

АСПЕКТИ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ В СУЧАСНИХ РЕАЛІЯХ

Петринич Олена Григорівна,
старша викладачка кафедри психології та соціально-гуманітарних наук
Львівського інституту ПрАТ «ВНЗ «МАУП»
ORCID ID: 0000-0002-6426-5548

Компанович Маріанна Станіславівна,
кандидат психологічних наук,
завідувачка кафедри психології та соціально-гуманітарних наук
Львівського інституту ПрАТ «ВНЗ «МАУП»
ORCID ID: 0000-0002-7670-1714

Стаття присвячена актуальним питанням адаптації дошкільників до сучасних реалій спричинених війною та наслідків до яких вона призвела. Проаналізовано сутність поняття соціально-психологічної адаптації, її особливостей у особистості дитини дошкільного віку. Проаналізовано феномен адаптації, його типи, види та суттєві ознаки та особливості. Наголошено на розумінні явища адаптації як процесу та результату.

Розглянуто адаптацію дошкільників як перший рівень соціалізації, що полягає у засвоєнні та відтворенні соціального досвіду суспільства, набутті якостей необхідних для подальшого досвіду життєдіяльності в соціальних групах. Проаналізовано показники та прояви адаптованості дошкільників. Описано чотири критерії адаптованості, а саме фізіологічний, когнітивний, емоційно-ціннісний та поведінковий та їх характерні позитивні та негативні аспекти. Описано та проаналізовано рівні адаптованості дітей до умов закладу дошкільної освіти, тривалість перебігу, якісні та кількісні зміни в ході цього. На основі цього охарактеризовано індивідуальність перебігу процесу адаптації за фазами та етапами.

Теперішні умови, в яких перебуває країна однозначно негативно відображаються на процесі соціально-психологічної адаптації дитини, заважаючи її повноцінній соціалізації. Під час повітряних тривог, перебуваючи в укриттях, які зазвичай не розраховані на таку кількість дітей, вони є мало активні, не мають можливості порухатись, відчують самотність, тривогу, страх, стрес. Невизначеність часу перебування в укритті виснажує дітей, не дає можливості відчувати стабільність та комфорт. Сигнал звуку повітряної тривоги може пролунати у будь-який момент. Він завжди буде неочікуваним і в короткі обмежені терміни діти мають слухати команду вихователя як їм діяти. Вони мають швидко перервати свою діяльність, якою були зайняті, або сон, брати свої речі (пиття, перекус, можливо іграшки) і організовано перейти в укриття. В таких умовах ситуація соціально-психологічної адаптації загострюється і у дитини погіршуються навички самостійності, поведінки та спілкування, з'являються прояви неконтрольованої агресії.

Ключові слова: адаптація, соціально-психологічна адаптація, пристосування, рівні адаптації, адаптованість, критерії адаптованості, дошкільний вік.

Petrynych Olena, Marianna Kompanovych. Aspects of social-psychological adaptation of preschool children to modern realities

The article is dedicated to the pressing issues of preschoolers' adaptation to modern realities caused by war and its consequences. It analyzes the essence of the concept of social-psychological adaptation and its characteristics in the personality of preschool children. The phenomenon of adaptation is examined, along with its types, forms, and significant features. Emphasis is placed on understanding the phenomenon of adaptation as both a process and a result.

Preschoolers' adaptation is viewed as the first level of socialization, involving the assimilation and reproduction of the social experience of society and the acquisition of qualities necessary for further life experiences in social groups. Indicators and manifestations of preschoolers' adaptability are analyzed. Four criteria of adaptability are described: physiological, cognitive, emotional-valuable, and behavioral, along with their characteristic positive and negative aspects. The levels of children's adaptation to the conditions of preschool educational institutions, the duration of the process, and qualitative and quantitative changes occurring during this time are outlined. Based on this, the individuality of the adaptation process is characterized by phases and stages.

The current conditions in which the country finds itself undoubtedly negatively impact the process of children's social-psychological adaptation, hindering their full socialization. During air raid alerts, when children are in shelters that are usually not designed to accommodate such a large number of kids, they are less active, unable to move freely, and experience stiffness, anxiety, fear, and stress. The uncertainty of the duration of time spent in shelters exhausts children and prevents them from feeling stability and comfort. The sound of an air raid siren can occur at any moment, always unexpectedly, and within a short time frame, children must listen to the caregiver's instructions on how to act. They need to quickly interrupt their activities or sleep, grab their belongings (drinks, snacks, possibly toys), and move to the shelter in an organized manner. In such conditions, the situation regarding social-psychological adaptation becomes aggravated, leading to a decline in children's independence, behavior, and communication skills, with manifestations of uncontrolled aggression emerging.

Key words: adaptation, social-psychological adaptation, adjustment, levels of adaptation, adaptability, criteria of adaptability, preschool age.

Вступ. Головним складовим компонентом дошкільної освіти, який відображає суть діяльності дошкільного закладу є надання досвіду соціалізації. Оскільки дошкільне виховання є першим досвідом соціалізації, то воно має бути сконцентроване на забезпеченні самостійності, фізичної, психологічної та соціальної компетентності дитини, розвинути позитивне ставлення до світу.

Поняття адаптація в сучасному світі дуже широко використовується – в природничій, суспільній, соціальній, психологічній, медичній та технічній сферах. В цьому і полягає складність визначення універсального поняття адаптації, оскільки в процесі розмежування та розгляду аспектів даного феномену адаптації, яке би відображало всю багатогранність та різноманіття його проявів та форм.

У рамках дослідження таких наук як соціології та психології адаптацію розглядають як процес, так і результат встановлення взаємовідносин між особистістю людини та її соціальним середовищем.

Отже, процес та результат соціально-психологічної адаптації дошкільників завжди був непростий. Тепер, у складний період, у час війни, який проживає наша країна процес адаптації проходить ще більш ускладнено як для дітей, так і для їх батьків та вихователів.

На жаль, повномасштабне вторгнення стало особливо гострою проблемою для всього дорослого населення та дітей України. Усвідомлення постійної загрози, зростання на фоні цього переживання тривоги та страху негативно відображається на індивідуальних можливостях психіки до соціально-психологічної адаптації. В результаті можна припустити про появу тенденції до збільшення проявів та станів порушеної адаптації. Наслідком таких тенденцій є шкода для особистого індивідуального та суспільного здоров'я.

Матеріали та методи. В даній статті використано загально-наукові методи дослідження. Метою є науково-теоретичне дослідження сучасних психологічних джерел через аналіз, синтез, узагальнення, систематизацію досліджуваного феномену, виокремлення і розкриття його основних аспектів та специфіки перебігу в даних умовах для нашої країни. Питання адаптації висвітлені у роботах Г. А. Балла, І. С. Булаха, О. А. Донченко, Т. В. Землякова, В. Слюсаренко, А. П. Фурмана тощо. Питаннями соціально-психологічної адаптації дошкільників займалися Н. М. Захарова, О. М. Івахова, А. Кравець, О. В. Сахно, Т. Л. Гурковська, І. А. Терещенко, Т. Є. Федорченко, Х. А. Ясінська.

Результати. Термін адаптація вперше було вжито німецьким фізіологом Аубертом у XVIII ст. для пояснення властивостей відчуттів [7]. З'явившись в фізіології, біології це тремін став одним із актуальних в інших галузях медицини, соціології, педагогіки, психології тощо.

Одним із початківців дослідження розуміння адаптації був К. Бернар та його послідовник У. Кеннон, що розуміли її як сталість внутрішнього середовища, тобто жива система набуває рівноваги на вплив середовища через адаптацію до нього [5].

У психоаналітичному напрямку адаптацію розуміли як відсутність тривоги, в гуманістичному напрямку як рівень оптимальної взаємодії людини та середовища, у поведінковому напрямку із позитивним стимулом на реакцію, у когнітивному напрямку із відсутністю відчуття дискомфорту. Вітчизняні психологи розуміли адаптацію як процес, що пов'язаний із спілкуванням та діяльністю, творчою взаємодією та є показником психічного здоров'я [7].

Кожна дитина без виключення має пройти соціальний розвиток, який виглядає як перетворення біологічного індивіда на соціального і пройти процес становлення як особистість через залучення у відповідний для неї вид діяльності [3].

Соціально-психологічну адаптацію розглядають не лише як сприятливе пристосування до певного соціального середовища, а й здатність особистості в ньому функціонувати, розвиватись в психологічному, особистісному та соціальному аспектах. Адже у порівнянні із фізіологічною адаптацією, що відбувається автоматично, саме соціально-психологічна зосереджується не лише на пасивному пристосуванні, а на активності особистості в цьому процесі. Не лише соціальне середовище впливає на людину, а й вона також здатна змінювати соціальну ситуацію. Таким чином адаптуватись доводиться не лише дитині до групи, до режиму, нових дітей, але і вихователям та решті персоналу закладу дошкільної освіти також потрібно адаптуватись до нових дітей в групі [2].

Переважає більшість досліджень акцентують увагу на тому, що особливо перший досвід соціально-психологічної адаптації є базовим компонентом ставлення людини до оточуючого світу. Основна задача першого позитивного досвіду в оволодінні відносно стабільними уявленнями про умови та обставини життя стосовно необхідних знань та вмій їх застосувати у мінливих умовах соціального середовища. Тобто досвід адаптації до садочку має слугувати способом інтеріоризації різних засобів поведінки, діяльності щоб вирішувати актуальні життєві виклики, які постають час від часу [3].

Соціальною адаптацію розглядають більше під призвою пристосування до вимог і потреб суспільства враховуючи мотиви, потреби, бажання та інтереси онтогенетичного та соціогенетичного освоєння світу. Психологічну адаптацію розглядають як синтез взаємодії особистості та суспільних обставин, що пов'язана з появою новизни на усунення недостатньої орієнтованості людини. Таким чином адаптація спрямована на встановлення оптимальної рівноваги між особистістю та середовищем для реалізації нею значимих цілей та здійснення притаманної діяльності у відповідності до вікової категорії.

А. Фурман вивчаючи феномен адаптації, вважаючи її завжди пов'язаною свідомою конкретною метою для досягнення якої людина спрямовує свої зусилля, зміг виокремити такі узагальнення щодо нього [9]:

- адаптація виступає паралельно у ролі процесу та результату пристосування людини змін середовища шляхом інтеріоризації соціального досвіду;

- адаптація є компонентом дієвого відношення людини до світу з метою опанування нею стабільності в нових умовах та обставинах, які вона потрапляє;

- адаптація є частиною осмислення та вирішення схожих, типових завдань, щоб поведінка відповідала соціально прийнятним до ситуації стандартам.

Адаптованість згідно А. В. Фурмана може бути чотирьох рівнів: дуже висока, висока, середня та низька. Згідно його розуміння адаптованість – це інтегральний показник внутрішнього світу, що відображає відповідність між цілями та результатами окремої особистості із цілями та результатами оточення та відображається у формі прийняття позитивної оцінки та самооцінки і слугує важливим показником психічного здоров'я.

Прийнято розрізняти три типи соціально-психологічної адаптації на основі характеру взаємодії людини на три групи. Нормальний тип адаптації призводить до стабільної взаємодії з групою, опанування проблемних ситуацій, способами поведінки, прийняття норм, цінностей, правил. Девіантний тип адаптації проявляється в пристосуванні особою до групи та задоволення нею своїх потреб, але очікування групи від неї не відповідають стандартам. Патологічний тип адаптації здійснюється повністю або частково шляхом патологічних механізмів і можуть спричинювати механізми самозахисту у інших членів групи.

Також адаптацію класифікують на зовнішню, (відбуваються зовнішні зміни дій, поведінки у процесі приєднання до групи) внутрішню (формування внутрішніх якостей особистості) та реадaptaцію (прийняття цінностей, норм групи, які суттєво відмінні від тих, які властиві особистості).

О. С. Нуреева та З. І. Шейнфельд [8] наголошують, що саме в дошкільному віці при соціально-психологічній адаптації важливим компонентом є фізіологічна. Адаптація до умов дошкільного закладу включає активізацію та прояв індивідуально психологічних та особистісних особливостей дитини. На адаптацію дошкільника потрібно давати багато часу і проявляти терпіння. Оскільки дитина молодшого дошкільного віку прив'язана до дорослих, вони є прикладами для наслідування, партнерами в грі, тим, хто задовольняє всі їх потреби, то спілкування з однолітками цього не компенсує. Крім того, брак досвіду спілкування з однолітками також може ускладнити проходження адаптації.

Тривалість адаптації також залежить від віку О. С. Нуреева [8]:

1,5 – 2,5 роки – 7-10 днів,

2,5 – 3 роки – 2-3 тижні,

4 – 5 роки – 1 місяць.

Проходження соціально-психологічної адаптації завжди проходить індивідуально в залежності від віку, типу нервової системи, здоров'я дитини, стилю виховання в сім'ї, рівня її контактності, активності, ігрових навичок, прив'язаності до матері тощо. На основі цього переліку виділяють групи дітей за проходженням адаптації.

Перша група – швидка адаптація, без проблем та труднощів. Такі діти комунікабельні, самостійні, доброзичливі, активні в ігровій діяльності.

Друга група – адаптація проходить середньо. В таких дітей менш проявляється самостійність, ініціативність. Вони очікують дій дорослих, хоча їм бракує до них довіри, можуть капризувати та вередувати. Навички гри та спілкування на середньому рівні.

Третя група – важке проходження адаптації. Дітям невласлива самостійність, нестабільний режим дня та сну, несформовані навички гри. Вони відчують недовіру до дорослих.

Окрім врахування тривалості перебігу адаптації, індивідуальність цього процесу визначає фази та етапи.

1. «Шторм» – це бурхлива реакція із проявами значного напруження організму дошкільника. Відбувається збільшення проявів тривожності, збудливості, агресивності. Крім того, адаптація негативно відображається на сні, апетиті, настрої дитини. Тривалість цієї фази індивідуальна від 2-3 днів до 1-2 місяців.

2. «Шторм вщухає» – фаза нестабільного пристосування. Організм дошкільника формує власні оптимальні для нього реакції та способи дій. Дитина робить спроби долучатись до групової активності, проявляє інтерес, стає більш врівноваженою. Тривалість цієї фази від 1 тижня до 3 місяців.

3. «Штиль» – фаза стабільного пристосування. Дитячий організм підібрав найбільш для нього підходящі способи реагування на нові умови, оточення, розклад, колектив. Знижується кількість захворювань, апетит та сон в нормуються, настрої стабілізуються. Тривалість фази від 2-3 тижнів до півроку.

В. М. Корх досліджуючи адаптацію дошкільників розглядає чотири показники рівнів адаптованості, які можуть мати як позитивні, так і негативні аспекти прояву: фізіологічний, когнітивний, емоційно-ціннісний та поведінковий [6].

Проявами адаптованості дошкільників до закладу за фізіологічним показником стосуються наявності та тривалості захворювань, стан апетиту та активності, засинання та тривалості денного відпочинку. Когнітивний критерій проявляється у поведінці дитини під час заняття, спілкування у вигляді певного рівня активності, залученості дитини в процес, прояву інтересу та ініціативи чи пасивності. Емоційно-ціннісний критерій адаптації визначається за тим як поводить дитина себе з батьками, коли вони її залишили з вихователями, її емоційний стан та мотивація перебування у садочку. Поведінковий критерій адаптації проявляється в рівні активності дитини в процесі гри та навчання.

У час війни довелося і дорослим (вихователям а батькам) і самими дітям стикнутись із загрозою повітряної тривоги незважаючи на час (прийом їжі чи сон) і місце (прогулянка на вулиці, перебування і групі) коли вона виникає і перебування спочатку в коридорі закладу, а потім лише в укритті є непростими викликами як для дітей, так і для батьків та вихователів. Тривале перебування, інколи до декількох годин в небезпеці, розуміння загрози, дитина відчуває дію тривоги, стресу, страху.

Діти в умовах перебування в укритті є незайнятими, переважно скутими у рухах, іграх. Вони сидять майже нерухомо в очікуванні, коли все завершиться і вони знову повернуться до звичних умов.

Діти дошкільники можуть втрачати в навичках самостійності, що проявлятиметься в відмові самостійно їсти, вдягатись, мити руки, відвідувати туалет, плутати послідовність вдягання, бруднити одяг тощо. Негативні прояви в проходженні соціально-психологічної адаптації на фоні сучасних подій проявляються в поведінці як небажання йти, спізнення, маніпулює любов'ю батьків та подарунками за відвідування садочка, не спить, гризе нігті, плаче та кидає речі. У спілкуванні це може проявлятися як відсутність друзів, замкненість, або даруванні іграшок всім, сором'язливість, не бажання ділитись тощо. На фоні цього може зрости агресія, тобто дитина

б'є дорослого, дає відсіч всім без розбору, проявляє аутоагресію [1].

Висновки. Отже, адаптація комплексне явище, завдання якого полягають у засвоєнні принципів, правил оточуючого середовища шляхом інтеріоризації досвіду через спілкування та гру у дітей. Виокремлюють типи та рівні адаптації. Про адаптацію дошкільників можна судити згідно проявам, що спостерігаються за чотирьома критеріями (фізіологічному, когнітивному, емоційно-ціннісному та поведінковому). Мета адаптації полягає в досягненні рівноваги між особистістю та соціумом через пристосування до нього та його до себе.

Перспективним баченням подальшого розгляду питання адаптації дошкільників до умов дошкільного навчального закладу є проведення експериментального дослідження особливостей проходження цього процесу.

Література:

1. Дитячий садок. Що робити, якщо ...? Ситуації, які можуть трапитись з дитиною у садку / Т. Є. Главацька. 2-е видання. Харків: вид. група «Основа», 2023. 80 с.
2. Захарова Н. М. Адаптація дітей дошкільного віку до сучасного соціального простору: монографія. Донецьк: вид-во «Ноулідж» (донецьке відділення), 2010. 218 с.
3. Івахова О. М. Адаптація першокласників до навчання в школі. Методичний посібник. с. Петрашівка, 2016. 98 с.
4. Камбур А. В. Соціальна адаптація особистості. Чернівці: «Золоті литаври», 2012. 252 с.
5. Кокун О. М. Оптимізація адаптаційних можливостей людини: психофізіологічний аспект забезпечення діяльності: Монографія. К.: Міленіум, 2004. 256 с.
6. Корх В. М., Кравець А. І. Експериментальне дослідження адаптації дітей молодшого дошкільного віку до умов ЗДО засобом ігрової діяльності. *Молодий вчений*. 2023 № 11. С. 69–75.
7. Ревасевич І. Психологічні концепції адаптації особистості у системному теоретичному обґрунтуванні. *Психологія і суспільство*. 2001. №4. С. 16–40.
8. Таємниці адаптації. Психологічні особливості дітей дошкільного віку. Третій рік життя / авт.-уклад. О. С. Нурсєва, З. І. Шейнфельд. Х.: Вид. група «Основа»: «Триада +», 2008. 160 с.
9. Фурман А. В. Методика визначення особистісної адаптованості вчителів і учнів. *Освіта і управління*. Т2. К. 1998. С. 105–125.

References:

1. Hlavatska, T. Ye. (2023). *Dytiachyi sadok. Shcho robyty, yakshcho ...? Sytuatsii, yaki mozhut trapytys z dytynoiu u sadku 2-e vydannia*. [Kindergarten. What to do if ...? Situations that can happen with a child in kindergarten] Kharkiv: vyd. hrupa "Osnova". 80 p. [in Ukrainian].
2. Zakharova, N. (2010). *Adaptatsiia ditei doshkilnoho viku do suchasnoho sotsialnoho prostoru: monohrafiia* [Adaptation of preschool children to the modern social space: monograph]. Donetsk: vyd-vo Noulidzh (donetske viddilennia). 218 p. [in Ukrainian].
3. Ivakhova, O. M. (2016). *Adaptatsiia pershoklasnykiv do navchannia v shkoli* [Adaptation of first graders to study at school. Methodical manual]. *Metodychnyi posibnyk*. s. Petrashivka. 98 p. [in Ukrainian].
4. Kambur, A. V. (2012). *Sotsialna adaptatsiia osobystosti* [Social adaptation of personality]. Chernivtsi: "Zoloti lytavry". 252 p. [in Ukrainian].
5. Kokun, O. M. (2004). *Optymizatsiia adaptatsiinykh mozhlyvostei liudyny: psykhoфизиологичний аспект забезпечення діяльності: Монографія* [Optimizing a person's adaptive capabilities: the psychophysiological aspect of ensuring activity: Monograph]. Kyiv.: Milenium. 256 p. [in Ukrainian].
6. Korh, V. M., Kravets A. I. (2023) *Eksperymentalne doslidzhennia adaptatsii ditei molodshoho doshkilnoho viku do umov ZDO zasobom ihrovoi diialnosti*. [An experimental study of the adaptation of children of younger preschool age to the conditions of special education by means of game activity]. *Molodyi vchenyi*. [A young scientist], no. 11, pp. 69-75. [in Ukrainian].
7. Revasevych, I. (2001) *Psykholohichni kontseptsii adaptatsii osobystosti u systemnomu teoretychnomu obgruntuванні*. [Psychological concepts of personality adaptation in a systematic theoretical justification]. *Psykholohiia i suspilstvo*. [Psychology and society], no. 4, pp. 16-40. [in Ukrainian].
8. Nurieieva, O. S., Sheinfeld Z. I. (2008). *Taiemnyi adaptatsii. Psykholohichni osoblyvosti ditei doshkilnoho viku. Tretii rik zhyttia*. [Secrets of adaptation. Psychological features of preschool children. Third year of life] Kharkiv.: Vyd. hrupa "Osnova": "Triada +". 160 p. [in Ukrainian].
9. Furman, A. V. (1998) *Metodyka vyznachennia osobystisnoi adaptovanosti vchyteliv i uchniv*. [Methods of determining the personal adaptability of teachers and students] *Osvita i upravlinnia* [Education and management], Tom 2. Kyiv. pp.105-125. [in Ukrainian].