення до пізнавальної діяльності та з високим рівнем комунікативної діяльності, діти стали активніше спілкуватися з однолітками і дорослими, ініціювати взаємодію з ними. Ще в ЕГ на 20% стало більше дітей із гарним настроєм, позитивним проявом мотиваційної готовності до відвідування ЗДО.

При визначенні контактності – одного з компонентів соціальної адаптації в ЕГ на 20% стало більше дітей із високим рівнем, і на 16,7% зменшилась їх кількість із низьким рівнем. За отриманими результатами дослідження підтверджено ефективність проведеної психологічної роботи з підвищення адаптації дітей до умов ЗДО.

ВИСНОВКИ

Відповідно до проаналізованих і досліджених психологічних особливостей процесу адаптації дитини до дошкільного закладу зроблено такі висновки:

1. Теоретично проаналізовано психологічну характеристику розвитку дітей дошкільного віку.

Протягом дошкільного віку у психіці дитини виникають особливо важливі для її подальшого життя новоутворення. Дошкільний вік є періодом інтенсивного фізичного зростання, збільшення інтелектуальних здібностей, розвитку особистісних якостей. Основними новоутвореннями дошкільного віку є формування нової соціальної ситуації розвитку, яка опосередковується спілкуванням і взаємодією дітей. Провідним видом діяльності в дошкільників стає гра, під час якої діти опановують інші види діяльності. Дитина дошкільного віку є надзвичайно емоційною та допитливою, жвавою та охочою до пізнання навколишнього світу.

Діти виявляють інтерес до пізнавальних видів діяльності, у них починає розвиватися творча діяльність. Цінним надбанням дошкільного віку є те, що пізнавальні психічні процеси поступово починають працювати в режимі єдиної інтелектуальної діяльності, що проявляється об’єднання зовнішніх і внутрішніх дій. Загалом у дітей дошкільного віку домінує наочно-образне та наочно-дієве мислення, мимовільна пам’ять, а тому запам’ятовується тільки цікаве, а не те, що потрібно. Специфіка уваги дозволяє дитині працювати продуктивно тільки протягом 10-15 хвилин. Проте дітям властиве допитливе ставлення до навколишнього світу, в основі їх пізнавальної активності лежить потреба якомога повніше ознайомитися з явищами дійсності, оволодіти знаннями і навичками. І поступово вони стають здатними до цілеспрямованої пізнавальної діяльності.

Серед психологічних характеристик дітей дошкільного віку виділяється також активність під час рухливих ігор, емоційність, вольовий розвиток.

Дошкільниками починають усвідомлюватися норми і правила, діти починають підпорядковувати власні емоції та поведінку необхідним вимогам дорослих. Одним із аспектів соціального розвитку дітей дошкільного віку є прихід їх до закладу дошкільної освіти, набуття навичок взаємодії з однолітками, привчання спілкуватися з дорослими (вихователем та психологом, медичним працівником ЗДО).

2. З'ясовано психологічні особливості адаптації дошкільників до умов закладу дошкільної освіти.

Входження дитини в нове соціальне середовище закладу дошкільної освіти ускладнюється проблемою адаптації, необхідністю швидко зорієнтуватися в невідомих раніше умовах та обставинах, та потребою активізувати адаптаційні ресурси.

У психологічній літературі під адаптацією дитини до ЗДО розуміється процес пристосування психіки дитини в умовах переходу до систематичної організованої навчальної діяльності. В період адаптації дитини до ЗДО відбувається перебудова її пізнавальної, мотиваційної й емоційно-вольової сфер.

Адаптаційний період кожного дошкільника на початковому етапі пристосування до умов ЗДО супроводжується такими особливостями: відбувається фізіологічне пристосування організму дитини до змін у режимі й навантаженні; засвоюються способи і прийоми нової діяльності – процесу навчання, спілкування з іншими дітьми, спільної гри; здійснюється оцінка змін у навколишній реальності (комфортних або дискомфортних) та відповідне регулювання поведінки і діяльності дитини.

Протилежним явищем є дезадаптація, що виявляється в тимчасових порушеннях поведінки, самосприйняття та емоційного стану, що при відсутності вчасної психологічної допомоги можуть зумовити подальший дисгармонійний розвиток особистості.

Адаптація дитини дошкільного віку до умов дитсадка має прояви фізіологічної, психічної, психологічної і соціальної адаптації. При цьому

процес пристосування дітей до нових умов складається з трьох етапів: «буря» (від 2-3 днів до 1-2 місяців у окремих дітей); «буря затихає» (від 1 тижня до 2-3 місяців); «штиль» (від 2-3 тижнів до 6 місяців).

Кожна дитина в період вступу до закладу дошкільної освіти проходить через три фази адаптації: гостра, або період дезадаптації (від 2-3 днів до місяця або й навіть 2 місяців); фаза поступового пристосування (триває від 1 тижня до 2–3 місяців); фаза компенсації (від 2-3 тижнів до 6 місяців). Залежно від тривалості і складності перебігу адаптаційного синдрому ступені адаптації дітей до умов ЗДО включають легкий, середній, і складний (важкий). Критерієм адаптації є емоційно позитивне ставлення дитини до відвідування закладу дошкільної освіти (емоційний стан дитини); характер самостійної діяльності; ставлення до дорослих та однолітків.

Успішне закінчення адаптаційного процесу дошкільника до умов ЗДО характеризується спокійним, бадьорим, веселим настроєм дитини протягом дня; адекватним характером розставання за батьками; умінням спілкуватися з однолітками; бажанням їсти самостійно; спокійним денним сном та міцним нічним сном.

3. Емпірично досліджено психологічні особливості адаптації дошкільників до закладу дошкільної освіти; встановлено вікові характеристики прояву адаптації дітей дошкільного віку до закладу дошкільної освіти.

В процесі емпіричного дослідження використано психодіагностичні методики: «Лист психологічної адаптації» (Л. Васильєва, О. Махновська, О. Яковлєва); «Картка адаптації дошкільника» (О. Каліман); «Діагностика рівнів адаптації дітей до дошкільного навчального закладу» (С. Бурсова); Методика визначення рівня контактності дошкільника» (О. Міхєєва). Опитано 2 групи дітей дошкільного віку у кількості по 30 дітей в кожній групі (група 1 «Дослідники» і група 2 «Винахідники»). Також в процесі дослідження було опитано вихователів цих дошкільників.

За результатами дослідження третина дошкільників мають легку адаптацію (33,3%). У половини дошкільників виявлено середню адаптацію, і ще в 16,7% дітей встановлено прояви важкої адаптації. При цьому третина дошкільників (33,3%) мають високий рівень за показниками психофізичного критерію адаптації, а в 20% дітей виявлено низький рівень адаптації, не стійкий емоційний стан, негативний настрій, мають проблеми із засинанням та прийомом їжі у дитсадку.

Високі прояви фізіологічних показників адаптації у третини дітей (33,3%), у 30% дошкільників виявлено високий рівень позитивного ставлення до пізнавальної діяльності. Також виявлено перевагу середнього і високого рівнів комунікативної діяльності дошкільників (у 35% і 46,7%). При цьому від 18,3% до 25% дітей мають низькі рівні сформованості всіх досліджуваних показників адаптації – низькі фізіологічні показники, негативне ставлення до пізнавальної діяльності, поганий настрій та не бажання до розставання з батьками, комунікативну пасивність, уникання контактів з дорослим та однолітками тощо.

За показниками контактності 36,7% дітей мають високий рівень, у більшості встановлено середній рівень, а в 16,7% виявлено низький рівень контактності у взаємодії з дорослим та однолітками.

Також встановлено вікові відмінності у проявах адаптації дітей до умов дитсадка, зокрема, високий рівень адаптації властивий для третини 5-річних та 6-річних дітей (35% і 32,5%), а низький – більшою міро властивий для 5-річних дітей (на 6,7-10%).

При аналізі відповідей дошкільників групи «Дослідники» та «Винахідники» помічено, що третина дітей кожної з груп мають високий рівень адаптації, однак низький – більш властивий для дітей групи «Дослідники». На основі цього ж подальшої розвивальної роботи залучено дітей групи «Дослідники» (експериментальна група), а з дітьми групи «Винахідники» додаткової психологічної роботи не проводилося.

4. Розроблено та апробовано програму психологічної роботи з підвищення адаптації дітей до ЗДО.

Для психологічної роботи у напрямі підвищення показників адаптації дітей до дитсадка розроблено «Програму психологічної роботи з підвищення адаптації дітей до ЗДО». Програма включає: 1) роботу з дітьми за «Програмою психологічних занять з підвищення адаптації дітей до ЗДО, що має на меті: підвищити адаптованість дітей до умов ЗДО та групи однолітків, розвивати навички взаємодії з вихователем і однолітками, активізувати пізнавальну та ігрову діяльність дітей. Структурно програма включає 6 психологічних занять такої тематики: «Знайомство», «Привітання для друзів», «Мій настрій», «Лісовий дитячий садок», «Дитсадок для звірят», «Дружні малята»; 2) роботу з вихователями, що передбачає проведення консультативної роботи з вихователями ЗДО на тему «Важливість адаптації дітей до умов ЗДО»; 3) роботу з батьками, що включає надання рекомендацій для батьків дошкільників щодо оптимізації процесу адаптації дітей до умов ЗДО.

Після проведення з дітьми психологічної роботи з підвищення адаптації дошкільників до закладу дошкільної освіти встановлено позитивну динаміку змін у показниках адаптації дітей експериментальної групи. Зокрема, в ЕГ «Дослідники» на 16,7% стало більше дітей із проявами легкої адаптації, на 13,3% зменшилась кількість дошкільників зі важкою адаптацією.

Ще в ЕГ на 20% стало більше дітей із високим рівнем психофізичного критерію адаптації, на стільки ж зменшилась кількість дошкільників із низьким рівнем адаптації.

В ЕГ на 23,3% стало більше дошкільників із високим рівнем активного ставлення до пізнавальної діяльності, також з високим рівнем розвитку комунікативної діяльності. Ще в ЕГ на 20% стало більше дітей із гарним настроєм, позитивним проявом мотиваційної готовності до відвідування ЗДО.

Також в ЕГ на 20% підвищилась кількість дітей із високим рівнем готовності до взаємодії з дорослим, на 23,3% підвищилась частина дітей із

високим рівнем вміння контактувати з оточуючими людьми, ініціювати діалогічне спілкування з однолітками, запрошувати до спільної гри. За загальним рівнем контактності в ЕГ на 20% стало більше дітей із високим рівнем, і на 16,7% зменшилась їх кількість із низьким рівнем контактності.

Вищевказані результати засвідчують позитивні зміни в проявах адаптації дошкільників до закладу дошкільної освіти внаслідок проведення з ними психологічної роботи з підвищення адаптації дітей до ЗДО. Рекомендуємо розроблену та апробовану програму психологічної роботи з підвищення адаптації дошкільників до ЗДО до використання в роботі практичного психолога та вихователів, які працюють у закладах дошкільної освіти.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Аврамчук Ю. В. Комаревич Г. О. Педагогічні умови адаптації дітей раннього віку до дошкільного навчального закладу. *Навчання і виховання дітей дошкільного і молодшого шкільного віку: актуальні питання теорії і методики / за заг. ред. О. О. Максимової, М. А. Федорової.* Житомир: ФОП Левковець, 2016. У 2-х ч. Ч. І. С. 15–18.

2. Адаптація учнів до шкільного навчання. 1–10 класи / Уклад.: О. Є. Марінушкіна, Ю. О. Замазій; За заг. редакцією Л. Д. Покроєвої. Харків: Вид-во «Ранок», 2011. 192 с.

3. Андреєва Т. Проблема адаптації дітей дошкільного віку до умов ДНЗ: аналітичний підхід. *Вісник НПУ ім. М.П. Драгоманова. «Філософія, педагогіка, психологія»: зб. наук. пр.* Київ: Вид-во Національного пед. ун-ту ім. М.П. Драгоманова, 2009. Вип. 3. С. 34–37.

4. Артемова Л. В. Вчися граючись : навколишній світ у дидактичних іграх дошкільнят : Для вихователів дитячих садків та батьків. Київ : Томіріс, 1995. 112 с.

5. Базовий компонент дошкільної освіти / Т. Піроженко та ін. Київ, 2021. 26 с. URL: https://mon.gov.ua/ua/osvita/doshkilna-osvita/bazovij-komponent-doshkilnoyi-osviti-v-ukrayini.

6. Білан О. І. Програма розвитку дитини дошкільного віку «Українське дошкілля» / за заг. ред. О. В. Низковської. Тернопіль: Мандрівець, 2017. 256 с.

7. Бондаренко О. І., Ватаманюк Г. П. Формування комунікативної готовності старших дошкільників до навчання в школі в ігровій діяльності. URL : http://conference.pu.if.ua/forum/files/30112017/6/bondar.PDF.

8. Бурова А. Дидактичні ігри: організація та керівництво. *Дошкільне виховання.* 2002. №7. С. 12–14.

9. Бурсова С. С. Адаптація дитини до умов дошкільного навчального закладу як психолого-педагогічна проблема. *Педагогічні науки : збірник наукових праць.* Полтава, 2011. Вип. 1. С. 49–53.

10. Бурсова С. С. Підготовка майбутніх вихователів у рамках вивчення спецкурсу «Організація педагогічної підтримки дітей у період адаптації до ДНЗ». *Проблеми підготовки сучасного вчителя*. 2013. № 8 (Ч. 2). С. 137–142.

11. Бурсова С. С. Діагностика рівнів адаптації дітей до дошкільного навчального закладу. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології.* 2015. № 10. С. 263–270.

12. Бурсова С., Карапузова І. Психологічний супровід дітей у період адаптації до дошкільного навчального закладу. *Педагогічна освіта: теорія і практика : Збірник наукових праць.* Кам'янець-Подільський, 2017. Вип. 23 (2–2017). Ч. 1. С. 57–62.

13. Васильєва Л., Махновська О., Яковлєва О. Емоційне благополуччя дитини в період адаптації до дитячого садка. *Психолог у дитсадку.* 2011. № 3. С. 102–116.

14. Васильченко О. А. Ігрова терапія як метод соціальної роботи з дітьми шкільного віку. *Вісник НТУУ «КПІ». Політологія. Соціологія. Право.* 2013. Вип. 3 (19). С. 90–94.

15. Видра О. Г. Вікова та педагогічна психологія : навчальний посібник. Київ: Центр учбової літератури, 2011. 112 с.

16. Вихор С. Т. Гра як процес соціалізації дітей різних статей. *Вісник Запорізького національного університету. Серія: Педагогічні науки.* 2009. Вип. 2. С. 38−41.

17. Гончаренко С. У. Український педагогічний словник. Київ : Либідь, 1997. 374 с.

18. Губа Н. О. Роль вихователя у формуванні комунікативної компетентності дошкільника. *Психологічні перспективи.* 2011. Вип. 17. С. 76–83.

19. Гурковська Т. Вперше до дитсадка. *Дошкільне виховання*. 1999. № 2. С. 12–16.

20. Гурковська Т. Почуття захищеності та адаптація новачків. *Практичний психолог. Дитячий садок*. 2016. Вип. 6. С. 1.

21. Діти і соціум : особливості соціалізації дітей дошкільного та молодшого шкільного віку : монографія / А. М. Богуш та ін.; за заг. ред. Н. В. Гавриш. Луганськ : Альма-матер, 2006. 368 с.

22. Дмитришина Н. Адаптація дітей раннього віку до перебування в ДНЗ. Семінар-тренінг для вихователів та помічників вихователів. *Психолог.* 2008. № 3. С. 7–10.

23. Дмитріюк Н. С. Проблема тривожності у старших дошкільників: деякі емпіричні кореляти та індикатори. *Актуальні проблеми психології.* 2015. № 1. С. 133–143.

24. Доманюк О. М. Соціалізація дитини в умовах дошкільного навчального закладу. *Педагогічний дискурс.* 2011. Вип. 10. С. 146−149.

25. Друзяк О. М. Соціалізація дитини у процесі сюжетно-рольових ігор в умовах дошкільного закладу. *Таврійський вісник освіти*. 2012. №2 (38). С. 135−143.

26. Дурманенко О. Розвиток соціальної компетентності дошкільників у процесі спілкування з дорослими. *Молодь і ринок.* 2016. №7 (138). С. 54–59.

27. Дуткевич Т. В. Дитяча психологія : [навч. пос.]. Київ: Центр учбової літератури, 2011. 424 с.

28. Заброцький М.М. Вікова психологія: Навч. посіб. К.: МАУП, 2002. 104 с.

29. Залеська О. В. Модуль для дітей дошкільного віку «В надійних обіймах». *Корекційно-розвиткова програма формування стійкості до стресу в дітей дошкільного віку та школярів «Безпечний простір» :* [навч.-метод. посіб.]. Київ : НаУКМА, ГЛІФ Медіа, 2017. С. 33–60.

30. Захарова Н. М. Адаптація дітей до дитсадка: семінари для педагогів та батьків. *Дошкільне виховання*. 2006. № 4. С. 34–36.

31. Захарова Н. М. Адаптація дітей до дитячого садка. *Дошкільне виховання.* 2006. №4. С. 8–11.

32. Захарова Н. М. Адаптація дітей дошкільного віку до сучасного соціального простору: Монографія. Донецьк: вид-во «Ноулідж», 2010. 218 с.

33. Захарова Н. М. Адаптація дітей дошкільного віку: монографія. Донецьк: Ноулідж, 2012. 218 с.

34. Захарова Н. М. Соціальна адаптація старших дошкільників засобами ігрової діяльності: Автореф. дис. канд. пед. наук: 13.00.08. Бердянськ, 2007. 21 с.

35. Ігрова діяльність дошкільника : молодший дошкільний вік / Т. О. Піроженко, Т. В. Завязун, І. І. Карабаєва, Л. І. Соловйова, О. О. Сахно. Київ : Генеза, 2016. 88 с.

36. Кагарлицька О. Соціальна адаптація дітей дошкільного віку засобами ігрової діяльності. *Вісник Інституту розвитку дитини. Серія : Філософія, педагогіка, психологія : зб. наук. пр.* Київ: Вид-во НПУ ім. В. П. Драгоманова, 2010. № 7. URL: http://www.nbuv.gov.ua/portal/Soc_Gum/Vird/2010_7/14.pdf.

37. Каліман О. Карта психологічного супроводу розвитку дитини – від адаптації до готовності до школи. *Практичний психолог. Дитячий садок*. 2016. Вип. 6. С. 34–41.

38. Канарова О. Роль вихователя у формуванні толерантності дітей дошкільного віку. *Науковий вісник Мелітопольського державного педагогічного університету. Серія «Педагогіка».* 2015. Вип. 1(14). С. 106–110.

39. Каньоса Н. Адаптація дітей раннього віку до умов закладів дошкільної освіти. *Педагогічна освіта: теорія і практика : зб. наук. праць*. Кам’янець-Подільський, 2018. Вип. 24 (1–2018), ч. 2. С. 248–253.

40. Каплунова К. Соціалізація як засіб усвідомлення старшими дошкільниками досвіду взаємодії з людьми. *Актуальні проблеми психології. Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України*. 2013. Том. IV. Психологія розвитку дошкільника. Вип. 9. С. 90–103.

41. Каралашвілі О., Малахова Н. Організація роботи з адаптації дітей до дошкільного закладу. *Вихователь-методист дошкільного закладу*. 2013. № 6. С. 35–53.

42. Карапузова І. В. Сутність поняття «адаптація». URL: http://www.rusnauka.com/11_EISN_2008/Pedagogica/30675.doc.htm.

43. Кононко О. Л. Психологічні основи особистісного становлення дошкільника (Системний підхід). Київ: Стилос, 2000. 336 с.

44. Кононко О. Л. Соціально-емоційний розвиток особистості (в дошкільному дитинстві): навч. посіб. Київ : Освіта, 1998. 225 с.

45. Кравченко Т. В. Соціалізація особистості і соціальне середовище. *Теоретико-методологічні проблеми дітей та учнівської молоді: Зб. Наук. пр.* Київ, 2006. Вип. 9. Кн. 2. С. 23–29.

46. Кравчук Л. Особливості шкільної адаптації першокласників. *Сучасна школа України.* 2013. № 9 (261). С. 4–16.

47. Кубата Н. П., Айзенбарт М. М. Гра як засіб формування соціальної компетенції у дітей старшого дошкільного віку. *Молодий вчений.* 2018. № 5 (57). С. 53–57.

48. Литвин І., Замедянська Т. Взаємодія психологічної та методичної служб як запорука успішної адаптації новачків. *Практичний психолог. Дитячий садок.* 2016. Вип. 6. С. 42–47.

49. Малєєва О. В. Психологічні особливості дезадаптації дітей старшого дошкільного віку та шляхи їх подолання : автореф. дис. … канд. психол. наук : 19.00.07. О., 2013. 23 с.

50. Малєєва О.В. Психологічні особливості дезадаптації та її корекція у старших дошкільників засобами ігрової терапії. URL: http://www.nbuv.gov.ua/portal/soc_gum/pspo/2008_19_1/doc_pdf/Maleeva_st.pdf

51. Марценюк М. О., Левицька К. В. Гра як розвивальне середовище дошкільника. *Актуальні проблеми сучасної дошкільної освіти : збірник тез доповідей Всеукраїнської науково-практичної Інтернет-конференції, 26*

жовтня 2017 р., Мукачево / Ред.кол. : В.І. Кобаль (гол.ред.) та ін. Мукачево : МДУ, 2017. С. 102–105.

52. Марчук Г. В. Проблема формування соціального досвіду дошкільників в світлі поглядів Т. І. Поніманської. *Інноватика у вихованні.* 2018. Вип. 7(1). С. 276–285.

53. Матвійчук Н. М., Медведюк К. О. Педагогічні умови формування міжособистісних взаємин дітей старшого дошкільного віку. *Навчання і виховання дітей дошкільного і молодшого шкільного віку: актуальні питання теорії і методики / за заг. ред. О. О. Максимової, М. А. Федорової.* Житомир: ФОП Левковець, 2016. У 2-х ч. Ч. І. С. 133–137.

54. Маценко Ж. Незабаром у дитячий садок : особливості психолого-педагогічного підходу до дітей, що вступають до дошкільного закладу. *Психолог.* 2003. № 17. С. 2–10.

55. Михайлова К. В., Савченко Л. А. Організація життєдіяльності дітей у процесі адаптації до ДНЗ. *Актуальні проблеми сучасної дошкільної освіти : збірник тез доповідей Всеукраїнської науково-практичної Інтернет-конференції, 26 жовтня 2017 р., Мукачево* / Ред. кол. : В. І. Кобаль (гол. ред.) та ін. Мукачево : МДУ, 2017. С. 114–118.

56. Міхєєва О. Діагностика особливостей соціальної адаптації дітей старшого дошкільного віку. *Вісник Інституту розвитку дитини. Серія : Філософія, педагогіка, психологія : зб. наук. пр.* Київ : Вид-во НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2010. № 10. URL: http://www.nbuv.gov.ua/portal/Soc_Gum/Vird/2010_10/19.pdf

57. Мушинський В. Особливості адаптації дітей до умов дитячого закладу. *Психолог*. 2004. № 25–26. С. 3–12.

58. Нечай С. П. Адаптація дітей-сиріт молодшого дошкільного віку до умов дитячого будинку засобами музично-театралізованої діяльності : автореф. дис... канд. пед. наук: 13.00.08. Київ, 2001. 21 с.

59. Нурєєва О. С., Шейнфельд З. І. Таємниці адаптації. Психологічні особливості дітей дошкільного віку. Харків : Вид. група «Основа», 2008. 160 с.

60. Опанащук А. А. Формування навичок соціально визнаної поведінки молодших дошкільників в спільній з однолітками діяльності. *Навчання і виховання дітей дошкільного і молодшого шкільного віку: актуальні питання теорії і методики / за заг. ред. О. О. Максимової, М. А. Федорової.* Житомир: ФОП Левковець, 2016. У 2-х ч. Ч. І. С. 159–163.

61. Панасенко Е. А., Ремізова В. М., Нестерова С. А. Адаптація і дезадаптація у дітей дошкільного віку : проблеми психодіагностики та психокорекції. *Молодий вчений*. 2019. № 10.1. С. 5–8.

62. Пасічніченко А. В. Дитяче співтовариство як чинник соціалізації дошкільника. *Багатовимірність особистості: теорія, психодіагностика, корекція. Зб. наук. праць за матеріалами Всеукр. наук.-практ. семінару з міжнар. участю (м. Полтава, 23 березня 2017 р).* Полтава: ПНПУ імені В. Г. Короленка, 2017. С. 218–222.

63. Печенко І. П. Соціалізація особистості у дошкільному дитинстві у просторі дитячої субкультури. *Збірник наук. пр. Полтавського держ. ун-ту ім. Н.В. Короленка.* Полтава, 2005. С. 6–15.

64. Печенко І. П. Теоретичні позиції побудови експериментальної моделі соціалізації особистості в дошкільному дитинстві. *Соціальна педагогіка: теорія і практика.* 2008. №1. С. 9–17.

65. Піроженко Т., Хартман О. Психологічні чинники становлення відповідальності батьків за розвиток дитини дошкільного віку. *Дошкільна освіта.* 2010. № 2 (28). С. 68–72.

66. Полюхович Г. П. Особливості темпераменту – основа адаптації дитини. URL : https://naurok.com.ua/osoblivosti-temperamentu-osnova-adaptaci-ditini-9873.html

67. Поніманська Т. І. Дошкільна педагогіка: навч. пос. Київ : Академвидав, 2004. 456 с.

68. Поніманська Т. І. Світ людей у вихованні соціальної компетентності дошкільника. *Оновлення змісту, форм і методів навчання і виховання в закладах освіти : зб. наук. праць. Наукові записки Рівненського державного гуманітарного університету.* Рівне : РДГУ, 2000. Вип. 9. С. 90−93.

69. Прахова С. А. Комплексна програма активізації психологічних детермінант подолання фрустраційних станів дітей різних вікових груп. *Актуальні проблеми психології в закладах освіти*. 2019. Вип. 9. С. 180–189.

70. Прибора Т. Індивідуальний підхід до дітей дошкільного віку з різними видами адаптації у ДНЗ. *Психолого-педагогічні проблеми сільської школи.* 2013. Вип. 44. С. 180–185.

71. Проблеми розвитку та корекція емоційної сфери молодшого школяра / Упоряд. О. А. Атемасова. Х.: Вид-во Ранок, 2010. 176 с.

72. Савчин М. В., Василенко Л. П. Вікова психологія : [навч. пос.]. К. : Академвидав, 2005. 360 с.

73. Садова І. І. Структурні компоненти соціально-психологічної готовності дітей до шкільного навчання. *Проблеми загальної та педагогічної психології : зб. наук. пр. Ін-ту психології ім. Г. С. Костюка НАПН України / Ін-т психології ім. Г. С. Костюка НАПН України*. Київ, 2010. Т. 12, Ч. 2. С. 288–295.

74. Скрипник Н. Характеристика психологічних особливостей розвитку гуманних взаємостосунків у дітей дошкільного віку. *Гуманізація навчально-виховного процесу. Секція «Дошкільне виховання».* Слов’янськ, 2011. Вип. LVIII. Ч. II. С. 193–198.

75. Стреж Л. В. Сходинки адаптації дітей раннього віку. Київ : Шк. світ, 2009. 128 с.

76. Федорова М. А. Виховання культури поведінки у дітей 6-7-го років життя (в умовах навчально-виховного комплексу «школа – дитячий садок»). *Морально-етичні засади формування зростаючої особистості :*

монографія / за ред. проф. М. В. Левківського. Житомир : ЖДУ, 2008. С. 128–142.

77. Хміляр С. Емоційне виховання дітей чотирьох-шести років за допомогою ігрових технологій та технік. *Вісник інституту розвитку дитини: зб. наук. пр.* 2010. Вип. 7. С. 173–178.

78. Цуркан Т. Г., Максимчук А. Ю. Вплив сім'ї на виховання культури поведінки дитини. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології.* 2015. № 10(54). С. 319–324.

79. Черкас Р. В., Худак С. В. Вплив рухової активності на розвиток мовлення дітей дошкільного віку з порушенням опорно-рухового апарату: Консультація для батьків. URL: http://kristti.com.ua/upload/file/nmk_doshk&poch&pozashk.osvita/konsultac_ya_dlya_batk_v_d_tey_z_porushennyam_oporno_ruhovogo_ap.doc.

80. Шкляр Н. А. Проблема первинної соціалізації дітей молодшого віку в сучасному науково-педагогічному просторі. *Теоретико-методичні проблеми виховання дітей та учнівської молоді.* 2015. Вип. 19(2). С. 366–378.

81. Шкляр Н. А. Формування позитивного ставлення у дітей четвертого року життя до закладу дошкільної освіти: автореф. дис. канд. пед. наук: 13.00.08 – дошкільна педагогіка. Київ, 2019. 25 с.

82. Я у Світі. Програма розвитку дитини від народження до шести років / О. П. Аксьонова, А. М. Аніщук, Л. В. Артемова та ін. ; наук. кер. О. Л. Кононко. Київ : ТОВ «МЦФЕР-Україна», 2019. 488 с.

83. Яковенко Л. Б., Рибалко О. О. Особливості навчання дітей шестирічного віку у першому класі. *Вісник Чернігівського державного педагогічного університету.* Чернігів : ЧДПУ ім. Т. Г. Шевченка, 2009. Вип. 68. Сер.: Психологічні науки. С. 150–152.

ДОДАТКИ

Додаток А

«Лист психологічної адаптації» (Л. Васильєва, О. Махновська, О. Яковлєва)

Прізвище, ім'я дитини _____Дата народження _____
Дата вступу в ДНЗ _____Вік при вступі _____
Група здоров'я _____
Дані антропометрії: ріст _____ вага _____(при вступі)
ріст _____ вага _____(через місяць)
Захворювання до вступу _____
Індивідуальні особливості _____
Звички

Параметри			Дні спостережень/оцінка параметрів у балах																							
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	...														25
Показники психічного здоров'я	Емоційний стан																									
	Соціальні контакти	*з дітьми*																								
		з дорослими																								
	Пізнавальна й ігрова діяльність																									
	Реакція на зміну звичної ситуації																									

Перенесені захворювання, кіл-ть пропущених днів _____
Оцінка адаптаційного періоду: _____Педагог-Психолог _____

Оцінка параметрів адаптації.

Параметри	**Оцінка** /бали/		
	3	**2**	**1**

Показники психічного здоров'я	Емоційний стан	*позитивне*	*нестійке*	*негативне*
	Соціальні контакти з дітьми	*ініціативний, контактний*	*вступає в контакт за підтримкою дорослого*	*пасивний, реакція протесту*
	Соціальні контакти з дорослими	*ініціативний, контактний*	*приймає ініціативу дорослого*	*реакція протесту, уникання контакту*
	Пізнавальна й ігрова діяльність	*активний, проявляє інтерес*	*активний за підтримкою дорослого*	*пасивний, реакція протесту*
	Реакція на зміну звичної ситуації	*прийняття*	*тривожність*	*неприйняття*

Ступінь адаптації:

Легка – до 15 днів – 16 -20 балів
Середня – 15-25 днів – 15 -11 балів
Важка – більше 25 днів – 10 - 7 балів

Додаток Б
«Картка адаптації дошкільника» (О. Каліман)

(для дослідження психофізичного критерію адаптації дітей до умов ЗДО)

Прізвище, ім’я дитини _____.
Вік .

		Показники адаптації			
Дата спостереження (за тижнями)		Емоційний стан	Комунікабельність	Сон	Апетит
Перший	Пн. Вт. Ср. Чт. Пт.				
Другий	Пн. Вт. Ср. Чт. Пт.				
Третій	Пн. Вт. Ср. Чт. Пт.				
Четвертий					
П’ятий					
Шостий					
Сьомий					
Восьмий					

Умовні позначки:

Емоційний стан:
++ (3 бали) — має адекватний емоційний стан протягом всього періоду перебування в дошкільному закладі;
+ (2 бал) — плаче під час прощання з батьками, але швидко заспокоюється;
+/– (1 бал) — має змінний емоційний стан;
– (0 балів) — постійно плаче, важко заспокоюється.

Комунікабельність:
++ (3 бали) — виявляє цікавість до дітей та працівників групи;
+/– (1 бал) — спілкується ситуативно, за потреби просить допомоги;
– (0 балів) — уникає контакту з дітьми та дорослими.

Сон:
++ (3 бали) — засинає швидко, сон міцний;
+ (2 бал) — дозволяє себе заколисати, сон тривалий;
+/– (1 бал) — довго засинає, сон нетривалий;
– (0 балів) — не спить.

Апетит:
++ (3 бали) — має добрий апетит;
+ (2 бал) — має нормальний апетит, дозволяє себе нагодувати;
+/– (1 бал) — має вибірковий апетит, не дозволяє себе нагодувати;
– (0 балів) — не їсть.

За виділеними показниками сформуємо висновок про такі психофізичні ознаки адаптації дітей:

Оптимальну адаптацію характеризують:

- Емоційний стан (3 бали): позитивний емоційний стан, дитина легко розстається з батьками, активно включається в ігри у дитсадку, має гарний настрій;
- Комунікабельність (3 бали): комунікабельність, активність комунікативної поведінки, зосередженість на поточному занятті;
- Сон / Апетит: (3 бали): наявність гарного апетиту під час прийому їжі в дитсадку, наявність спокійного денного сну.

Загальний рівень психофізичного критерію:

7-9 балів – високий рівень.

4-6 балів – середній рівень.

0-3 бали – низький рівень.

Додаток В

«Діагностика рівнів адаптації дітей до дошкільного навчального закладу (С. Бурсова)

На думку автора методики, адаптованість дітей до ЗДО можна визначити у площині фізіологічного (задовільний, незадовільний соматичний стани), психоемоційного (позитивний стан психіки, задоволеність, негативні емоції), соціального (пізнання нового середовища, умов, ефективність у сфері спілкування, діяльності) та психологічного (адекватність поведінки, включення у спільні ігри та діяльність з однолітками та дорослими) благополуччя.

Критерії і показники адаптації дітей до дошкільного навчального закладу:

Показники	Характеристики	Бали
1. Фізіологічні показники (загальний стан організму, частота та тривалість захворювань, особливості апетиту, рухова активність, особливості процесу засипання, перебігу та тривання денного сну);	Фізіологічні показники позначали у такий спосіб: 1) позитивні: загальний стан організму дитини в нормі, дитина рідко піддається вірусним захворюванням, вона активна, має гарний апетит, її сон глибокий, тривалий, характер засипання – швидкий, вміє самостійно задовольняти свої природні потреби; 2) мінливі: зниження захисних сил організму значно не виражено, хворіє дитина рідко, без ускладнень, періодами спостерігається погіршення сну та апетиту, рухливість дитини залежить від настрою; 3) негативні: спостерігається загальне ослаблення організму, дитина млява, малорухлива, сон не глибокий, процес засипання неспокійний, можливий з додатковими впливами, дитина часто хворіє, можливі ускладнення, спостерігаються відмови від їжі (особливо вранці), в багатьох випадках можуть виникати функціональні порушення випорожнень.	3 2 1
2. Ставлення до пізнавальної діяльності (активність в ігровій діяльності, інтерес до навчально-виховного процесу);	Ставлення дитини до пізнавальної діяльності визначали наступним чином: 1) активне: дитина задовольняє свої потреби у різних видах діяльності, активно приймає участь у всіх режимних моментах, активна під час заняття, проявляє зацікавленість довколишнім; 2) малоактивне: дитина не завжди зайнята діяльністю, активна діяльність змінюється періодами бездіяльності, часто спостерігаються ігри на самоті; 3) пасивне: у дитини переважає бездіяльність, її важко залучити до групових ігор, під час заняття дитина пасивна, не намагається досліджувати нове оточення;	3 2 1
3. Комунікативна діяльність (мовна активність, взаємодія з дорослими та з однолітками, соціальні навички);	Тут оцінювання проводилося таким чином: 1) ініціативне мовлення: дитина активна у спілкуванні з однолітками та вихователем, сформовані соціальні навички; 2) мовлення у відповідь: мова загальмована, але дитина йде на контакт у відповідь на прохання чи вказівки вихователя, у неї спостерігається наявність певної напруженості у взаєминах з оточенням та у спілкуванням з дітьми; 3) пов’язане зі спогадами про близьких: дитина замкнута, мовлення не активне, майже завжди пов’язане зі спогадами про близьких та їх приходом до дошкільного навчального закладу, ставлення дитини до близьких – емоційно-збуджене (плач, крик під час розлучення), ставлення до дорослих вибіркове, а до дітей, як правило, байдуже, проте може бути й зацікавленим.	3 2 1
4. Характеристика емоційних станів	Характеристику емоційних станів позначали у такий спосіб: 1) стабільний позитивний емоційний стан: спокійний, урівноважений емоційний стан дитини, коли дитина контролює	3

(поведінка дитини у момент розтавання з батьками, загальний емоційний стан, мотиваційна готовність до відвідування дошкільного навчального закладу, перевага негативних чи позитивних емоцій).	свої емоції та настрій, часто усміхається, її реакції позитивно забарвленні; 2) нестабільний емоційний стан: дитина не завжди контролює свої емоції та настрій, може швидко переходити від одного емоційного стану до зовсім іншого, з'являються ознаки невротичних реакцій: вибірковість у ставленні до дорослих і однолітків, спілкування лише за певних умов, але задоволена відвідуванням дитячого садка; 3) стабільний негативний емоційний стан: у дитини наявна різка зміна настрою, часті вибухи гніву та роздратованості, активний емоційний стан в основному проявляється в плачі та крику, часто спостерігаються прояви нервового збудження, поведінка дитини може межувати з невротичним станом, під час періоду неспання дитина пригнічена, немає настрою, дитина тривалий час плаче, напружено стискає у кулачку носову хустинку чи домашню іграшку.	2 1

11-12 балів – високий рівень адаптації
7-10 балів – середній рівень адаптації
4-6 балів – низький рівень адаптації

За характерними проявами адаптації за цими показниками визначено три рівні (типи) дітей:

I група дітей – діти з високим рівнем адаптації. До цієї групи були віднесені вихованці, загальний стан організму яких у нормі, вони рідко піддається вірусним захворюванням, активні, мають гарний апетит, їх сон глибокий, тривалий, характер засипання – швидкий, вміють самостійно задовольняти свої природні потреби; активно приймають участь у різних видах діяльності, проявляють зацікавленість довколишнім; діти активні у спілкуванні з однолітками та вихователем, у них сформовані соціальні навички; вони спокійні, урівноважені, контролюють свої емоції та настрій, часто усміхаються, їх реакції позитивно забарвленні, мають адекватне уявлення про дитячий садок, впевнені у собі, доброзичливі, задоволені новим соціальним оточенням, своїм місцем та роллю в ньому.

II група дітей – діти не мають значно вираженого зниження захисних сил організму, хворіють рідко, без ускладнень, періодами спостерігається погіршення сну та апетиту, їх рухливість залежить від настрою; вони не завжди зайняті діяльністю, часто спостерігаються ігри на самоті; мова загальмована, але діти йдуть на контакт у відповідь чи прохання чи вказівки вихователя, у них спостерігаються наявність певної напруженості у взаєминах з оточенням та у спілкуванням з дітьми; вони не завжди контролюють свої емоції та настрій, швидко переходять від одного емоційного стану до зовсім іншого, можуть з’являтися ознаки невротичних реакцій: вибірковість у ставленні до дорослих і однолітків, спілкування лише за певних умов, але в цілому діти задоволені відвідуванням дитячого садка. Не схильні до асоціальних форм поведінки.

III група дітей – діти з низьким рівнем адаптації: у дітей спостерігається загальне ослаблення організму, вони мляві, малорухливі, сон не глибокий, процес засипання неспокійний, можливий з додатковими впливами, діти часто хворіють, можливі ускладнення, спостерігаються відмови від їжі (особливо вранці), в багатьох випадках можуть виникати функціональні порушення випорожнень; дітей важко залучити до групових ігор, під час заняття вони пасивні, не намагаються досліджувати нове оточення; мовлення не активне, майже завжди пов’язане із спогадами про близьких та їх приходом до дошкільного навчального закладу, ставлення дитини до близьких – емоційно-збуджене (плач, крик під час розлучення), а до дітей, як правило, байдуже; наявні різкі зміни настрою, часті вибухи гніву та роздратованості, активний емоційний стан в основному проявляється в плачі та крику, часто спостерігаються прояви нервового збудження,

поведінка дитини може межувати з невротичним станом, під час періоду неспання дитина пригнічена, немає настрою, тривалий час плаче.

Додаток Г
Методика визначення рівня контактності дошкільника (О. Міхєєва)

Методика визначення рівня контактності особистості дошкільника (складається з 3-х серій). Використовується з метою вивчення одного з компонентів соціальної адаптації, а саме уміння контактувати з оточуючими людьми.

Перша серія. З 7-ми даних якостей вибрати два найпривабливіших:

1 – веселий;
2 – розумний;
3 – красивий;
4 – сміливий;
5 – чесний;
6 – захищає маленьких;
7 –працелюбний.

Кожна з даних якостей оцінюється в балах: «1 - 106; 2 - 66; 3 - 86; 4 - 156; 5 - 206; 6 - 206; 7 – 206».

Визначається сума за дві вибрані якості.

Друга серія.

Вибрати, куди повинна покотитися кулька (у яку сторону). За вибір правої сторони записується 20 балів, лівої – 5 балів.

Третя серія. На кожне з 10 питань відповісти «так» чи «ні».

1. Чи любиш ти ходити в гості?
2. Чи любиш ти подорожувати?
3. Чи знаєш ти всіх дітей, які живуть в твоєму будинку?
4. Чи можеш ти у незнайомої людини запитати, де твоя вулиця, якщо ти заблукав?
5. Чи багато у тебе друзів?
6. Чи любиш ти виступати: співати, танцювати, читати вірші?
7. Чи любиш ти грати в такі ігри, в яких бере участь багато дітей?
8. Чи можеш ти перший підійти до незнайомої дівчинки (або хлопчика) і запропонувати разом пограти?
9. Чи часто тебе вибирають командиром в грі?
10. Чи запропонуєш ти свою іграшку незнайомій дитині, якщо у неї такої немає?

Модифікований варіант підрахунку балів:

Перша серія. За вибір якостей: «1 – веселий»; «5 – чесний»; «6 – захищає маленьких»; «7 – працелюбний» - нараховується по 2 б.

За вибір якостей: «2 – розумний»; «3 – красивий»; «4 – сміливий» - по 1 балу. За відмову вибору – 0 балів.

За цією серією завдань визначаємо «сформованість позитивної самооцінки, розуміння своїх якостей, що виявляються у спілкуванні з іншими». Таким чином, позитивна самооцінка – 4 бали, нейтральна самооцінка – 2 бали, негативне самооцінювання – 0 балів.

Друга серія оцінюється з позиці врахування активності дитини при виконанні завдання. Якщо дитина вважає, що кулька покотиться вправо (в її сторону) – то вона готова до контакту з дослідником – нараховується 2 б. А якщо вліво – (від неї) – то вважається, що вона не готова до контакту з дослідником (0 б.)

Третя серія – враховується загальна сума балів, що вказує на контактність дитини, а також її окремі відповіді на питання:

Ствердні відповіді на питання – по 2 бали, заперечні – по 0 балів. Коли дитина вагалася із відповіддю – ставили 1 бал.

Так ми визначали показник «вміння контактувати з оточуючими людьми, ініціювати діалогічне спілкування з однолітками, запрошувати до спільної гри»: 18-20 балів – високий; 11-17 балів – середній; 0-10 балів – низький.

За всіма трьома серіями –

24-26 балів – високий рівень

11-23 бали – середній рівень контактності

0-10 балів – низький рівень контактності

Додаток Д

Програма психологічних занять з підвищення адаптації дітей до ЗДО

Мета: підвищити адаптованість дітей до умов ЗДО та групи однолітків, розвивати навички взаємодії з вихователем і однолітками, активізувати пізнавальну та ігрову діяльність дітей.

Завдання:

- розвивати навички самообслуговуючої діяльності, формувати прагнення до охайності, - налагоджувати довірливі взаємини з вихователем, встановлювати позитивну атмосферу спілкування дітей і дорослого, вчити правилам ввічливого спілкування у групі;
- активізувати пізнавальний інтерес та залучити увагу дітей до змістовних занять, розширити їх уявлення про навколишній світ за допомогою знань та уявлень про предмети і їх властивості, зв'язки, і про явища природи;
- розвивати навички спільної діяльності з однолітками, взаємодії дітей в групі; формувати доброзичливе ставлення до оточуючих;
- вчити виражати емоції адекватно до ситуації, зменшувати прояви негативних емоцій, підтримувати бадьорий позитивний настрій малят.

Структурно програма включає 6 занять, під час яких використовуються вправи-привітання, розминки, релаксації, емоційні етюди, ігри для налагодження комунікативної взаємодії дітей між собою, оптимізації психоемоційного стану дітей, формування відчуття згуртованості, єдності в групі.

Тривалість заняття 25-30 хв., що обумовлюється психологічними особливостями не стійкої уваги дітей до цікавого заняття, а також їх психофізичними можливостями.

Заняття 1. «Знайомство»

Мета: розвивати бажання знайомитися з дорослим і дітьми; налагоджувати контакти дітей; розвивати їх комунікативні навички; вправляти у звертанні та ініціюванні спілкування з іншими; сприяти нейтралізації негативної емоційної енергії та агресивної поведінки; розвивати координацію рухів, дрібну моторику, пам'ять; корегувати емоційний стан дітей.

Привітання (Н. Захарова)

Психолог: Треба разом привітатись: «Добрий день, добрий день!»
Дружно й весело сказати: «Добрий день, добрий день!»
Туди-сюди повернутись, один одному всміхнутись:
«Добрий день, добрий день!»
Можна трохи пострибати і в долоні поплескати:
«Добрий день, добрий день!»
Нумо в коло всі сідаймо і заняття починаймо:
«Добрий день, добрий день!»

Вправа-розминка «А мене звати...» (Н. Захарова)

Кожна дитина, сидячи у колі дітей називає своє ім'я, за бажанням трохи розповідає про себе. Наприклад: «Мене звати Настя, мені … років, я хочу ходити до дитячого садка». Повертається до свого сусіда праворуч, передає йому квітку (або якусь іграшку), ще раз називаючи своє ім'я.

Психолог стежить, щоб кожна дитина назвала своє ім'я, вік.

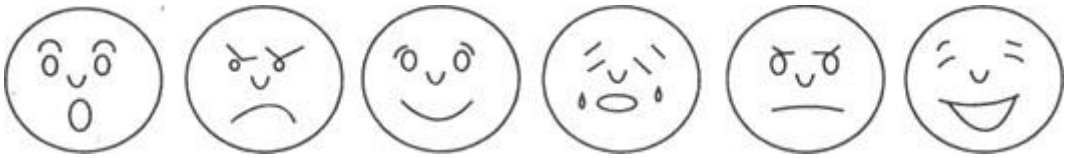
Вправа «Потяг» (Н. Захарова)

Психолог: «Зараз ми з вами утворимо потяг. Спочатку я буду локомотивом, а всі ви – вагончиками. Коли потяг їхатиме по колу, то всі будуть плескати в долоні й промовляти ім'я «локомотива»: "На-та-ля, На-та-ля...". Я зробила коло по кімнаті і зайняла місце вкінці потяга, ставши його «вагончиком». Тепер потягом буде перший з ланцюжка «вагончиків». Він поїде по колу, а ми всі разом промовлятимемо його ім'я: «Дмит-рик, Дмит-рик...».

«Рушаймо!» І так доти, доки всі діти по черзі не побудуть його «локомотивом» і не візьмуть участь у грі.

Вправа «Маска-підказка»

Психолог пропонує дітям роздивитися «маски-підказки» та вибрати ту, яка припала до вподоби.



Обговорення вибору: - Яка маска сподобалася? Чому? У кого буває такий вираз обличчя? У яких випадках? Чи буває такий вираз обличчя у вашої мами, бабусі, друга? Якщо так, то коли? Чи буває у вас такий вираз обличчя? Якщо буває, то за яких обставин?

Вправа «Вгадай настрій» (Н. Захарова)

Діти стають у коло, взявшись за руки, намагаються вгадати настрій сусіда. Обмінюються своїм настроєм, «переливаючи» його у долоні один одному й даруючи приязний погляд. Потім діти звужують коло, обережно тримаючи у долонях загальний настрій групи і виплескують його угору, роблячи «фонтан гарного настрою».

Підсумок і рефлексія заняття. (О. Нурєєва і З. Шейнфельд)

Психолог, звертаючись до дітей: − Що запам'яталося? Що сподобалося, чому?

Прощання.

Психолог: - Подякуємо один одному за роботу оплесками і словами.

Заняття 2. «Привітання для друзів»

Мета: вчити запам'ятовувати імена дітей групи; розвивати єдність, задоволення від перебування в центрі уваги; сприяти нейтралізації негативної емоційної енергії та агресивної поведінки; розвивати координацію рухів, дрібну моторику, пам'ять.

Привітання (О. Нурєєва і З. Шейнфельд)

Діти сидять у колі, тримаючи один одного за руки. На півхвилини завмирають, заплющуючи очі та уявляють щось гарне, приємне з свого життя. Відкривають очі, по черзі називають своє ім'я, вік, що подобається і що не подобається, що вміє робити і чого не вміє, чому хоче навчитися, про що мріє.

Гра «Мій настрій» (за С. Хміляр)

Психолог, а потім кожен з дітей по черзі показує свій настрій без слів (за допомогою міміки), решта вгадують.

Гра «Луна» (Н. Захарова)

Діти сидять у колі на килимі або на стільцях. Дитина, яка сидить праворуч від вихователя, промовляє своє справжнє ім'я, плескаючи у долоні ось так: «Дмит-рик, Дмит-рик...», а діти повторюють за ним це ім'я, як луна. Отож, ім'я кожної дитини буде повторене кілька разів.

Вправа «Комплімент» (О. Нурєєва і З. Шейнфельд)

Діти стають у два кола обличчям один до одного, утворюючи пари. Зовнішнє коло говорить своєму партнерові комплімент. Гравці внутрішнього кола дякують і, крім того, говорять про себе щось гарне. Потім вони міняються місцями, ролями і вправа повторюється.

Вправ-релаксація «Мені добре, коли …» (Н. Захарова)

Психолог: - Діти, давайте пригадаємо, коли вам найкраще, як ви себе почуваєте? Давайте зараз кожен з вас скаже «Мені добре коли, …».

Діти згадують та по черзі описують стан внутрішньої рівноваги (наприклад, «Мені добре, коли поряд є друзі», «Мені добре, коли світить сонечко» тощо).

Самомасаж «Добрі пальчики» (Р. Черкас)

Діти сідають на килимок кружком, схрестивши ноги перед собою. Спинки тримають прямо, руки підняті на рівень грудей, лікті розведені в сторони.

− «Намалюємо чорні брови» – вказівними пальчиками обох рук провести з натиском по своїх бровах;

− «Намалюємо козацькі вуса» – вказівними пальчиками обох рук провести з натиском під носиком, а далі вниз, завертаючи до підборіддя;

− «Промасажуємо підборіддя» − потерти підборіддя пальцями правої руки тримаючи її горизонтально;

− «Зробимо вузенькі очі» − вказівні пальчики обох рук поставити біля куточків очей і злегка потягнути в різні сторони, відпустити; повторювати 4 рази;

− «Зробимо великі вуха» − великим і вказівним пальцями кожної руки взяти «подушечки» вух і легенько потягнути їх донизу, відпустити, повторювати 4 рази;

− «Притиснемо краєчка вушок, як мама притискає краї вареничка» − великим і вказівним пальчиками обох рук притискати краї вух рухаючись знизу вгору і згори донизу, повторювати 3 рази;

− «Знімемо з пальчиків персні» − кожен пальчик обох рук по черзі (починаючи з мізинчиків) обхопити пальчиками протилежної руки біля основи пальчика і провести ними до кінчика;

− «Одягнемо браслетки» − обхопити лівий зап'ясток великим і вказівним пальцями правої руки і покрутити на зап'ястку, теж саме зробити на правій руці;

«Подякуємо нашим ручкам-помічникам» − погладити кожну руку по черзі, витягнувши її перед собою, від пальчиків до плеча, повторювати по 4 рази.

Підсумок і рефлексія заняття. (О. Нурєєва і З. Шейнфельд)

Психолог, звертаючись до дітей, пропонує завершити речення: «Я люблю…».

Прощання.

Психолог: Подякуємо один одному за роботу.

Заняття 3. «Мій настрій»

Мета: формувати позитивне ставлення до відвідування дитсадка; розвивати конструктивні навички поведінки; формувати елементарні навички спілкування; розвивати соціальні навички взаємодії в групі, формувати почуття єдності, згуртованості; корегувати емоційний стан дітей; збагачувати соціальний досвід.

Привітання (Н. Захарова)

Діти, які мають однакові імена, об'єднуються у маленькі кола, беруться за руки та разом кажуть: «Мене звати....». Психолог допомагає, якщо виникли утруднення, звертає увагу дітей на те, які імена зустрічаються один раз, які декілька.

Гра «Приємне привітання» (Н. Захарова)

Психолог: - Сьогодні роботу розпочнемо з висловлювання один одному побажання на сьогоднішній день. Воно повинно бути коротким, бажано в декілька слів, але приємним.

Діти по черзі кидають м'яч (прокочують м'яч по килиму) тому, кому хочуть сказати побажання і одночасно висловлюють це побажання. Той, кому кинули м'яч, у свою чергу, кидає (прокочує) іншій дитині, висловлюючи побажання на сьогоднішній день. Треба уважно стежити за тим, щоб м'яч побував у всіх дітей і всі отримали побажання.

Вправа «Покажи, як» (О. Нурєєва і З. Шейнфельд)

Психолог показує рухи і просить відобразити настрій:

- «Покапаємо, як міленький та рясний дощик; а тепер з хмари падають великі краплі.
- Політаємо, як горобчики, як ластівки, як орли.
- Походимо, як кішечка, пройдемося, як неуважна людина, як доброзичлива людина».

Гра «Пізнаємо почуття» (за О. Залеською)

Психолог: - Діти, хочу вас запитати, чому ми сміємося, плачемо, насуплюємося, кричимо? (Коли психолог запитує, він показує картинки з зображенням різних емоції, це можуть бути ведмедики або інші картинки, фотографії тощо).

Можливі відповіді: (щось нас тішить; щось засмучує; щось сердить; щось лякає.).

Різні події, а також стосунки з іншими викликають багато почуттів. Почуття - це наш зв'язок з іншими людьми, завдяки яким ми розуміємо один одного. Добре, коли ми реагуємо на події різними почуттями.

Рухлива вправа «Дві подружки» (Р Черкас)

На галявці дві подружки *(поплескати по колінах)*
«Ква-ква-ква, ква-ква-ква» *(поплескати в долоні)*
Дві зелені жабки *(поплескати по колінах)*
«Ква-ква-ква, ква-ква-ква» *(поплескати в долоні)*
«Ква!» *(притупнути однією ногою)*
Хором пісні співають *(скласти долоні і ледве відкривати їх – ротики)*
«Ква-ква-ква, ква-ква-ква» *(поплескати в долоні)*
«Ква-ква-ква, ква-ква-ква» (*декілька разів притупнути ногою)*
І спокійно спати заважають *(посваритися пальцем)*
«Ква-ква-ква, ква-ква-ква» *(поплескати в долоні)*
«Ква!» *(тупнути ногою)*

Гра «Тренуємо емоції» (за С. Хміляр)

Дітям пропонується виконати наступі дії:

- насупитися, як осіння хмара, а потім посміхнутися, як кіт на сонечку.
- позлитися, як дитина, у якої забрали морозиво, а потім злякатися, як дитина, яка загубилася в лісі.
- втомитися, як тато після роботи, а потім відпочити, як турист, який зняв важкий рюкзак.

Психолог стежить, щоб вправа виконувалася всіма дітьми.

Підсумок і рефлексія заняття. (О. Нурєєва і З. Шейнфельд)

Психолог, звертаючись до дітей: − Чому сьогодні навчилися на занятті? Як це можна використовувати у житті?

Прощання.

Психолог: Подякуємо один одному за роботу.

Заняття 4. «Лісовий дитячий садок»

Мета: формувати позитивне ставлення до відвідування дитсадка; вправляти дітей в умінні встановлювати контакти, доброзичливо поводитися, збагачувати соціальний досвід, формувати навички позитивного спілкування з іншими.

Вправа «Привітайся з іншими» (Н. Захарова)

Кожна дитина по черзі виходить у коло і мовчки вітається з усіма. Інші діти повторюють її привітання. Наступний учасник має привітатися з групою іншим способом і т.д.

Пальчикова гра «Кумедні чоловічки» (Р. Черкас)

Бігли біля річки кумедні чоловічки
(«чоловічки» − пальці біжать по «доріжкам» − рукам дітей, які стоять один навпроти одного)
Стрибали – скакали *(пальцями пострибати по плечах один одного)*
Сонечко стрічали *(ласкаво покласти руки на щічки один одного)*
Вийшли на місток *(скласти місток із руки)*
І забили цвяшок *(постукати кулачками)*
Потім – шубовсть в річку *(нахилились і вільно помахали руками)*
Де ж це чоловічки? *(сховати пальці під пахви один одного)*

Гра-казка «Лісовий дитячий садок» (Н. Захарова)

Психолог: «Сядьте зручно, заплющте очі й уявіть собі тварин, які відвідують лісовий дитячий садок. Кожен із вас вибирає тварину – героя казки, про яку розповідатиме. Дайте тварині ім'я, адже лисичок чи зайчиків може бути багато в групі. Розкажіть про те, як вони

себе почувають у дитячому садку, чим займаються, який у них психолог, що хотіли б змінити...».

Психолог: - Почну казку я: Далеко-далеко, у чарівному лісі є велика галявина. Вона головна, тому що на ній розташований дитячий садок. Тут виховуються діти з усього лісу. У кожній групі є вихователь. Сьогодні ми розкажемо про дітей з нашої групи... (далі діти по черзі розповідають). Дуже цікава в нас вийшла казка.

Вправа-релаксація «Покажи, як ...» (Н. Захарова)

Дітям пропонується уявити себе зайчиками, лисичками, ведмедями й порухатися по «галявині».

Підсумок і рефлексія заняття.

Психолог, звертаючись до дітей: − Який настрій? Які відчуття? Що найбільше сподобалося, чому?

Прощання.

Психолог: Подякуємо один одному за роботу.

Заняття 5. «Дитсадок для звірят»

Мета: формувати позитивне ставлення до відвідування дитсадка; знизити тривожність, вчити використовувати позитивні моделі поведінки у реальному житті, формувати адекватну самооцінку; формувати відчуття згуртованості, єдності в групі; вправляти дітей в умінні встановлювати контакти, доброзичливо поводитися, збагачувати соціальний досвід.

Привітання

Психолог: - Діти, давайте привітаємось!

Діти, по черзі дивлячись у дзеркало, вітаються самі з собою.

Потім вітаються всі разом: «Добрий день!».

Вправа-розминка «Мій настрій»

Дітям пропонується подумати й сказати, який у них настрій, використовуючи такі фрази: «Я спокійний», «Я добрий», «Я веселий», «Я люблю гратися з дітьми» тощо.

Гра «Дитячий садок для звірят»

Психолог розповідає казку: «Жив-був Їжачок. Він був маленький, кругленький з гострим носиком та чорними очима-гудзиками. На спині у Їжака були справжні колючки. Але він був дуже добрим і лагідним. А жив він у дитячому садку, де було багато дітей, яких виховували добрі вихователі. Як він сюди потрапив, Їжачок не знав, але скільки він себе пам’ятав, він завжди чув дитячі голоси, бачив, як вони гралися, отримував від них смачні ласощі.

Дуже подобалося Їжачку в дитячому садку, разом з дітьми він бігав, грався, багато чому навчався. Звичайно, це було непомітно для людей, а Їжачок мріяв...

А мріяв він про те, що коли виросте, стане вихователем у дитячому садку і зможе навчити усіх лісових дітлахів усьому, що вміє сам та чому навчився у дітей в дитячому садку. Ось Їжачок став дорослим, прийшов час збутися його мрії. Лісові жителі побудували справжній дитсадок для зайчат, ведмедиків, лисенят, вовченят та інших звірів».

Далі психолог пропонує дітям побудувати дитячий садок, про який мріяв Їжачок, «населити» його «дітьми», організувати життя в лісовому дитячому садку. Діти грають у «лісовий дитячий садок», будують із кубиків приміщення, «населяють» його фігурками лісових звірят, показують, як вони граються тощо.

Гра «Хода і настрій» (за С. Хміляр)

Психолог показує рухи і просить зобразити настрій:

- «покрапайте, як невеликий і частий дощик, а тепер з неба падають важкі, великі краплі.
- Політаємо, як горобець, а тепер – як чайка, як орел.
- Походимо, як стара бабуся. Пострибаємо, як веселий клоун.

- Пройдемося, як маленька дитина, яка вчиться ходити. Обережно підкрадемося, як кішка до пташки.

- Помацаємо купини на болоті. Задумливо пройдемося, як розгублена людина.

- Побіжимо назустріч мамі, стрибнемо їй на шию і обіймемо її».

Підсумок і рефлексія заняття.

Психолог, звертаючись до дітей: − Який настрій? Які відчуття? Що найбільше сподобалося, чому?

Прощання.

Психолог: Подякуємо один одному за роботу.

Діти по колу бажають наступному щось приємне й дарують: усмішку, промінчик, крапельку доброти тощо.

Заняття 6. «Дружні малята»

Мета: формувати позитивне ставлення до відвідування дитсадка, до однолітків, до вихователя, психолога; підвищити настрій, знизити тривожність; формувати впевненість в собі і адекватну самооцінку; вчити дітей встановлювати контакти, доброзичливо поводитися в групі однолітків.

Привітання

Вправа-руханка «Я сьогодні буду…» (за С. Праховою)

Для зняття психоемоційного напруження. Кожна дитина обирає собі тварину, у ролі якої вона сьогодні буде виступати. Протягом однієї хвилини дитина імітує рухи і голос цієї тварини. Вправа повторюється декілька разів за сигналом психолога.

Гра «Веселі мавпочки» з використанням піктограм (за С. Хміляр)

Діти отримують піктограми з різними емоціями. Спочатку дітям пропонується вибрати картку, яка відповідає настрою дитини сьогодні. Потім вони мають обрати по 1 картці на групку з 2-3 осіб, придумати передісторію, чому мавпочка посміхається чи сердиться, розіграти у діях на 2-3 особи. Решта дітей мають подивитися інсценівку та вгадати, яку саме емоцію показували «актори».

Гра-драматизація казки «Сорока та ведмідь»

Психолог пропонує дітям взяти участь у грі-драматизації. Зачитує основні ролі дітей, їх дії, а діти мають повторювати.

Ведмідь повільно вилазить з барлогу (дитина встає зі свого стільчика), потягується, позіхає, тре очі, дивиться по сторонах. Помічає Сороку, яка повільно йде до неї.

Сорока легко злітає з дерева (дитина зістрибує зі свого стільчика), летить до Ведмедя, плавно розмахуючи крилами.

Сорока (схиливши голову на бік). Ау, Ведмідь, ти вранці що робиш?

Ведмідь (повільно поводить в сторони головою). Я – то? (зупинився, замислився). Та їм!

Сорока (здивовано моргнувши). А вдень?

Ведмідь (робить ті ж рухи головою). І вдень їм.

Сорока (підстрибнувши від здивування). А ввечері?

Ведмідь (махнувши лапою). І ввечері їм.

Сорока (від здивування округливши очі). А вночі?

Ведмідь. І вночі їм.

Сорока. А коли ж ти не їси?

Ведмідь. Та коли ситий буваю!

Сорока (здивовано змахує крилами). А коли ти ситий буваєш?

Ведмідь (повільно розводить лапи в сторони). Та ніколи (негативно махає головою).

Після програвання ролей казки дошкільниками, з дітьми проводиться обговорення, які емоції були відтворені, як ще можна було зіграти Сороку та Ведмедя, пропонується показати іншій парі «акторів».

Гра «Обіймалочки» (за О. Залеською)

Для емоційного згуртування групи, встановлення емоційного контакту.

Психолог звертається до дітей: - Зараз ми з вами спробуємо утворити наші загальні обійми, такі величезні «обіймалки» для нас всіх. Правда, буде добре? Для цього спочатку обіймуться двоє, тепер до них нехай приєднається третій, потім – четвертий і так далі. Зрозуміло? Розпочинаємо!.

Гру розпочинають двоє учасників – вони ніжно обіймаються, потім їх обіймає третій учасник, наступний обіймає вже трьох і так доти, поки не утворяться одні великі «обійми».

Підсумок і рефлексія заняття.

Психолог, звертаючись до дітей: − Який настрій? Які відчуття? Що найбільше сподобалося, чому?

Прощання.

Психолог: Подякуємо один одному за роботу.

Діти по колу бажають наступному щось приємне й дарують: усмішку, промінчик, крапельку доброти тощо.

Додаток Е
Консультація для вихователів на тему:
«Важливість адаптації дітей раннього віку до умов ЗДО»

Мета: дати інформацію про особливості адаптації дітей до умов ЗДО, обговорити потребу спеціального створення сприятливого середовища групи для покращення адаптації дітей; ознайомити із основними завданнями роботи вихователів і психолога з адаптації дітей до умов ЗДО.

План

1. Вступ. Актуальність проблеми адаптації дітей до умов ЗДО
2. Етапи адаптації дітей до ЗДО.
3. Групи дітей з різним ступенем адаптації.
4. Симптоми і характеристики адаптації і дезадаптації дітей.
5. Основні завдання роботи вихователів і психолога ЗДО з адаптації дітей до дитсадка.
6. Умови забезпечення успішної адаптації дитини до ЗДО
7. Підведення підсумків. Відповіді на питання вихователів.

Література

1. Аврамчук Ю. В., Комаревич. Г. О. Педагогічні умови адаптації дітей раннього віку до дошкільного навчального закладу. *Навчання і виховання дітей дошкільного і молодшого шкільного віку: актуальні питання теорії і методики / за заг. ред. О. О. Максимової, М. А. Федорової.* Житомир: ФОП Левковець, 2016. У 2-х ч. Ч. І. С. 15-18.

2. Гончаренко С. У. Український педагогічний словник. Київ : Либідь, 1997. 374 с.

3. Гурковська Т. Вперше до дитсадка. *Дошкільне виховання*. 1999. № 2. С. 12-16.

4. Малєєва О. В. Психологічні особливості дезадаптації дітей старшого дошкільного віку та шляхи їх подолання : автореф. дис. … канд. психол. наук : 19.00.07. О., 2013. 23 с.

5. Маценко Ж. Незабаром у дитячий садок : особливості психолого-педагогічного підходу до дітей, що вступають до дошкільного закладу. *Психолог*. 2003. № 17. С. 2–10.

6. Мушинський В. Особливості адаптації дітей до умов дитячого закладу. *Психолог*. 2004. № 25–26. С. 3–12.

7. Панасенко Е. А., Ремізова В. М., Нестерова С. А. Адаптація і дезадаптація у дітей дошкільного віку : проблеми психодіагностики та психокорекції. *Молодий вчений*. 2019. № 10.1. С. 5-8.

8. Стреж Л. В. Сходинки адаптації дітей раннього віку. Київ : Шк. світ, 2009. 128 с.

Основний зміст консультації:

1. Вступ. Актуальність проблеми адаптації дітей до умов ЗДО.

Перехід із сім'ї до дитячого садка є важливими етапом у житті дитини раннього віку. Від того, наскільки дитина підготовлена до такого переходу, залежить протікання адаптаційного періоду, а також подальший її розвиток.

При вступі до ЗДО перед дитиною вперше виникає потреба змінювати сформовані поведінкові стереотипи у зв'язку зі зміною умов оточення. Дитина стикається з новим середовищем, незнайомими дорослими та ровесниками, не співпадінням прийомів виховання батьків і вихователів. Різко змінюється соціальна позиція дитини: у сім'ї вона є центром уваги та турботи, а у групі ЗДО стає рівним серед рівних та втрачає своє виняткове положення. Такі глибокі та раптові зміни викликають у непідготовленої дитини раннього віку негативні зміни емоційного стану, порушення фізичного самопочуття, часто стають причиною невротичних розладів. Стресовий стан дитини негативно позначається на її здоров'ї, подальшому фізичному та психічному розвитку, а також впливає на поведінку всіх дітей групи, загальний мікроклімат у ній. У зв'язку з цим проблема адаптації дітей раннього віку до умов ЗДО є вкрай актуальною.

У педагогічному словнику «адаптація» визначається як «процес, що передбачає гармонійне, з погляду індивідуальних прагнень дитини, задоволення її потреб, створення умов для її здорового щасливого життя» [2, с. 11].

«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 [4; 7].

2. Етапи адаптації дітей до ЗДО

Процес пристосування дітей до нових умов різний, але в кожної дитини він складається з трьох етапів.

Перша фаза – гостра фаза чи період дезадаптації – організм вихованця 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 [3; 5].

3. Групи дітей з різним ступенем адаптації

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 [7, с. 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 [7, с. 6].

4. Симптоми і характеристики адаптації і дезадаптації дітей.

За даними Ю. Аврамчук та Г. Комаревич, «успішне закінчення адаптаційного процесу дитини в умовах ЗДО характеризується:

- спокійним, бадьорим, веселим настроєм дитини в момент розставання й зустрічей із батьками;
- урівноваженим настроєм протягом дня, адекватним ставленням до пропозицій дорослих, спілкуванням із ними за власною ініціативою;
- умінням спілкуватися з однолітками, не конфліктувати;
- бажанням їсти самостійно;
- спокійним денним сном у групі до призначеного часу;
- спокійним нічним сном [1, с. 18].

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 [6; 8].

Критерії дезадаптації (за Е. Панасенко, В. Ремізовою, С. Нестеровою)

1. Психосоматична підсистема: часті та тривалі захворювання дитини; знижена група здоров’я; астенічний синдром; порушення сну та апетиту; невідповідність розвитку віковим нормам.

2. 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; не сформованість навичок самообслуговування.

3. 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.

4. 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.

5. 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 [7, с. 7].

5. Основні завдання роботи вихователів і психолога з адаптації дітей до умов ЗДО

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 напрямами:

1. Участь в організації підготовки до прийому дітей у дитячий заклад. Основні елементи підготовки: 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 [7, с. 6-7].

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 дитини 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 рибок); монотонні рухи руками (нанизування кілець пірамідки чи кульок з отворами на шнур);

● стискання кистей рук (дайте дитині гумову іграшку-пищалку, 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 [7, с. 6-8].

6. Умови забезпечення успішної адаптації дитини до ЗДО

Дотримання певних психолого-педагогічних умов в адаптаційний період забезпечує успішне пристосування до садка.

При цьому, як зазначають Ю. Аврамчук, Г. Комаревич, «необхідними умовами забезпечення успішної адаптації дитини до умов ЗДО є:

- співпраця і координація зусиль вихователів, психолога, логопеда та інших працівників дитсадка;

- встановлення довірливого особистого контакту педагога із кожною дитиною, прояви індивідуальної турботи і надання допомоги;
- проведення педагогом-вихователем ритуалів щоденної зустрічі й прощання з кожною дитиною;
- сприяння об'єднанню дітей у процесі спілкування, що сприятливо впливає на закладання традицій групових взаємин;
- систематична підтримка інтересу дитини в діяльності, підвищення її впевненості в собі, своїх силах, самостійності, ініціативності;
- розроблення індивідуального режиму адаптації дитини раннього віку до умов ЗДО (індивідуальні спостереження за ступенем адаптації);
- створення для дитини психологічного комфорту: прояви радості, турботи, уваги, чуйності, доброзичливого ставлення до неї;
- врахування індивідуальних особливостей дитини раннього віку;
- формування в дитини адекватних форм спілкування з дорослими й однолітками» [1, с. 17-18].

Серед таких умов Е. Панасенко, В. Ремізова, С. Нестерова називають:

- 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 [7, с. 8].

7 Підведення підсумків. Відповіді на питання вихователів

Додаток Ж
Рекомендації для батьків з підготовки дітей до відвідування дитсадка
(за матеріалами Н. Захарової)

1. Будьте впевнені у доцільності відвідування дитячого садка дитиною саме зараз.

Будь-які Ваші коливання дитина може використати для того, щоб відмовитися від дитсадка. Легше і швидше звикають діти, у батьків яких нема альтернативи дитячому садку.

2. Розкажіть дитині, що таке дитячий садок, навіщо туди ходять діти, чому Ви хочете, щоб малюк пішов в дитячий садок.

3 Проходячи повз дитсадка, з радістю нагадуйте дитині, як їм пощастило, що вона зможе скоро сюди прийти.

4. Розкажіть дитині про режим дитячого садка: що, як і в якій послідовності вона буде робити. Запитуйте у дитини, чи запам'ятала вона, що буде робити на прогулянці, після обіду. Таким чином дитина уникне невідомого. Чим детальніше буде Ваша розповідь і чим частіше Ви будете її повторювати, тим спокійніше та впевненіше буде почувати себе Ваша дитина, коли прийде в садочок.

5. Підготуйте дитину до можливих труднощів, до кого вона може звернутися по допомогу, як вона може це зробити. Поясніть, що в групі багато дітей і інколи треба почекати, коли дорослі на неї звернуть увагу. Спробуйте програти з дитиною вдома такі ситуації.

6. Навчіть дитину знайомитися з іншими дітьми, звертатися до них на ім'я, ініціювати стосунки, просити, а не віднімати іграшки; пропонувати свої іграшки, послуги іншим дітям. Дитина зможе швидше звикнути до нових умов, чим з більшою кількістю дітей та дорослих зможе налагодити стосунки. Допоможіть їй у цьому.

7. Познайомтесь з іншими батьками та дітьми. Називайте інших дітей у присутності Вашої дитини по іменам. Вдома запитайте про Костю, Настю, Юлю. Схвалюйте звернення дитини за допомогою і підтримкою до інших людей у Вашій присутності.

8. Знайте, що чим краще будуть Ваші відносини з вихователями, батьками, дітьми, тим простіше буде звикнути Вашій дитині.

9. Будьте терплячими до інших. З'ясовуйте, що хвилює дитину, м'яко або через спеціалістів допомагайте їй справитися з проблемою.

9. У присутності дитини уникайте критичних зауважень на адресу дошкільного закладу та його співробітників. Ніколи не лякайте дитину дитячим садком.

10. У період адаптації емоційно підтримуйте дитину. Зменшення терміну контакту компенсуйте якістю спілкування. Частіше обнімайте малюка, кажіть, що він молодець, сміливий і в нього все вийде і що Ви горді за нього.

11. Придумайте разом з дитиною нескладну систему прощальних знаків і їй легше буде відпускати Вас.

12. Пам'ятайте, що термін звикання до дошкільного закладу у кожної дитини свій (від одного до шести місяців). Сім'я у цей період повинна підлаштовуватися під особливості адаптації своєї дитини.

13. Якщо через місяць Ваша дитина ще не звикла до дитячого садка, перевірте перелік рекомендацій і спробуйте виконати ті з них, про які Ви забули.

14. Якщо Ви відчуваєте потребу у контакті зі спеціалістами, педагоги та психологи дитячого садка чекають на Вас.