

ТАРТУСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ
ФАКУЛЬТЕТ СОЦИАЛЬНЫХ НАУК
НАРВСКИЙ КОЛЛЕДЖ
УЧЕБНАЯ ПРОГРАММА «ПЕДАГОГ ДЕТСКИХ ДОШКОЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ В
МНОГОЯЗЫЧНОЙ УЧЕБНОЙ СРЕДЕ»

Ксения Черемисова
АДАПТАЦИЯ ТРЕХЛЕТНЕГО РЕБЕНКА В ДЕТСКОМ САДУ И ПРИМЕНЯЕМЫЕ,
МЕТОДЫ ПЕДАГОГОМ ДЛЯ ОБЛЕГЧЕНИЯ АДАПТАЦИИ

Бакалаврская работа

Научный руководитель: Нелли Рандвер

НАРВА 2024

Olen koostanud töö iseseisvalt. Kõik töö koostamisel kasutatud teiste autorite tööd, põhimõttelised seisukohad, kirjandusallikatest ja mujalt pärinevad andmed on viidatud.

/allkirjastatud digitaalselt/

Lihtlitsents lõputöö reprodutseerimiseks ja üldsusele kättesaadavaks tegemiseks

Mina, Ksenia Tseremissova (sünnikuupäev: 13.02.1996), annan Tartu Ülikoolile tasuta loa (lihtlitsentsi) minu loodud teose „Kolme aastaste laste kohanemine lasteasutuses ning lasteaiaõpetaja poolt kasutatud leevendamismeetodid“, mille juhendaja on Nelly Randver, reprodutseerimiseks eesmärgiga seda säilitada, sealhulgas lisada digitaalarhiivi DSpace kuni autoriõiguse kehtivuse lõppemiseni. Annan Tartu Ülikoolile loa teha punktis 1 nimetatud teos üldsusele kättesaadavaks Tartu Ülikooli veebikeskkonna, sealhulgas digitaalarhiivi DSpace kaudu Creative Commons'i litsentsiga CC BY NC ND 4.0, mis lubab autorile viidates teost reprodutseerida, levitada ja üldsusele suunata ning keelab luua tuletatud teost ja kasutada teost ärieesmärgil, kuni autoriõiguse kehtivuse lõppemiseni. Olen teadlik, et punktides 1 ja 2 nimetatud õigused jäävad alles ka autorile. Kinnitan, et lihtlitsentsi andmisega ei riku ma teiste isikute intellektuaalomandi ega isikuandmete kaitse õigusaktidest tulenevaid õigusi.

Ksenia Tseremissova

20.05.2024

RESÜMEE

Bakalaureusetöö teema on “Kolmeaastaste laste kohanemine lasteasutuses ja lasteaiadõpetaja poolt kasutatavad leevendamismeetodid.” Uurimistöö eesmärgiks oli uurida kolmeaastaste laste kohanemisel esinevaid raskuseid, toetudes lasteasutuses töötavate rühmaõpetajate kogemustele ning meetmetele, mida õpetajad lapse kohanemiseks kasutatavad.

Bakalaureusetöö koosneb sissejuhatusest, teoreetilisest ja praktilisest osast, tulemuste analüüsist, arutelust, järeldustest,- kokkuvõttest, resümeest, kasutatud kirjanduse loetelust ning lisadest.

Teoreetilises osas käsitletakse kohanemise-, kiindumussuhte mõisteid, kohanemistegureid lasteasutuses, kolmeaastase lapse eakohaseid eripärasid, kolmeaastase lapse kohanemist lasteasutuses ja kohanemismeetodeid. Praktilises osas on välja toodud uurimustöö eesmärk ja uurimisküsimused, uurimismeetodi valik, uurimismeetod, uuringu protseduur, valimi kirjeldus, andmete analüüs ning-, analüüsitulemused.

Uuringust selgus, et kolmeaastase lapsega kohanemisel tekkivad raskused käitumises väljenduvad olukordades kus õpetaja peab suunama last tegevuses, mis on potentsiaalselt ohtlik temale ja teistele rühmas olevatele lastele, nt nutmine, küünistamine, hammustamine, hüsteeriahood, jalgadega trampimine. Sellises vanuses on lapsel raskusi eneseväljendamise oskusega, sest ta kõne alles areneb ning seetõttu laps ei oska väljendada sõnades oma emotsioone, ning tal tekivad probleemid suhtlemises eakaaslastega. Seepärast võib laps käituda üsna agressiivselt, sest ta ei oska oma emotsioone mõistetavalt väljendada. Raskused ilmnevad ka siis, kui on vaja teiste lastega suhelda ja ühistest tegevustest osa võtta, nt jagada mänguasju, oodata. Kõik need käitumiskäitumised raskused võivad olla seotud rühmakorraga harjumise ning igatsusega vanema järele.

Uuringus osalenud õpetajad on jaganud infot intervjuude käigus, nad on teadlikud lapse vastava käitumise põhjustest ning oskavad last suunata ja aidata, et laps edukalt kohaneks lasteaia rutiiniga. Õpetajad kasutavad oma töös lisaks efektiivseid leevendamismeetmeid, mida nad teavad, aga neid on vähe, nt liivteraapia, mis on suunatud peenmotoorika arengule ning riimluule, laulumängud. Tööst selgus, et õpetajad vajavad rohkem teadmisi kaasaegsetest meetoditest, mis oleks tänapäevased ning efektiivsed, et last tõhusamalt aidata, ning selleks on vaja läbida täiendkoolitusi. Bakalaureusetöö on potentsiaalseks abimaterjaliksks emadele ja alustavatele õpetajatele, kes töötavad 3.aastaste rühmas.

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ ПОДХОД К АДАПТАЦИИ	
.....	6
1.1. Понятия «адаптация».....	6
1.2. Теоретический подход к адаптации	7
1.3. Адаптационные факторы в детском саду	10
1.4. Возрастные особенности трехлетнего ребенка	16
1.5. Адаптация трехлетнего ребенка в детском сад.....	18
1.6. Адаптационные методы	19
ГЛАВА 2. ИССЛЕДОВАНИЯ ПО АДАПТАЦИИ	24
2.1. Цель исследования и вопросы исследования.....	24
2.2. Выбор методы исследования	25
2.3. Метод исследования	25
2.4. Процедура исследования	25
2.5. Выборка исследования	26
2.6. Метод анализа полученных данных.....	26
ГЛАВА 3. РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ.....	28
3.1. Результаты анализа.....	28
3.2. Рассуждения и выводы практической части.....	39
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	45
ЛИТЕРАТУРА.....	47
ПРИЛОЖЕНИЯ.....	54
Приложение 1. Вопросы к интервью с педагогами.....	55

ВВЕДЕНИЕ

Поход в детский сад для ребенка считается важным этапом в его развитии, где приходится адаптироваться и справляться в новой ситуации. Также важен этот этап и для родителей ребенка, они свыкнуться с тем, что ребенок целый день проводит в детском саду без мамы.

Исходя из различных исследований стало очевидным, что адаптация в детском саду вызывает стресс у детей, у кого-то: в меньшей степени, у кого-то в большей, но в любом случае это испытывают все дети. (Bernard, Peluso, Laurence au, Zhang, & Dozier, 2015; Gunnar, Kreuzer; Ryzin & Phillips, 2010; O'Farrell & Hennessy, 2014). Адаптация играет важную роль в жизни каждого человека, поскольку от этого зависит, как индивид адаптируется в социуме (Bronfenbrenner, 2006; Elkonin, 2010 и др.). Адаптация к новым условиям начинается уже с самого детства. Сначала ребенок адаптируется к новым вещам и опекунам, которые его окружают дома. Затем поход в детский сад. Вовремя адаптации, педагог должен заменить маму (Bronfenbrenner, 2006).

По словам психологов, дети зачастую сталкиваются с адаптационными проблемами в детском саду (Saat, 2015; Aas-Udam, 2016). Согласно некоторым исследованиям (Gialamas et al., 2014; LoCasale-Crouch, Mashburn, Downer, & Pianta, 2008; Rimm-Kaufman, Pianta, & Cox, 2000) успешная адаптация ребенка в детском саду, поможет повысить уровень адаптивности, и в дальнейшем поспособствует успешности в школе. Важно понимать, что благоприятствует адаптации ребенка в детском дошкольном учреждении и что препятствует успешному привыканию к новым условиям среды.

Ранее были проведены исследования в сфере адаптации. Устранение адаптационных трудностей рассматривалось в исследовании, Bertha- Pauline Kivilaan (2023). Целью данного исследования было дать обзор адаптации детей в детском саду, о проделанной совместной работе педагогов, с руководством ДДУ и с родителями, а именно что могли бы сделать родители, педагоги и руководство ДДУ для смягчения симптомов адаптации ребенка в детском саду. Выяснилось, что можно облегчить адаптацию ребенка, посредством обмена информации между педагогами, руководством ДДУ и родителями. Обмен информации — это консультирование, оказание помощи, коммуникация, поставленные общие цели. Kristi Martin (2010) в своей магистерской работе «Адаптация ребенка в детском саду и учреждении по уходу за детьми, по оценке помощника педагога, на примере города Тарту» исследовала адаптационные трудности и их проявление у детей. Целью данного исследования было, сделать обзор адаптации ребенка и факторы, способствующие

затруднению адаптации. Из результатов работы выяснилось, что у индивида с адаптационными трудностями, в большинстве случаев, уже есть какая-то предрасположенность к этому (повышенная, уязвимость), но для вызова этого расстройства должна быть какая-то стрессовая ситуация. В период адаптации, у ребенка, может это проявляться: в сосании пальца, мочиться в кровать, невнятная речь и тд.

В исследовании выяснилось, что адаптация детей в детском саду проходила достаточно быстро. Адаптационные трудности были в учреждениях по- уходу за детьми, по словам педагогов и родителей. Merlin Kalm (2016), в своей работе «Связь социальных навыков и особенностей личности детей 1-3 лет с адаптацией ребенка в детском учреждении», целью чего было исследовать адаптацию в детском саду и факторы, оказывающие влияние на адаптацию, личностные качества и социальные умения, которые влияют на течение адаптации в детском саду. Результаты показали, что невротические личностные качества возникают чаще всего как адаптационные трудности. Проблематикой исследования является затрудненное течение адаптационного процесса в детском саду у детей в возрасте трех лет. У каждого ребенка процесс адаптации в детском саду протекает по-разному.

Нас интересует данная тема, тем чтобы понять все нюансы данного возраста, какие методы применять к таким детям, как найти подход к трехлетнему ребенку, в непростой адаптационный период в детском саду, чтобы не повредить его психику и поспособствовать дальнейшему развитию ребенка. Данную проблему помогут решить различные мнения педагогов с большим стажем работы, в младшей группе. Раннее проведенные исследования были направлены больше на младший возраст от 1–3 лет ребенка и течение адаптации в ДДУ в этом возрасте.

В нашей работе рассматриваются дети, именно в возрасте трех лет, тогда, когда они делает большой скачок как: в социальном, эмоциональном, физическом и когнитивном развитии. Наше исследование направлено на адаптацию ребенка в детском саду, в возрасте трех лет, и выявление трудностей в поведении у трехлетнего ребенка.

Цель нашей работы: исследовать трудности у детей в возрасте трех лет во время адаптации в детском саду и методы, которые применяются для устранения этих трудностей, основываясь на мнениях педагогов, работающих в младших группах детских садов. Опираясь на цель нашей работы ниже приведены, вопросы исследования:

1. В чем заключается особенность адаптации в детском саду у ребенка в возрасте трех лет по- мнению педагогов?
2. Какие адаптационные трудности в возрасте трех лет у ребенка проявляются в поведении в детском саду по – мнению педагогов?

3. Какие эффективные адаптационные методы применяют педагоги в своей работе для смягчения этого периода в детском саду?

Работа состоит из: теоретической и эмпирической части. В теоретической части рассматриваются: термин «адаптация», теоретические точки зрения ученых и психологов о адаптации, адаптационные факторы в детском саду, особенности ребенка в возрасте трех лет, адаптация трехлетнего ребенка в детском саду, методы облегчающие адаптацию, заключение по теоретической части. Эмпирическая часть включает в себя: цель исследования и вопросы исследования, метод исследования, проведение исследования, описание выборки, метод анализа полученных данных, интервью, результаты анализа, рассуждение, заключение.

Терминология, используемая в работе: адаптация, педагог, детский сад, привязанность.

1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ ПОДХОД К АДАПТАЦИИ

1.1. Понятия «адаптация»

Адаптация - это шаг во всем эволюционном процессе. (Butterworth, Harris 2002, 22) Piaget (1970) видит адаптацию как процесс, в ходе которого происходит приспособление к условиям среды. Учитывая, в соответствии этому уметь регулировать, перестраивать свое поведение исходя из ситуации. Kristi Martin (2010) в своей магистерской работе, дефинирует адаптацию как - (приспособление), взаимное влияние человека и окружающей среды, которая держит человека в равновесии с изменением окружающей среды (Martin, 2010, lk, 8). Kallasmaa (2003) описывает адаптацию как процесс, посредством которого человек справляется с требованиями внутренней и внешней среды, в результате чего процессы адаптации могут быть как автоматическими, так и преднамеренными, и одним из типов адаптации является управление стрессом.

Адаптация – это сложный процесс приспособления организма к новым условиям (Kallasmaa, 2003 ,lk 46) Привязанность — это возможность создать сосредоточенные, постоянные и эмоционально значимые отношения с нужными другими людьми, и основой привязанности является предлагаемая со стороны родителей или изначального опекуна чувство защиты и уверенности. (Bowlby, 1969, viidatud Butterworth & Harris, 2002). Эмоциональная связь между ребенком и его первыми опекунами называется привязанность. Отношение между ребенком и взрослым формируется уже с самого рождения, но самое большое влияние этих отношений происходит у ребенка, в трехлетнем возрасте. Взрослый, реагирующий отзывчиво на эмоции, создает основу, для безопасных отношений привязанности. (O'Neill et al, 2010)

В заключении данной главы, можно сказать, что процесс адаптации имеет не одно объяснение. У каждого из авторов есть своя точка зрения насчет термина «адаптация», которой они придерживаются. В ходе привыкания к чему-то новому человек испытывает напряженность, что может вызвать изменение в поведении, которые направлены для того, чтобы индивид смог принять условия новой среды. Привязанность — это то, на чем строится адаптация. без которой значительно затруднилось взаимодействие с окружающим

миром малыша, в познании чего-то нового, и строить отношение с новыми, новыми, новыми ему людьми.

1.2. Теоретический подход к адаптации

В нашей работе рассматриваются теоретические подходы к адаптации философов и ученых XX века. Сторонники социального конструктивизма: Piaget, Bowlby, Vygotsky были заинтересованы в феномене «адаптация», а точнее как происходит процесс приспособления индивида к новой среде. Выше, описанные ученые утверждают, что научные теории, несут за собой политический и социальный контекст. В социальном контексте имеется в виду процесс обучения, целью которого и является «адаптация» к окружающему миру. (Dewey viidatud Naaber, 2013, lk,8). На этот процесс оказывают влияние как люди, так и среда. Все взаимосвязано между собой, самопознание, поведение индивида, так и факторы окружающей среды, влияющие на его поведение.

Швейцарский психолог Jean Piaget – был одним из основоположников когнитивного направления. Согласно его теории, движущей силой познавательной деятельности является врожденный интерес человека к окружающему миру, что заставляет полагать, ребенок не может расти в изоляции, он нуждается в воспитательной среде и в умении справляться с жизненными трудностями.

Ранняя среда воспитания закладывает основу для дальнейшего развития ребенка. Она может как благоприятно влиять на его развитие, а также может препятствовать этому. Piaget (1970) утверждает, что адаптация проходит по следующей схеме: конфликт-, тревога-, защитная реакция.

Таким образом, индивид достигает равновесия со средой, с которой он взаимодействует. В ходе этого человек привыкает к постоянно меняющимся условиям среды (Piaget, 1970). Этому способствует два механизма (ассимиляция и аккомодация). Эти механизмы и есть адаптация. Ассимиляция запускается во время принятия информации по уже известной схеме, а аккомодация работает тогда, когда новая информация не принимается по прежней схеме и схема нуждается в обновлении. Затем происходит в подсознании человека конструирование нескончаемых мыслительных схем и знаний (Krull, 2000). Приходя в детский сад, у ребенка уже имеется первый опыт отношений, что заключается в привязанности к родителям, но спустя какое-то время у ребенка появляется похожее чувство привязанности к учителю (Tropp & Saat, 2008). Защищенность и чувство привязанности позволяет ребенку общаться со сверстниками, и держать под контролем эмоции. Согласно

теории Bowlby, дети приобретают уже очень рано такие внутренние модели как: привязанность, дружба с окружающими людьми. На основе ранних отношений привязанности формируется отношение к новым, незнакомым людям, малыш может относиться к ним как с опаской, так и с большим доверием. В нашем случае это педагог дошкольного образования.

Выяснилось, что дети могут вести себя непредсказуемо, поскольку, находясь в новой ситуации и в новой окружающей обстановке, малыш чувствует себя напряженно, то есть схема действий не обновляется, и ребенок не знает, как себя вести в такой ситуации. (Smith et al jt. 2008). Как утверждают, Sirje Almann, Eve Kikas, Õnne Aas- Udam(2016), первые три года жизни, ребенку тяжело переживать какие-то изменения, адаптироваться к чему-то новому. Адаптация ребенка в детском саду в возрасте трех лет считается тем временем, когда ребенку предстоит столкнуться с трудностями, во время перехода из домашней среды в новую, совершенно незнакомую. (Klefbeck, Ogden, 2001, lk 30)

Эти трудности и есть процесс выживания. Согласно теории эволюции, рождаясь, человек не обладает никакими навыками и умениями. Постепенно он их приобретает, в ходе адаптации, который обусловлен физиологическими изменениями в организме, что способствует приспособлению к новым условиям среды. В жизни ребенка адаптация имеет важное значение. Согласно теории эволюции Дарвина, для ребенка это – постоянное приспособление к окружающей среде (Butterworth & Harris, 2002, lk 22). А чтобы приспособиться к этой новой среде, и сосуществовать в обществе нужны социальные умения, которые формируются в ходе адаптации. В то же время происходит социализация, то есть формирование личности как социально компетентного члена общества. (Harjo et al, 2007, lk 16). Все это способствует успешной адаптации, социальному развитию малыша к ДДУ, и расширению социальных связей. А также напротив, может усугубить привыкание ребенка к новой среде полную дезадаптацию что несет за собой большие трудности в формировании личности ребенка, в создании социальных связей со сверстниками и учителем. (Klefbeck & Ogden, 2001, lk 28) По- словам Sirje Pree (2007) ребенок должен взаимодействовать с окружающим миром в тот момент, когда у него контроль саморегуляции очень слабый и находится на этапе развития, то есть он еще не в силах сам контролировать свои эмоции и поведение (Pree,2007,lk,14). Психологи утверждают, что дети очень часто сталкиваются с адаптационными трудностями в детском саду (Saat, Aas-Udam 2017). В таком случае ребенку самому не справиться с проблемой, он нуждается в поддержке взрослого, согласно теории социального развития Льва Выготского. Ребенку необходимо чувствовать доверие. (Võgotsky, 1978) Изначально ребенок доверяет только

родителям, поскольку защиту он видит только в них. Таким образом формируется чувство привязанности (Mikulincer & Shaver 2007; Mägi, 2006, lk 5; Kalamees, 2014). Трудности, возникшие во время адаптации, с которыми сталкивается ребенок, разделяются по- этапам. Этапы адаптации. Легкая адаптация- как правило, на 20-й день проведенный в детском саду, нормализуется сон, аппетит приходит в норму, ребенок начинает общаться со сверстниками и взрослыми. В случае умеренной адаптации поведенческие реакции восстанавливаются на тридцатый день. Нейропсихическое развитие замедляется. В случае сложной адаптации эмоциональное состояние нормализуется очень медленно. Это может длиться несколько месяцев. У ребенка возникают длительные поведенческие расстройства, как правило, у него нет желания играть со сверстниками, подавленное настроение (Vappur, 2018; Aardevälja et al., 2021). Этому может послужить панический плач, который возникает из-за того, что ребенок не хочет расставаться с мамой или папой, а также ему тяжело привыкнуть к новому человеку и окружению (Pree, 2007, lk 42). Все это происходит из- за того, что у малышей, приходящих первый раз в коллектив, мало социального опыта и они не знают, как вести себя по отношению к своим сверстникам. (Caldarella & Merrell, 1997 viidanud Martin, 2010).

В итоге можно сказать, что ученые XX века были заинтересованы в процессе адаптации, и каждый трактует ее по-своему, и функции адаптации также были описаны по-разному. Один из ученых утверждает, что адаптация-то без чего человек не может сосуществовать, то есть уже с рождения, ребенок проявляет интерес к окружающей среде. Человеку постоянно приходится привыкать к меняющимся условиям среды. Это регулируют так называемые механизмы- ассимиляция и аккомодация, который определяет течение процесса адаптации ребенка. Были описаны вкратце факторы, которые воздействуют сильно на процесс привыкания к чему-либо. Процесс адаптации для ребенка особенно важен. В возрасте трех лет, важно пройти адаптацию для развития саморегуляции и управления эмоциями. Это происходит тогда, когда ребенок сталкивается с трудностями, приходя в детский сад. Существуют нормы адаптации в детском саду, которые описаны выше. Слишком затяжной процесс адаптации может вызвать психические и поведенческие расстройства.

1.2. Адаптационные факторы в детском саду

С походом в детский сад, в период адаптации, у ребенка происходит переворот стереотипов: все неизвестное ребенка приводит в состояние стресса (Almann, 2010; Balaban, 2006; Vogler

et al., с 200). Многие дети сталкиваются с адаптационными проблемами, под влиянием различных факторов (Avdeeva & Khohlacheva, 2010).

Возраст. – один из адаптационных факторов. Значительное влияние на результаты адаптации к новой социальной среде оказывает возраст. У детей в старшем возрасте больше представлений о детском саде, нежели у младших. Все же ребенок делает большой успех в социальном развитии. Он нуждается в коллективе, в общении со сверстниками. В общем, успешность адаптивности к новой среде, у малыша растет с возрастом. (Aas-Udam & Pärn, 2016). Взрослея, он приобретает как, социальные так и когнитивные умения, которые позволяют справляться с трудностями в новой среде (Murphy et al jt.1999). Адаптацию обеспечивают умение ребенка контролировать свои эмоции и импульсивность, а также ранний опыт социальных контактов (Tropp & Saat, 2008). В каждом возрасте эти умения на разном уровне. В три года дети готовы отлучиться от мамы, и акцептирует опекунов совсем по-другому нежели раньше, а также ребенок проявляет интерес к сверстникам (Keltikangas-Järvinen, 2011; Sermat, 2019). Несмотря на стремительное развитие ребенка, адаптационный период затрудняет ярко выраженный происходящий кризис трех лет, и сопутствующие его симптомы: упрямство, гнев, эгоцентризм (Sorokina, 2013)

Адаптивность. Адаптивность имеет важную роль в развитии как конкретного организма, так и повседневной жизни, что характеризуется высоким динамизмом, который можно тренировать в определенных пределах. (Kahn& Loit,2009, viidatud Martin, 2010, lk 8). Свойственная человеку высокая адаптивная способность не является врожденной, а формируется постепенно (Дерда 2015, lk 8). От уровня приспособляемости зависит, то насколько легко индивид привыкает к изменениям, и сколько время ему понадобится чтобы привыкнуть к чему-то новому (Ütsik 2013, lk,16). Кан и Лойт (2009) нашли, что адаптивность организма характеризуется высокой степенью динамичности, которую можно тренировать в определенных пределах, но она имеет границы. Калласмаа (2003) характеризует более адаптируемого человека как эмоционально стабильного, решительного, экстравертного, открытого, социального и оптимистичного. Самоконтроль способствует мобильности (Streimann 2016). Этому благоприятствует защищенность ребенка, чем, защищеннее, он тем больше готовность исследовать мир, и открывать что-то новое (Saarna, Pärn 2015). Совершенно беспомощному младенцу, приобрести сложные умения, особенно социальные, для того чтобы выжить помогают близкие отношения между мамой и ребенком (Pederson, Moran, viidatud Tänavsuu, 2007).

Социальные умения. По мнению родителей и учителей одним из поддерживающих адаптацию факторов являются социальные умения. У малышей, приходящих первый раз в коллектив, мало социального опыта и они не знают как вести себя по отношению к своим сверстникам. Таким образом ребенок психологически не готов идти в детский сад. Психологическая подготовка к детскому саду считается одним из важнейших результатов духовного развития. (Kulderknap, 2009). Адаптационные трудности образуются, когда ребенок встречается с неясностью, когда он не готов вступать в общение. Он не может выразить свои эмоции словами, поскольку у него еще не так хорошо развита речь, поэтому он впадает в истерию: топает ногами, кричит, машет руками (Valvas, 2007, lk 35). В трехлетнем возрасте дети не хотят подчиняться установленным правилам в группе. Они считают, что они везде правы, их желаниям и требованиям должны потакать. Все это может сопровождаться вспышками гнева. (Teusten, 2000, lk 8) Многие педагоги утверждают социально- эмоциональную адаптацию хорошим началом привыкания к детскому саду. (Denham, 2006, viidanud Nathanson et al, 2009). Социальные навыки как ориентированное на целевое поведение, которое позволяет детям эффективно функционировать в разных социальных средах (Sheridan & Walker, 1999). Отсутствие социальных навыков ведет к адаптационным трудностям, что сказывается негативно на отношениях со сверстниками и приводит к изгою в группе из-за непонятного поведения для сверстников (Rimm-Kaufmann et al., 2000); (Cooper et al jt.2014). Благодаря социальным навыкам происходит развитие отношений, и взаимодействие со сверстниками, умение регулировать свои эмоции и чувства, контролировать поведение.

Личностные качества. Адаптация ребенка связана с различными личностными качествами. Темперамент оказывает влияние на адаптацию в различных ситуациях, и на то насколько легко ребенок находит контакт с другими детьми. (Kruuspan, 2013, lk 8). Насколько быстро и плавно проходит адаптация у ребенка в детском саду, зависит от психотипа. (Aas-Udam, 2017). Личностные качества (например, невротичность и экстравертность) связаны с опытом, полученным на протяжении жизни, и их влияние на процесс адаптации в детском саду, на поведение ребенка и поведенческие привычки. (Feist&Feist, 2006; Kalm, 2016) Именно характер- это комплекс личностных качеств, и это определяет отношение к окружающему миру. (Gottlieb,1995). Характер ребенка состоит из девяти компонентов: уровень активности, сосредоточенность, быстрота реакции, устойчивость привычек, прочность, порог чувствительности, настроение, которая относится к личностным качествам дистантность и адаптивность. (Gottlieb,1995). Можно сказать, что невротичность (печаль, фрустрация и моторная деятельность) проявляется у

детей в период адаптации чаще, чем экстравертность и отсутствие контроля над собой, характеризующие личностные качества. (Kalm, 2016). У детей с лучшим умением общаться со сверстниками проходит адаптация легче, но если ребенок не коммуникативный, скрытный, то могут быть проблемы с самообладанием, что приведет в конечном итоге к агрессивности. (Martin, 2010).

Социальные умения и личностные качества имеют тесную связь с обществом, где ребенок начинает показывать свое «я», таким образом, показывая свой характер. Tagne Kruuspan (2013) утверждает, что одним из влияющих факторов является тип нервной системы и темперамента у ребенка. На основе этого можно сказать, сангвиник — это один из психотипов, адаптирующийся в обществе лучше всех. Ему не составляет трудности приспособиться к новым условиям потому, что он легко находит контакт как со сверстниками, так и со взрослыми. (Kruuspan, 2013) Адаптация к новым условиям, у детей, с более высокими социальными навыками, процесс адаптации проходит относительно быстро, реагируя спокойно на все происходящее. (Gottlieb, 1995 цитирует Kuus, 2020). У детей с разными личностными качествами такие как, интровертность и экстравертность, которые связаны с социальными навыками могут возникать адаптационные трудности (Kalm 2015). Нам нужно знать сильные стороны типа темперамента, чтобы помочь ребенку с адаптацией. (Almann, 2010). Темперамент личности и реакция на стресс как правило врожденные. Дети, подвергшиеся панической атаке, избегают чужих людей и незнакомых мест, не осмеливаются подойти к другим, чрезмерно привязаны к маме, смотрят на других детей, находясь в стороне, не участвуя в игровом процессе. (Goleman, 2007 & Martin, 2010). Новое обстоятельство ребенка пугает, и над ребенком берет верх паника и беспомощность. В ситуации, когда он чувствует себя беспомощным, им овладевает буря эмоций, с которыми ему одному тяжело справиться. (Piirsalu, 2022).

У ребенка удручение спровоцировано внешними факторами. В младенчестве предрасположенность к панике связана с типом личности ребенка. Тревожные и стеснительные более восприимчивы. Зачастую дети испытывают страх перед незнакомыми людьми и в незнакомых ситуациях. Этот страх и является основным барьером при адаптации. При этом ребенок становится более ранимым и капризным. Его переполняют эмоции, с которыми ему самому тяжело справиться. (Vapper, 2018; Aardevälja et al jt. 2021). Из-за страха у ребенка появляется тревожность, которая вызвана тем, что ребенка отправляют в совершенно новое помещение из привычной, спокойной и домашней среды, где всегда рядом мама, которая может прийти на помощь. У ребенка очень сильная эмоциональная связь с матерью. Поэтому доверие и отношение с новыми людьми

формируются на основе тех ценностей и социальных умений, которые ребенок получил дома, находясь рядом с мамой (Saarits 2005 цитирует Tähtepõld). Отсутствие эмоциональных, социальных и когнитивных умений усложняют адаптационный процесс.

Привязанность. На ранних этапах привязанности основывающаяся модель, определяет, насколько открытый, доверчивый или боязливый, и предусмотрительный ребенок при встрече с незнакомым человеком. Эта ситуация может быть связана с тем, насколько легко, или тяжело ребенку воспринять учителя, или помощника учителя (Massoby, 1992). Приходя в детский сад, у ребенка уже есть одни из важнейших ранних отношений привязанности к родителям, которое действует зачастую как модель отношений ребенка и взрослого. Это означает, что, приходя, в детский сад, дети общаются с учителем по подобию модели ребенок- родитель, то есть по- своей старой схеме. (Broomby, 2003 цитирует Martin, 2010) Дети, которые чувствуют привязанность, доверяют родителям. В раннем детстве, во время применения воспитательных методов к ребенку, при длительном влиянии их, найдена связь безопасной привязанности и адаптации в позднем детстве. Когда приходит время идти в детский сад. (Copeland jt, 1997 viidatud Martin, 2010).

Действия педагога. В период адаптации ребенок нуждается в защите. Учитель должен проявить дружелюбие по- отношению к ребенку, и наладить контакт с ним в период утреннего расставания с родителями. (Aas-Udam, 2017). Эмоциональное чувство защиты обеспечивает учитель, используя физическую близость и уделение внимания нуждам ребенка (Coplan et al jt. 2007). У учителя одна из самых главных целей- помочь ребенку адаптироваться в детском саду, но для этого нужно исследовать методы, которые облегчат адаптацию. Учитель должен сформировать ребенка как социально компетентную личность в обществе (Anton, 2007). Одна из основных целей педагога- помочь ребенку адаптироваться в детском саду, но надо как можно больше исследовать различные методы и способы, которые были бы наиболее эффективные (LoCasale-Crouch, Mashburn, Downer & Pianta, 2008). Близость взрослого и забота утешит плачущего ребенка. (LoCasale-Crouch, Mashburn, Downer, & Pianta, 2008). Согласно закону детского дошкольного учреждения, педагог, учитывая индивидуальность ребенка обеспечивает ему воспитание и развитие. (Koolieelse lasteasutuse seadus, 1999). Хорошим началом адаптации в детском саду для ребенка является для этого приятный контакт, доверительные отношения, обмен информацией с двух сторон и привлечение родителей в работу детского сада. (Õun, 2001; Kruuspan, 2013, lk 6). Имеется в виду то, что учитель должен найти подход к ребенку чтобы он почувствовал поддержку с его стороны. Он должен быть активным в своих действиях и быть примером для ребенка.

Малыш имитирует поведение учителя. и он ведет себя соответственно. (Kulderknur, 2008, lk, 34). Задача педагога во время адаптации посвятить время социальному развитию ребенка, которое показывает следующие признаки: поведения во время игры, совместные игры вместе со сверстниками, умение общаться и спокойное состояние по приходу в детский сад (Barnett & Taylor, 2008; Deyell-Gingold, 2007; Teichman & Ziv, 1998). Merlyn Mandre, утверждает, что педагог должен использовать чаще позитивный стиль общения с детьми. Во время общения с ребенком выбирать демократический стиль. Демократичный учитель активно принимает участие в диалоге с ребенком. Благодаря этому формируется уверенность в себе у малыша. При этом педагог стимулирует активность ребенка. Учитель углубляется в проблемы, в личные дела ребенка. Больше, обращая внимание, на хорошие поступки и поведение ребенка. Так создается спокойная атмосфера в группе. В ходе исследований Tyre'i (2021) и Daniels'i (2014) выяснилось, если атмосфера в группе спокойная, позитивная, то адаптация проходит приятнее и успешнее.

Сотрудничество родителей с учителем. Родители важные сотрудники для учителя, потому что они знают своего ребенка лучше всех. Прежде всего надо создать позитивный настрой к ДДУ дома говоря о том, что дети делают там, и почему им туда так нравится ходить. (Almann 2010). Рекомендуются встречи с учителем, ребенком и родителем, где малыш смог бы быть активным участником, и разделить эмоции, связанные с детским садом. Таким образом, ребенок будет чувствовать себя более комфортно, и адаптация будет протекать более безболезненно. Беседа родителей с учителем, как о позитивных, так и о негативных моментах в детском саду, о каких-то домашних привычках ребенка, какие ожидания от детского сада. Договориться с учителем о методиках успокаивания ребенка, во время того, когда он плачет (Saat, 2014). Педагоги, в свою очередь, информируют родителей о том, как ребенка подготовить к детскому саду. (Wildenger & McIntyre, 2010 viidatud Matsalu, 2015). Таким образом, можно регулировать негативные эмоции во время адаптации. (Daniels, 2014; Kuus, 2020: 13) Совместная работа родителей и учителя обеспечивает полноценное развитие ребенка и адаптироваться к новым условиям в ДДУ (Kraav 2006). Адаптацию поддерживает один и тот же ритм дома, и в детском саду и повторения в деятельности, выслушивание ребенка и понимание. Рутинная и стабильная среда ребенку пойдет на пользу, поскольку стабильность смягчает стресс и дает ребенку чувство защиты (Leola, 2015; Mägi et al., 2014).

Одной из важных задач — это попробовать перейти на дневной, как в детском саду. Точная, утренняя и вечерняя деятельность поможет ребенку адаптироваться к ДДУ. Дневная программа детского сада в промежутке от 7.30–12.00- свободная, игровая деятельность, утренний круг, завтрак, развивающая деятельность(искусство), музыка, рассказы, движение, игра на улице и обед (Paart, 2014). У родителей есть возможность заранее ознакомиться с дневной программой детского сада и попробовать сопоставить с домашним графиком ребенка, перед походом в детский сад (Almann, 2010; Mänd, 2003; Söer, 2004). Мама должна объяснить куда она идет (в магазин, на работу, домой), но обязательно вернется за ним. Также нужно описать план дня позитивно (Maris et al jt. 2015, lk 1). В свою очередь, учитель, должен поддержать ребенка и вовлечь его в процесс адаптации. Доверительная связь между родителями и персоналом детского сада создает позитивное мнение у ребенка о дошкольном учреждении, а также родитель должен рассказать ребенку что его ждет в детском саду. То есть они говорят о том, что дети делают в детском саду, но не стоит малыша перегружать информацией (Almann, Söer, 2004).

Объект утешения. Ребенку можно дать с собой в детский сад мягкую игрушку, которая могла бы малышу служить успокоением. Таким образом, у него не будет привычки разные игрушки брать из дома и у других детей не будет желания отбирать ее. Они поймут, что игрушка дорога малышу. Она как друг для ребенка, который дает защиту, поможет ему успокоиться и при этом он будет чувствовать эмоциональную поддержку. Ребенок не чувствует себя одиноким (Mägi et al jt.2015).

Следовательно, можно сказать, много факторов воздействуют на адаптацию ребенка, которые между собой связаны. Личностные качества тесно связаны с социальными умениями, которые ребенок показывает в детском саду, насколько хорошо он умеет общаться со сверстниками, и не возникает ли проблем с проявлением эмоций во время адаптации, что в свою очередь зависит от адаптивности, от возраста ребенка и особенностей данного возраста как в эмоциональном, так и в социальном плане. Она показывает, насколько быстро, и хорошо ребенок приспосабливается к новым условиям среды. Исходя из вышеописанных факторов, можно сказать, что в возрасте трех лет ребенок очень восприимчив ко всему новому. Страх перед адаптацией у ребенка обусловлен тем, что ему предстоит столкнуться с чем- то новым и неизвестным, совершенно незнакомым малышу. В ходе этого могут возникать всплески эмоций, недоверие.

Ребенок боится незнакомого ему общества, среду. Насколько долго ребенок привыкает к новым условиям среды может зависеть от того насколько сильно ребенок привязан к родителям. Это определяет формирование уровня доверия к учителю, с которым ребенок

еще только знакомится. Он не знает, как ему вести себя. У каждого своя степень адаптационной тяжести и реакция на адаптацию. У кого-то привыкание к детскому саду проходит достаточно легко, а кому-то нужно время. В ходе данной главы были описаны значимость факторов внутренней, так и внешней среды, которые влияют на процесс адаптации и вызывают сложности в ходе этого процесса в детском саду. Были рассмотрены такие факторы как: адаптивность, социальные навыки, личностные качества, сотрудничество родителей с учителем, объект утешения, действия педагога, привязанность, но особое внимание уделялось возрасту ребенка трех лет, и какие изменения в данном возрасте могут затруднить процесс адаптации.

1.4. Возрастные особенности трехлетнего ребенка

Именно в младенческом возрасте происходит ответственный этап развития во всех сферах: как в социальной, эмоциональной, духовной так и физической. От этого зависит дальнейший онтогенез ребенка, поскольку к концу третьего года жизни формируется личность, что и является отличительной чертой возраста трех лет. Как раз тогда начинает развиваться самостоятельность, и интерес к окружающему миру (Vainre, 2015; Kera, 2004, lk 33–14). У ребенка в течение первых трех лет жизни формируются знания о самом себе и умения самообслуживания. (Keltikangas- Järvinen; 2012; Saarits, 2008). Он начинает воспринимать свое «я», но его мышление своеобразное, то есть через призму самого себя, он не понимает, что у других взгляд на мир иной (Kikas, 2008; Smith, Cowie & Blades, 2008). Он видит в себе уникальность и индивидуальность.

Одним словом, у ребенка проявляется эгоцентризм (Kikas, 2008, lk.32). На основе исследований, можно сказать, что в раннем возрасте развивается понимание того, что его эмоции влияют на чувства других людей. Дети сознательно, могут толкать, дразнить друг друга, и в тоже время утешать (Dunn & Harris, 1993 viidatud Kikas, 2008). У ребенка начинают очень активно развиваться познавательные процессы. Особое значение имеет память. Эпизодическая память формируется именно в возрасте трех лет, тогда, когда ребенок хранит в памяти личные воспоминания, касающиеся именно его (Võgotski, 1926 viidatud Kikas, 2008). Дети в этом возрасте непоследовательны в своей деятельности. Нет способности быстро перестраиваться и привыкать к чему-то новому. Тормозные процессы развиты на низком уровне. Переход с одной деятельности на другую требует время. Какие-то изменения нужно объяснять словами.

Развитие речи способствует пониманию того, что говорит взрослый, так как у трехлетнего ребенка достаточно большой словарный запас. В большей мере осваивает родной язык. Haridus- ja Noorteameti Rajaleidja логопеды утверждают, что малыш использует в речи отдельные слова, участвует в коротких диалогах. Речевое развитие оказывает содействие коммуникации со сверстниками (Tulviste viidatud Kikas, 2008). Дети предпочитают взаимодействовать вместе с конкретными детьми и в их словарном запасе появляется слово «друг». (Hartup&Stevens,1999 viidatud Kikas, 2008). К трем годам они продвигаются вперед в развитии идентитета, и как уже говорилось, начинается формирование личности, ребенок показывает свое «я» и готовность к обучению.

Таким образом, малыш учится отношениям с другими людьми. Большинство трехлетних детей уже что-то о себе могут рассказать (как его зовут, кто его родители, что ему нравится и что нет). Особое внимание стоит уделить игре, поскольку с точки зрения социального развития, посредством игры и происходит общение со сверстниками. Игра предоставляет ребенку среду, где он может привыкнуть к безопасной коммуникации со сверстниками (Niilo & Kikas, 2008). Eric. E. Erikson, проводивший, исследования, касающиеся социально-психологические аспектов, утверждает, период с трех лет называют игровым возрастом, когда ребенок очень подвижный и любознательный. Он познает себя, пробует что-то новое. (Vainre, 2015) С трех лет дети начинают играть в игры фантазии вместе с другими, в ролевые игры, которые называются социо- драматические.

В этом возрасте они могут запоминать ситуации, различать роли и между собой их делить. Дети начинают отслеживать реальность четче и в играх повторять деятельность. Ролевые игры связаны с социальными отношениями, игроки выбирают себе роль и разыгрывают сценку. Дети выбирают роли, мамы или папы и играют в дом. Такие игры предполагают общение между детьми и групповую работу. На третьем году жизни дети понимают различия между мальчиком и девочкой. (Niilo & Kiikas, 2008, lk.131) В данном возрасте, дети предпочитают играть со сверстниками такого же пола, как и он. (Veisson viidatud Kikas, 2008) В заключении, можно сказать, в каждом возрасте есть свои особенности развития. Младенчество считается самым ярким примером развития личности. Именно тогда, ребенок начинает все больше и больше узнавать о самом себе и учиться взаимодействовать с другими людьми и выражать свои эмоции. Особенности присущие ребенку в возрасте трех лет, позволяют развиваться активно, в плане речевого развития, игры, идентитета, но в тоже время, из-за повышенного эгоцентризма возникают трудности в общении с другими детьми, так как ребенок не может учитывать чувство и эмоции других.

1.2. Адаптация трехлетнего ребенка в детском саду

Адаптация трехлетнего ребенка – это новое событие для семьи, которое связано с походом ребенка в детский сад, которое несет за собой различные эмоции: радость, надежда на хорошее сотрудничество с персоналом детского сада, а также тревожность и неизвестность (Almann, 2010). Адаптация ребенка в детском саду на протяжении многих лет была в центре внимания родителей в семье, психологов и работников детского сада (Almann, 2010). В первой половине трех лет, как правило детей приводят в ДДУ.

Приходя в детский сад, перед трехлетним ребенком стоит сложная задача, надо адаптироваться к новой среде, свыкаться с возможностями, а также с ограничениями, справляться, уметь строить новые отношения- с учителями и с другими детьми (Tropp & Saat, 2008; Vogler et al., 2008). Адаптируясь к новым условиям, в развитии ребенок может отставать, по- причине того, что он испытывает сильный стресс. (Balban, 2006). Не рекомендуется, на долгое время оставлять ребенка в группе, в первые дни адаптации (Balaban, 2006; Leppik, 1982; Mänd, 2003 viidatud Kuusk, 2020). В этом возрасте малыш боится новой окружающей его среды, незнакомых людей. (Bang, 2014; Mänd, 2003) Тревога- совершенно адекватная реакция ребенка на то, что он осознает, ему придется целый день быть отделенным от мамы и справляться без нее. Almann (2010) подметила, также, что адаптация ребенка в детском саду начинается быстро, потому, что уже в течение нескольких дней, можно заметить падения эмоционального напряжения ребенка в период утреннего расставания с родителями. По- мнению Linnas ja Niinberg (2007) адаптация в детском саду длится примерно около месяца без больших затруднений и к концу адаптационного месяца ребенок себя чувствует защищенным. Адаптироваться можно по- разному к изменениям среды, например изменения в физической среде (понижение температуры) или в социальной среде (новые социальные контакты). (Moritsugu et al., 2017)

Во время адаптационного периода, происходит переворот стереотипов, в новой среде много незнакомых: дневная программа, отсутствие родителей, другое общение- все эти изменения могут вызвать напряжение у ребенка, в результате чего пропадает аппетит, малыш отказывается от игры с другими детьми, чувствует беспокойство, чаще болеет чем раньше, но несмотря на все трудности, возникающие во время адаптации, самый оптимальный возраст детей для адаптации в детском саду считается возраст трех лет, по мнению детских психологов (Aas-Udam & Pärn; Kikas, 2008). Детское дошкольное учреждение, занимающееся поддержкой развития малыша, способствует раскрытию потенциала ребенка. Очень важно построить жизнь малыша в возрастной период 3 лет, чтобы он смог свои

умения применить в дальнейшем. Эта задача ложится на плечи учителя детского дошкольного учреждения (Broomby, 2003 viidatud Martin, 2010)

В заключении можно сказать, адаптация трехлетнего ребенка детском саду — это волнительный момент в жизни родителей и малыша. Как правило, именно в возрасте трех лет приводят детей в детский сад. Ребенку непросто расстаться с мамой, к которой он чувствует сильную привязанность. Ребенку предстоит преодолевать трудности, воспринимать детей и учителя, которые ему незнакомы. Все это вызывает стресс и напряжение, что может отразиться на его развитии.

1.6. Адаптационные методы

Для того чтобы ребенку создать подходящую среду для успешной адаптации, нужны какие-то действия предпринимаемые педагогом, чтобы ребенок чувствовал себя комфортно среди своих сверстников, нам уже известны особенности детей трехлетнего возраста и насколько тяжело протекает адаптация, и для этого нужно подобрать эффективные методы для смягчения трудностей адаптационного периода.

Свободная деятельность. Свободная деятельность- организованная деятельность по инициативе ребенка. (Eesti Keele Instituut) У ребенка свободный выбор. Когда у него есть желание он может подойти к детям, поиграть, посмотреть игрушки в группе. Главное, чтобы это было без принуждения (Mändoja цитирует Noruseva 2021).

Игровая деятельность. Как утверждает Фрейд, посредством этой игры ребенку удастся пережить травматические события в его жизни (LoCasale-Crouch, Mashburn, Downer, & Pianta 2008; Matsalu 2015, lk 4). Исследователь игры, Б. Саттон- Смит утверждает, что игра влияет благоприятно на процесс адаптации и на развитие социальных умений (Saar 1997: 29; Tuuling 2009). В период адаптации очень важно сформировать эмоциональный контакт, и доверие к учителю. Для того чтобы понизить напряженность во время адаптации, во время игры нужно учитывать такие элементы как:

- чтобы участие ребенка в игре было добровольное;
- участие в игре взрослого было посредственным;
- повторение игры, для того чтобы интерес у ребенка проявился к игре еще больше;

- обязательно использовать визуальный материал: какие-нибудь вещи, игрушки. Все игровые принадлежности должны быть доступными для ребенка. В игре ребенок раскрывается, раскрепощается и показывает себя. Учитель не должен оценивать деятельность малыша среди других детей (Mahnatš, 2022).

Игровая терапия. Игровой терапевт Sirli Kivisaar, поясняет, что игровая терапия это как один из способов поддержки ребенка. Этот метод подходит для детей у кого проблемы в детском саду, и для тех, кто не контролируют свои эмоции, у которых проблемы с адаптацией. Kivisaar утверждает, что в результате игровой терапии дети легче адаптируются в детском саду, становятся увереннее и справляются с такой эмоцией как гнев (Kivisaar 2016).

Переключения внимания ребенка. Педагог может переключить внимание ребенка на вещи в группе, на сверстников. Учитель может ознакомить малыша с группой, показывая различные игрушки, старается ввести ребенка в игру, чтобы он общался со сверстниками, забыв о трудности, которая его беспокоит. Поскольку именно так можно отвлечь ребенка от переживаний или проблем (Almann,2010; Yoleri,2013; Matsalu,2015).

Беседы педагога с ребенком. Педагог может найти какое-то время, каждый день, для общения с ребенком, используя форму общения «ты и я». Все это время педагог посвящает малышу. Так он имеет право выбора. Решает/ выбирает сам чем вместе заняться. Это как знак для него- меня любят, я нужен, ребенку учитель говорит о своих эмоциях, то что его чувствую. Учитель выделяет только достоинства и лучшие стороны ребенка, его позитивное поведение. Это придаст ему уверенности (Aas- Udam, 2017).

Montessori метод. Как мы уже знаем, трехлетний ребенок стремится быть самостоятельным. Методика Монтессори как раз позволяет проявить свою инициативу, самостоятельность в различной деятельности. (Metsandi, 2008) Kerli – Kristi Allikvee (2019) утверждает, что данная методика помогает ребенку действовать самостоятельно, постепенно адаптироваться к новым требованиям и правилам в обществе. Так дети учатся дружелюбию в коллективе и стараться контролировать свои эмоции. Адаптирующимся детям предлагается возможность заниматься повседневной деятельностью или рутиной, так -как эта деятельность уже знакома ребенку что дает ему чувство защиты. Ведь рутина- область повседневности является как бы связующим звеном между домом и детским садом (Allikvee, 2019).

Упражнения, ритмичные движения. Благодаря ритмичным движениям эмоции контролируются. Покачивания с одной ноги на другую, успокаивает ребенка. Делая зарядку, он учиться контролировать свое тело (Pihu цитирует Mänd 2012).

Музыка с простым ритмом. Совместное пение и ритмичные танцы с другими детьми успокаивают. Отбивание ритма на барабане, меняя темп, также влияет благотворно на нервную систему ребенка (Mändoja et al jt. 2013).

Прикосновения. Прикосновение — это одно из важнейших, успокаивающих ощущений. Игры на прикосновения, где дети следят за движениями друг друга. Рисование на спине. Таким образом ребенок лучше прочувствует свои ощущения в теле. Массаж очень успокаивает. Поглаживание рук и тела влияет успокаивающе (Almann 2010 цитирует Matsalu).

Дыхательные упражнения. Медленное дыхание успокаивает. Равномерно вдыхать и выдыхать воздух как ребенку, так и учителю. Таким образом синхронное дыхание помогает наладить контакт, отношения между малышом и учителем позитивно влияют на общее самочувствие (Mändoja et al jt. 2013).

Эмоции. Ребенок делится со взрослыми, и называет те эмоции, которые он чувствует. Таким образом ребенок снимет напряжение и тревогу (2014 viidatud Daniels 2014 Matsalu). Творческая терапия, как и музыка терапия способствует тому, что ребенок активно двигается, что помогает ему понять самого себя и держать контроль над своими эмоциями. (Ratnik, 2019)

Преадаптация. Преадаптационная встреча поможет ребенку чувствовать себя более комфортно в новой среде. В это время проходит первое знакомство с группой и персоналом детского сада. Есть также возможность по- вечерам приводить детей играть во дворе детского сада или ознакомиться с территорией детского сада. (Sermat, 2019)

Постепенный приход новых детей. Для детей было бы комфортнее и лучше постепенный приход в детский сад. В том случае, если у ребенка адаптация протекает очень тяжело, то вначале его можно приводить на пол дня, до тихого часа, и постепенно увеличивать время, либо на очень маленькое количество времени, на две, пять, десять минут, если ребенок, приходя в гардероб просится домой, то не стоит его насильно держать в детском саду. Таким образом приводить ребенка до тех пор, пока он не привыкнет заходить в группу для начала. (Jamesi, 2011).

По мнению педагогов, исходя из практики, утром ребенка может приводить в детский сад тот член семьи, к которому он не так привязан, а второй родитель может приходить за ним в конце дня. Если малыш больше привязан к маме, то утром папа может его приводить в детский сад, а мама забирает вечером из детского сада, или наоборот. Так расставания с родителями будет проходить легче. Sermat, 2019, lk 28)

Деятельность на свежем воздухе. Движение и активная игра это свойственная детям деятельность. Активная игра и движение благоприятно влияют на адаптацию ребенка к новой среде, а также ребенок осваивает информацию лучше (Hujala 2004). Lehte Tuuling, утверждает, дети становятся более адаптируемыми к окружающей среде, благодаря хорошему обучению на свежем воздухе. (Tuuling, 2017). Таким образом дети научатся любить, и ценить природу и адаптироваться в обществе в незнакомой обстановке (Sirp et al jt. 2011).

В итоге данной главы, можно сказать, чтобы устранить все неудобства и дискомфорт во время адаптации, к ребенку нужно применить действия, которые ему подходят. В этом главная задача учителя. Найти подход к ребенку, и подходящую деятельность для него, благодаря которой ребенок расслабится и снимет стресс, который присутствует во время адаптации.

В заключении теоретической части, можно сказать, существует много различных терминов адаптации и объяснения этим терминам звучат по-разному. В сфере адаптации было проведено не мало исследований. В последние годы, все больше, затрагивали тему-адаптационные трудности в детском саду, у детей в младшем возрасте и их проявления. Было найдено объяснение процессу адаптации. Для того чтобы, принять условия новой среды, человек чувствует напряженность, которая влечет за собой изменения в поведении. Адаптация — это, то, без чего человек не может сосуществовать. — Это постоянный процесс, к меняющимся условиям среды.

Различные факторы, как внутренней, так и внешней среды могут повлиять на течение адаптации ребенка. Много зависит от ситуации, в которой ребенок находится. Социальные навыки и личностные качества между собой связаны, и от развития их, зависит, то насколько ребенок коммуникабельный, и может справиться со своими эмоциями, как ведет себя в обществе с другими детьми и взрослыми и насколько высокий уровень адаптивности к новым условиям среды. Адаптивность связана с возрастом ребенка. Один из самых

значимых факторов считается возраст. В три года, у ребенка развивается саморегуляция и контроль над эмоциями. Этому способствует адаптация в детском саду, так как ребенок, именно там, учится общаться со сверстниками и проявлять и понимать свои чувства, эмоции. В возрасте трех лет происходят большие изменения в общем развитии ребенка, из него формируется личность.

Одна из проблем данного возраста — это эгоцентризм, который препятствует строить отношения с другими детьми и взрослыми. В три года ребенок очень привязан к маме и ему очень непросто с ней расставаться. Ребенок испытывает стресс, также как и его мама, ей тяжело ребенка пустить в новую среду, с новыми условиями. Было утверждено, что сотрудничество между родителями и педагогом, помогут ребенку, в детском саду чувствовать себя более комфортно. В детском саду главная задача учителя — это найти правильный подход к ребенку, применяя различные методы в виде игр, чтобы ребенка отвлечь, от происходящего.

ГЛАВА 2. ИССЛЕДОВАНИЯ ПО АДАПТАЦИИ

Прежде чем решить проблему исследования, мы должны поставить цель и задачи, которые нам помогут бы найти ответы на вопросы исследования.

Цель работы выявить трудности, с которыми сталкиваются трехлетние дети во время адаптации, основываясь на мнении педагогов, работающих на младших группах детских садов, и ими применяемые методы для смягчения этих трудностей.

Исходя из цели нашего исследования были составлены следующие вопросы исследования:

1. В чем заключается особенность адаптации в детском саду у ребенка в возрасте трех лет по- мнению педагогов?
2. Какие адаптационные трудности в возрасте трех лет у ребенка проявляются в поведении в детском саду по – мнению педагогов ?
3. Какие эффективные адаптационные методы применяют педагоги в своей работе для смягчения этого периода в детском саду?

2.2. Методика проведения исследования

В нашей работе, рассматривается тема «адаптация трехлетнего ребенка в детском саду и применяемые методы педагогом для смягчения адаптационного периода», которая требует применения квалитативного подхода. Использование квалитативного направления позволяет подойти к исследуемому явлению, учитывая все его нюансы (Ќинариш,2014). Квалитативный подход в исследовании - это подход, где получают данные посредством наблюдения, интервью или в ходе словесной беседы, где основное внимание уделяется значению и интерпретации, которое выражают респонденты (Laherand, 2008, lk.15). Поэтому он подходит для описания адаптационного процесса, как явления и мнения со стороны педагога.

2.3. Метод исследования

Интервью- это метод для сбора данных в исследованиях воспитательно- социальных наук. У интервью есть определенная цель и таким образом стараются получить максимально достоверную информацию, отвечая на вопросы исследования. Данный метод представляет из себя беседу, где обычно исследователь задает вопросы, а субъект или субъекты отвечают на них (Virkus,2016). В нашем исследовании подходит полуструктурированное интервью. Полуструктурированное интервью- это частично стандартизированная беседа, которая используется в феноменологических исследовательских работах, где исследуют скрытые явления и их признаки. В полуструктурированном интервью используют открытые вопросы. Выбор следующего вопроса зависит от ответа на предыдущий. Ответы должны быть записаны. Интервьюирующий определяет последовательность вопросов, и при необходимости перефразирует их и добавляет уточняющие вопросы (Õunaruu,2014 lk,172).Этот метод подходит для проведения нашего исследования, так-как в нем используются открытые вопросы, на которые респондент дает развернутый ответ, мы получим как можно больше важной информации и разные точки зрения педагогов,связанные с адаптацией трехлетних детей в детском саду. В ходе этого мы сможем найти ответы на заданные вопросы исследования.

2.3.Процедура исследования

Перед проведением интервью респондентов знакомят с темой и целью интервью. Для того чтобы провести интервью с педагогами, работающими в младших группах, мы получили разрешение от администрации детских садов города Х. Мы осведомили респондентов, что интервьюирование конфиденциальное. Полученные данные будут использованы только в бакалаврской работе. Интервью контактное, в форме диалога. Длительность интервью, примерно 30–40 минут. Полученную информацию, в результате проведенного, интервью, мы записываем на диктофон. Во время составления интервью, соблюдается структура и в нее входит: маленькое введение, ознакомление, и опросник. Опросник составлялся на основе исследовательских вопросов. Каждый исследовательский вопрос представлял собой отдельный блок. Первый блок «В чем заключается особенность адаптации в детском саду у ребенка в возрасте трех лет, по- мнению» педагогов ДДУ?» и он состоял из семи вопросов. Второй блок «Какие адаптационные трудности в возрасте трех лет у ребенка проявляются в поведении в ДДУ по- мнению педагогов?» и туда двенадцать вопросов. Последний блок 3.“ Какие эффективные адаптационные методы применяют педагоги в своей работе для

смягчения, этого периода в детском саду? и он включает в себя пять вопросов. Интервью проводится в детском дошкольном учреждении. В конце интервью автор выражает благодарность респондентам. Именно на такое количество вопросов, в каждом блоке мы получим информацию, которая нам поможет достичь цели, поставленной в нашей работе. В общем интервью состоит из 24 вопроса.

2.4. Выборка исследования

Выборка выбирается строго по- конкретным критериям, требованиям (Ќунау, 2014, lk,143). Выборка - это наименьшее число объектов, которое выбрано из общего количества или популяции, от которой желают получить информацию (Ќунау,2014). Из описании выборки должно быть четко видно, с какими характеристиками, и каким количеством педагогов и детских садов выбираются из совокупности в выборку (Ќунау,2014). Из популяции стараются выделить самых типичных ее представителей. Основным критерием выборки было опыт работы педагогов с трехлетними детьми. Мы, в своей работе использовали целенаправленную выборку - участников данной выборки выбирают по определенным признакам, исходя из своих знаний, опыта касающиеся определенной группы (Ќунау,2014). Из общей популяции двух детских садов, участвовало два сада. На основе двух детских сада города Х согласились участвовать 10 педагогов.

2.5. Метод анализа полученных данных

Анализ данных — это как единый процесс, включающий в себя сбор, и запись данных, а затем обработка их. (Laherand,2008). Для обработки наших данных, было проделано транскрибирование, то есть записанное на диктофон интервью преобразовали в текст, а затем в тексте исключить неточности – фразы, которые повторялись, в интервью, невнятно сказанная респондентам речь, то есть лишнюю информацию. В ходе транскрибирования использовали такую символику: П– педагоги, (...!) – длинная пауза, (...) – короткая, но заметная пауза, (!..) –очень длинная пауза, жирный курсив, речь респондента, (😊) – замечания автора(?!), подчеркивание, какого-то определенного места – (---), громко сказанное предложение -(?!?) Прделав транскрибирование, мы прочитали текст еще не один раз, чтобы найти похожие по- значению мнения, фразы, формулировки респондентов, затем они объединялись. Дальше выводились результаты исследования на основе текста интервью. Для анализа данного интервью, мы использовали метод анализа содержания. Анализ содержания – это метод который направлен на выявления каких- то особенно

важных моментов текстового материала, факторов или других объектов важных для работы, которые были отражены в протоколе интервьюирования (Bengtsson 2016). Этот метод подходит для анализирования нашей темы, поскольку мы сможем рассмотреть каждый вопрос и на него ответ, оставить только нужную нам информацию в результате транскрибирования, и вывести результаты исследования на основе полученных данных в ходе интервью, которые в итоге были переделаны в текст. Таким образом, мы как можно больше сможем анализировать данных, связанных с особенностями адаптации в детском саду, у детей в возрасте трех лет.

ГЛАВА 3. РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

3.1. Анализ результатов

Для анализа полученных результатов в ходе интервью использовался метод анализа содержания. Для этого мы должны найти одинаковые по смыслу фразы и объединить их. Выделенным шрифтом были обозначены вопросы, на которые отвечали педагоги.

I. БЛОК. Особенность адаптации у детей в возрасте трех лет в детском саду по мнению педагогов.

На вопрос: что означает в вашем понимании «адаптация»?

Педагоги ответили, что во время адаптации, ребенок приживается в обществе, с незнакомым ему окружением. Адаптация — это процесс привыкания ребенка к новым условиям среды, где он должен уметь держать контроль над своими эмоциями, и он достигает эмоциональной стабильности (Piaget, 1970). В понимании педагогов адаптация — это тот процесс, в ходе которого происходит привыкание к новым условиям среды, постепенно нормализуется эмоциональное состояние ребенка, а также ребенку прививаются навыки общения, и он не боится новых знакомств, и нового окружения. Особенно, большое внимание уделяют социализации, что и происходит с ребенком в детском саду.

В данном вопросе некоторые педагоги пришли к единому мнению:

//...В моем понимании адаптация — это приспособление или привыкание ребенка к новой обстановке. Для ребенка очень важна адаптация, так как с этого начинается социализация ребенка. (П1,2,3,6,7,8,9,10) ...//

Некоторые педагоги дали следующие ответы:

//...Приобретение стабильного эмоционального состояния...// (П4).

//...Это способность приспосабливаться к окружающей среде, и взаимодействия с окружающими людьми, с целью социализации и взаимодействия...// (П5).

На основе полученных ответов можно сказать, что педагоги адаптацию трактуют как выработка умения приспособления к тому, что окружает ребенка, найти связь с окружающими людьми.

Далее рассматривается значение адаптации в детском саду для ребенка.

На вопрос: Значение адаптации имеет в жизни ребенка в детском саду, по- вашему мнению?

Педагоги ответили: В понимании педагогов адаптация в детском саду имеет большое значение в жизни ребенка, поскольку проходит процесс социализации, то есть обучение правилам поведения и взаимодействию.

На данный вопрос педагоги дали следующие ответы:

//... Главная цель социализация- научение взаимодействия, усвоение правил поведения (П1,5) ...//

//... Адаптационный период также, показывает, насколько ребенок способен быстро и безболезненно адаптироваться или приспособиться к изменившимся условиям (П3) ...//

//... Адаптация для ребенка — это неотъемлемая часть, без которой невозможно приспособление ребенка к новым условиям (П6) ...//

//...Адаптация в детском саду учит ребенка общению, контролю своих эмоций и знакомит с окружающим миром (П9) ...//

//...Адаптация имеет большое значение в дальнейшей жизни ребенка, (...) а именно как он будет привыкать к новым условиям после детского сада (П10) ...//

По мнению педагогов, адаптация учит ребенка приспосабливаться к условиям новой среды и держать контроль над эмоциями. Это способствует успешному приобретению социальных навыков.

На вопрос: Какое значение имеет возраст ребенка во время адаптации в детском саду, по-вашему мнению? Ответили педагоги:

Возраст имеет большое значение в процессе адаптации ребенка в детском саду. Поскольку успешная адаптация детей раннего дошкольного возраста способствует сохранению и укреплению развития детей в физическом и психологическом плане. В более старшем возрасте, у детей быстрее протекает адаптация.

Прозвучали следующие мнения учителей:

//... Чем старше ребенок, тем быстрее проходит адаптация. Возраст имеет большое значение. По- моему опыту дети до 1,5 лет и после 3-х привыкают быстрее и легче. Самый трудный возраст при адаптации 1,5–3 года (П6). ...//

//...Возраст, конечно, играет немалую роль во время адаптации в детском саду. Младшие дети до 3-х лет в большинстве случаев испытывают большое эмоциональное переживание при разлуке с родителями(П8) ...//

//...Благоприятный адаптационный период детей раннего и младшего дошкольного возраста способствует сохранению и укреплению физического и психологического развития детей и в дальнейшем, в течение всего дошкольного детства (П2) ...//

На основе данных педагогами ответов, все-же существует двоякое мнение по поводу значимости возраста в период адаптации в детском саду. Большинство педагогов считают, чем старше ребенок, тем легче у него протекает процесс адаптации. До трех лет, по их мнению, период адаптации- сложный, поскольку ребенок еще чувствует большую привязанность к маме и ему тяжело с ней расстаться.

На вопрос: почему возраст трех лет считается благоприятным для адаптации в детском саду, по-вашему мнению? Ответили педагоги:

В трехлетнем возрасте дети начинают больше понимать, делают большой скачок в развитии во всех областях (в эмоциональной, социальной, физической и в когнитивном развитии). У ребенка возрастает потребность в общении со сверстниками. Тем самым формируется личность, ребенок начинает показывать свое «я». В ходе адаптации ребенок продолжает развиваться и приобретать новые знания и умения (Vainre, 2015; Kera, 2004, lk 33–14).

Мнения педагогов приведены ниже:

//... Ребенок, легче, переносит эмоциональный стресс, при предъявлении нового помещения, новых, игрушек, людей и правил (П1,2,9) ...//

//... Психика ребенка частично сформирована, и ему легче сепарироваться от родителей (П4). ...//

//...Этот период характеризуется социальной ситуацией развития т .е. отношение ребенка к окружающей действительности -социальной среды. Начинает формироваться личность (П5) ...//

На основе выше сказанного, можно полагать, что ребенку проще расставаться с родителями, так как психика ребенка частично сформирована. У ребенка меняется взгляд на то, что происходит вокруг него, то есть на социальную среду и начинается формирование личности. Далее рассматривается особенности адаптации у трехлетнего ребенка в детском саду.

На вопрос: В чем проявляется особенность адаптации трехлетнего ребенка? Ответили педагоги:

Адаптации детей, в возрасте трех лет, это резкая смена ритма жизни и новое окружение. Ребенок должен соблюдать определенные правила, то, что дома могло не соблюдаться. Возраст трех лет считается непростым, поэтому адаптация может быть более длительной (Vainre, 2015; Kera, 2004, lk 33–14).

Мнения педагогов на данный вопрос приведены ниже:

//...Особенность адаптации заключается в том, что в данном возрасте она может занять больше времени, в силу различных возрастных особенностей (П3) ...//

//...Резкая смена ритма жизни. Большое количество новых людей (взрослые, дети) могут повлиять на течение адаптации трехлетнего ребенка (П4) ...//

//... Ребенок овладевает первоначальными навыками самообслуживания и гигиены. Ребенок получает положительные эмоции, веселое бодрое настроение, облегчение процесса адаптации к условиям детского сада. У ребенка формируется потребность в посещении детского сада. Ребенок идет в детский сад с удовольствием (П2) ...//

В заключении, можно сказать, что ребенок будет чувствовать большое эмоциональное напряжение, столкнувшись с новыми для него трудностями. В силу своих возрастных особенностей ребенку не просто расставаться с родителями по приходу в детский сад первый раз, так как у него еще очень сильная привязанность к маме. Ребенку придется отвыкать от домашнего режима и переходить на распорядок дня в детском саду, где все четко, по расписанию. Возрастные особенности дают о себе знать в этот непростой адаптационный период. У ребенка формируется личность и в этот период, ребенок показывает свое «я». Смена, среды, также ребенку не просто дается. С точки зрения других педагогов, ребенок трех лет, наоборот расположен к адаптации в детском саду, и требуется в обществе сверстников и в развитие социальных навыков, и сепарация с родителями у него происходит легче, поскольку психика на стадии активного формирования. Все же, большое количество незнакомых людей на ребенка может повлиять негативно, несмотря на то что, разлука с родителями проходит легче. Процесс адаптации может быть более длительным. Далее будут рассматриваться адаптационные трудности трехлетнего ребенка, которые проявляются в поведении.

2. Блок. Адаптационные трудности, проявляющиеся в поведении трехлетнего ребенка в детском саду, по- мнению педагогов

У ребенка в возрасте трех лет проявляются трудности в ходе привыкания к новым условиям, к новому коллективу, к незнакомым людям. Трудности вызваны тем, что дома у малыша нет режима или определенного распорядка дня, где нужно следовать определенным правилам (Aas-Udam & Pärn; Kikas, 2008).

На первый вопрос педагоги ответили:

В чем выражались трудности трехлетнего ребенка, в период адаптации, по-вашему мнению?

По- словам педагогов:

//...Трудности выражались в приспособлении к новым условиям (П4) ...//

//...Трудности — это новый коллектив, много новых людей, детей, лиц, (ребенок. как правило, общается с узким кругом людей), - режим дня, дома он не у всех существует-требования, которые приходится выполнять (П6) ...//

Если у ребенка сильная связь с матерью, то ему сложно отпустить маму. Если он мало посещает детские площадки, не взаимодействует с другими детьми, то ребенку сложно найти контакт с другими детьми. Некоторые дети стесняются чужих людей. Кто-то болезненно переносит разлуку с мамой в часы нахождения в саду. Некоторые отказывались кушать (П1,2,7,8).

В возрасте 3^{-х} лет у ребенка начинается первый кризис и возможно в этот период адаптация может протекать болезненнее (П3,9,10).

Педагоги высказали свое мнению, что, трудности возникают в привыкании к новой обстановке, к новым условиям среды. Ребенок испытывает сложности при встрече с новыми людьми, которые незнакомы ему. По причине того, что ребенок не взаимодействует с другими детьми. Родители не посещают детские площадки, и ребенку тяжело воспринять чужих сверстников. Отсутствия режима дома.

На вопрос: В каких ситуациях присутствовали признаки трудностей адаптации, по-вашему мнению?

Адаптационные трудности возникали в момент расставания с родителями, а также перед первым знакомством с педагогом. У ребенка появляется страх перед общением со сверстниками.

Мнения педагогов были:

//...Если родитель не обучил ребенка элементарным навыкам (держат ложку/кружку, к горшку), то в процессе адаптации у него возникнут трудности во всех режимных процессах, в детском саду. Также для детей большой стресс — это расставание с

родителями, новые педагоги, обстановка. Особенно тяжело тем детям из яслей в садовых группах (П1,2,3,6,7) ...//

//...Во время взаимодействия с другими детьми. У ребенка нет желания играть с детьми в группе, и он в постоянном напряжении (П9, П10) ...//

В этом мнения педагогов частично схожи с утверждением психолога, Kikas (2008), кто считает, что в силу своего эгоцентризма, у ребенка возникают трудности во взаимодействии или в общении со сверстниками.

//...Ребенок испытывает страх и недоверие перед первой встречей с педагогом (П8...//

По мнению педагогов, на протяжении адаптационного периода, ребенок может испытывать трудности. Это может выражаться в неумении пользоваться горшком, держать кружку, ложку. То есть в отсутствии базовых навыков самообслуживания, которые нужны для того, чтобы ребенок себя чувствовал комфортно в режимные моменты. Все новое и неизвестное для ребенка вызывает стресс. В нашем случае — это новый педагог, дети и расставание с родителями на долгое время. У ребенка из-за всего этого появляется страх.

Следующим будут рассмотрены признаки трудностей адаптации, которые проявляются в ходе адаптационного периода.

На вопрос: Какой из признаков трудностей адаптации проявлялся у ребенка, на протяжении всего адаптационного процесса в детском саду?

У ребенка появляются капризы, из-за неизвестности и незнакомого, нового окружения. Также, ребенок пытается привлечь к себе внимание. Вовремя, адаптации, зачастую, плач и капризы — это тоска по маме. У каждого ребенка проявляются признаки трудностей адаптации.

Мнения педагогов сошлись в том, что:

//...Плаксивость, слезливость, подавленное настроение, отказ от еды, частые болезни (П1).

Разлука с родителями — это наиболее часто проявление признаков трудностей адаптации (П2,4,5,6) ...//

//...Трудности с привыканием к режиму детского сада (П3) ...//

//...Разлука с родителем. Если в самом начале родитель сам не готов отпустить ребенка (П7) ...//

На основе полученных ответов, можно сказать, что разлука с родителями — это одно из самых частых проявлений признаков трудностей адаптации. Также такие признаки как: плаксивость, подавленное настроение, отсутствие аппетита и частые болезни, возникают у

детей в адаптационный период. А также возникают трудности в привыкании к распорядку дня в детском саду.

Далее, рассматриваются причины, по которым проявляются в детском саду именно подобные адаптационные трудности.

На вопрос: почему у ребенка проявляются именно подобного характера адаптационные трудности, по вашему мнению?

Трудности в общении с детьми, приобретении навыков обслуживания, отсутствии домашнего распорядка дня, сильная привязанность к родителям, мало внимания, уделенного родителями, влекут за собой такие проявления как: страх, неизвестность.

На данный вопрос педагоги ответили:

Нехватка внимания со стороны родителей, мало уделяют внимания развитию навыков самообслуживания, развитию игровой деятельности, т. к. ребенок во время игры развивает эмоциональную сферу, коммуникабельность, речь (П1,2) ...//

//...По- причине отсутствия режима дома (П3,6) ...//

//...Ребенок сильно привязан к родителю, если взрослый также привязан, это плохо сказывается на самочувствии ребенка. Предполагаю из-за стресса от разлуки с родителями, неизвестность и страх в новой группе влекут за собой подобного характера адаптационные трудности. (П4,7) ...//

Результаты показывают, что педагоги считают, одна из основных причин — это сильная привязанность к родителям, и поэтому ребенку непросто расстаться с мамой. Отсутствие режима также может вызвать адаптационные трудности. А также возникают сложности по причине отсутствия самых элементарных навыков обслуживания и навыки общения с детьми. Таким образом, эти вышеописанных причин возникают адаптационные трудности подобного характера по- мнению педагогов.

Далее будут рассмотрены в какие моменты проявлялись адаптационные трудности в поведении ребенка.

На вопрос: как проявлялись адаптационные трудности у трехлетнего ребенка в поведении, по-вашему мнению?

Чаще всего, проявлялся плач, нежелание вступать в общение, пропажа желания к деятельности, отсутствие сна, излишняя двигательная активность, тревога, агрессия.

Педагоги высказали свои мнения по поводу этого:

//...Плач при прощании с родителями, во время расставания с мамой. И в течение дня ребенок плакал, вспоминая маму. Ребенок часто болел. Отсутствие сна или плохой сон. Уединение в момент игры, не желая с кем-либо контактировать; отсутствие интереса к

учебной деятельности. А также у ребенка появлялись, наоборот, агрессивность и гневное плачь другим детям (П1,7) ...//

//...У ребенка наблюдалась импульсивность, излишняя двигательная активность, тревога, агрессия (П2,9) ...//

//...В основном проявляется в плаче или нежелании участвовать в совместной деятельности (П3) ...//

Многие педагоги отмечают, что одними из адаптационных трудностей в поведении ребенка — это плач, который проявлялся во время разлуки с родителями, и на протяжении дня, ребенок вспоминая маму начинал плакать. Затем нежелание взаимодействовать со сверстниками. У ребенка может быть агрессивность, гневное поведение в сторону других детей. Также у ребенка была излишняя двигательная активность, тревога.

В итоге, можно сказать, трехлетнему ребенку свойственен кризис трех лет. В ходе этого проявляются различные проблемы в поведении. У ребенка возникают трудности в привыкании к новой обстановке, в сепарации с родителями. В ходе этого появляются плач, слезливость, капризы. Большие трудности у ребенка возникают в привыкании к новым условиям среды, к режиму детского сада. Это может быть вызвано разными факторами, причинами внешней и внутренней среды. Это может быть выражено в плохом аппетите, в проблемах со сном. В ходе возникнувших трудностей, у ребенка возникает нежелание общаться со сверстниками. Отсутствие навыков самообслуживания: умение одеваться, раздеваться, начальные навыки самообслуживания (ходить на горшок, держать ложку). Ребенку непросто воспринять, все то, что с ним происходит.

III БЛОК. Эффективные адаптационные методы, применяемые педагогами в своей работе

Эффективность в подборе методики — это одно из самых главных, что должен учитывать педагог. У каждого педагога свои адаптационные методы, исходя из своего опыта (Narjo & Varava, 2007).

На вопрос: Какие эффективные адаптационные методы вы знаете? Ниже приведены ответы педагогов:

//...В своей работе с детьми я знаю такие методы как: чтение сказок, игры на мелкую моторику, потешки, яркие музыкальные игрушки, игрушки «обнимашки», ролевые игры. Ведущей деятельностью в раннем дошкольном возрасте является игра (П1, П2, П6) ...//

//...Музыка терапия, благотворно влияет на психику ребенка и успокаивает (П5) ...//

//...Деятельность на свежем воздухе, позволяет ребенку чувствовать себя свободнее и раскрепощеннее (П8) ...//

На основе полученных ответов, можно сказать, большинство педагогов утверждало, что, методы должны оказывать позитивное влияние на психику ребенка и успокаивать его. Педагоги называли такие методы как: игры на мелкую моторику, потешки, ролевые игры. Говорилось о музыка терапии, как один из эффективных адаптационных методов, а также деятельность на свежем воздухе.

На вопрос: Какие адаптационные методы подходят для ребенка в возрасте трех лет, по вашему мнению?

Для ребенка, в период адаптации, важно наличие игрушек- как способ отвлечения. Также приведены различные методы, применимые к детям в раннем возрасте.

Ниже приведены ответы педагогов на данный вопрос:

//...Сюрпризный момент, рисование пальчиком или ладошкой, музыка, игровые методы (П1) ...//

//...Игрушек и игр должно быть много, чтобы ребенок мог отвлечься (П6) ...//

Любимая игрушка позволяет ребенку чувствовать комфортнее и безопасней в новой обстановке (П7) ...//

//...Сказка, один из адаптационных методов, который, применим, к детям в раннем возрасте (П9) ...//

//...Ролевые игры с куклой, помогут ребенку раскрыться (П10) ...//

На основе ответов, можно сказать, педагоги считают, что в возрасте трех лет для детей, в группе должно быть много игрушек- для того, чтобы ребенок мог отвлечься. Также любимая игрушка, принесенная из дома, позволяет ребенку чувствовать защиту, и он должен чувствовать себя комфортно. Один из методов, который применяют в раннем возрасте — это сказка. Далее рассматриваются методы индивидуального подхода во время адаптации в детском саду.

На вопрос: на что вы опираетесь, при выборе подходящих методов для облегчения адаптации?

В процессе выбора эффективной методики, для облегчения адаптации, педагог учитывает возраст и с ним связанные особенности. Таким образом можно стать ближе к ребенку и лучше его понять, в чем он нуждается или в какой помощи он нуждается в адаптационный период (Kikas, 2008).

Педагогами были опубликованы следующие мнения:

//...По своему опыту скажу, учитываются желания и интерес детей. Индивидуальный подход к каждому ребенку, то есть индивидуальность ребенка, а именно его индивидуальные, особенности, и в том числе возрастные особенности. Интересы ребенка (игрушки, творчество), личное наблюдение; предложения родителей (П1,3,4,5,6,7,8) ...//

//...Учитывается режимные моменты, домашние привычки, тесный контакт с родителями (П2) ...//

//...Учитываются также условия среды, которые нам дают возможность применить к адаптирующемуся ребенку тот или иной метод (П10) ...//

На основе выше сказанного, педагоги, учитывают интересы ребенка и желания, индивидуальность ребенка, при выборе адаптационного метода. Учитываются также то, во что ребенок любит играть.

Далее рассматриваются методы, выбранные педагогом, которые облегчили процесс адаптации.

На вопрос: Какие методы индивидуального подхода к ребенку используете вы во время адаптационного периода в детском саду?

Индивидуальность ребенка – это то, что должен учитывать педагог, именно то, что нравится ребенку. Это могут быть, игры, книги, применяемые в детском саду во время адаптации (Hunt, 2003).

Педагоги высказали свои мнения:

//...Чтение сказок, просмотр музыкальных книг, лепка, песочная терапия. Игровые методы, с использованием музыкальных игрушек, театральных кукол, интерактивных игрушек, книг, (П1,2) ...//

//... Диалог. С ребенком необходимо общаться (П4,5) ...//

//...Учитываем индивидуальность ребенка, знаем какие игрушки он любит, стараемся обнять, пожалеть. Дети любят близкий контакт «обнимашки» (П6,8) ...//

По мнению педагогов, в период адаптации важно учитывать, то, что нужно общение педагога с ребенком. Стоит использовать игровые методы, музыкальные игрушки, театральные куклы, интерактивные игрушки, книги, игры с песком и водой.

Далее будут рассмотрены признаки, которые учитывает педагог, при выборе методов для облегчения адаптации.

На вопрос: как выбранные вами методы поддержали или помогли ребенку в адаптации?

Каждый педагог выбирает сам, какой метод он будет применять к ребенку. Одно из самых важных критерий, это то, чтобы метод был эффективен. Для этого существует много

различных материалов. Основываясь на свой опыт, педагоги подбирают, методы, которые им уже известны и применялись ранее (Merlin, 2018).

//...Ребенок успокаивался, прослушивая сказки. Отвлекался от мыслей о маме. Играя в игры на развитие мелкой моторики, ребенок включался в обучающий процесс. Игры на мелкую моторику успокаивают ребенка, снимают эмоциональное напряжение, тревогу, импульсивность, ребенок легко расстается с родителями, снижается заболеваемость. (П1,2,5,6,7) ...//

//...Создание чувства защищенности, доброжелательной атмосферы, переключение внимания ребенка позитивно влияет на протекание адаптации в детском саду. Ребенок должен чувствовать себя комфортно в новой среде, чтобы принять условия этой среды (П3,10) ...//

//...Принятие ребенка таким, каков он есть – помогает. Направление в нужное русло через сильные стороны (П4) ...//

//...Выбранные мной методы были интересны детям и соответствовали возрасту развития (П8) ...//

//...Ребенок стал намного смелее проявлять свои эмоции в обществе детей (П9) ...//

Исходя из полученных ответов, можно сказать, для того чтобы применяемый педагогом метод, действительно облегчил адаптацию в детском саду, нужно учитывать, то, чтобы выбранная методика, оказывала благотворное влияние на психику ребенка и давала ребенку чувство защиты. Обязательно нужно учитывать индивидуальность каждого ребенка. Исходя из этого педагоги используют следующие эффективные методы: песочная терапия, музыка терапия, игровая деятельность, потешки, сказки, игры на развитие мелкой моторики.

Один из эффективных методов — это песочная терапия и игры на мелкую моторику, которая снимает эмоциональное напряжение, тревогу, импульсивность. Потешки, игрушки позволяют ребенку отвлечься от мамы. Игровые методы, с использованием музыкальных игрушек, театральных кукол, интерактивных игрушек, музыка терапия, благотворно влияет на психику ребенка и успокаивает. Также диалог- один из эффективных методов, так как ребенку нужно общение. Выбранный метод должен соответствовать возрастным особенностям и интересам ребенка.

3.2. Рассуждения и выводы практической части

Адаптация трехлетнего ребенка — это событие, которое мотивирует ребенка к самостоятельности и саморазвития ребенка. (Dewey viidatud Naaber, 2013,lk,8). Цель

бакалаврской работы выяснить трудности, с которыми сталкиваются трехлетние дети во время адаптации, основываясь на мнении педагогов, работающих на младших группах детских садов, и ими применяемые методы для смягчения этих трудностей.

Первым вопросом исследования был *«В чем заключается особенность адаптации в детском саду у ребенка в возрасте трех лет по- мнению педагогов?»*

Tropp & Saat, 2008; Vogler et al., (2008) утверждают, что каждому возрасту присущи свои особенности, которые могут проявляться в поведении, а также в эмоциональном развитии малыша в адаптационный период. Согласно результатам исследования, выяснилось, что возраст трех лет считается благоприятным для прохождения адаптации в детском саду, так как ребенок переносит легче эмоциональное напряжение. Из исследований O'Neill et al (2010) выяснилось, что ребенок овладевает первоначальными навыками самообслуживания и гигиены. Психика ребенка частично сформирована, и ему легче сепарироваться от родителей. Отношение между ребенком и взрослым формируется уже с самого рождения, но самое большое влияние этих отношений происходит у ребенка, в трехлетнем возрасте.

На основе результатов исследования, можно сказать, педагоги, основываясь на свой опыт работы, утверждают, что отличительная черта возраста трех лет — это развитие личности ребенка, тогда, когда, он начинает развиваться интенсивно во всех областях: в эмоциональном, социальном, физическом плане. Особенность данного возраста заключается в формировании личности, когда у ребенка происходит активное, всестороннее развитие. В этот период ребенок показывает свое «я», таким образом привлекая к себе внимание. Самостоятельность и интерес к окружающему миру растет (Vainre, 2015; Kera, 2004, lk 33–14). Особенность адаптации заключается в том, что в данном возрасте она может занять больше времени, в силу различных возрастных особенностей. В этом возрасте у ребенка ярко выражен эгоцентризм, ребенок начинает показывать и воспринимать свое «я», только из своих чувств и эмоций. У ребенка еще нет понимания того, что другие могут мыслить по- другому и у них взгляд на мир другой, то есть он неосознанный, и эгоцентричный. Из-за этого возникают сложности в понимании и общении со сверстниками в группе (Kikas, 2008; Smith, Cowie & Blades, 2008). По-мнению Linnas ja Niinberg (2007) адаптация в детском саду длится примерно около месяца без больших затруднений и к концу адаптационного месяца ребенок себя чувствует защищенным. С другой стороны, на основе нашего исследования выяснилось, что трехлетний возраст у ребенка — один из самых непростых, так-как, в данном возрасте, дети еще очень сильно привязаны к маме. Almann (2010) утверждает, что во время расставания с мамой у ребенка появляется тревога

совершенно адекватная реакция ребенка на то, что он осознает, ему придется целый день быть отделенным от мамы и справляться без нее. Таким образом, ребенок действительно столкнется с трудностями в общении со сверстниками. Во время адаптационного периода происходит переворот стереотипов, в новой среде много незнакомого.

В итоге, можно сказать, к трем годам дети продвигаются вперед в развитии идентитета. Особенность данного возраста заключается в том, что трехлетний ребенок — это формирующаяся личность, которая начинает показывать свой характер. В это время также развиваются навыки самообслуживания и гигиенические навыки. В общем развитии ребенок идет вперед. У трехлетнего ребенка достаточно большой словарный запас. В большей мере осваивает родной язык. Haridus- ja Noorteameti Rajaleidja логопеды утверждают, что малыш использует в речи отдельные слова, участвует в коротких диалогах. Речевое развитие оказывает содействие коммуникации со сверстниками (Tulviste viidatud Kikas, 2008). Дети предпочитают взаимодействовать вместе с конкретными детьми и в их словарном запасе появляется слово «друг». (Hartup&Stevens, 1999 viidatud Kikas, 2008).

Вследствии рассуждения, можно сказать, что педагоги осведомлены об особенностях адаптации ребенка в возрасте трех лет, и делают акцент именно на самых важных моментах, где проявляются особенности адаптации трехлетнего ребенка. По- мнению теоретиков особенность возраста трех лет заключается в том, что ребенок нуждается в игре. Период трех лет, известен как игровой период. Посредством игры, у ребенка происходит общение со сверстниками. Педагоги находят важным то, что в возрасте трех лет процесс адаптации более затяжной, в силу возрастных особенностей. Также большое количество новых, незнакомых людей и детей нежелательно. Таким образом, можно сказать точки зрения теоретиков и педагогов, в какой-то степени разнятся. В итоге, отмечается одно из самых важных особенностей — это игровой период, когда у ребенка, посредством игры происходит общение со сверстниками.

Вторым вопросом исследования был *«Какие адаптационные трудности в возрасте трех лет у ребенка проявляются в поведении в детском саду по – мнению педагогов?»*

Психологи утверждают, что дети очень часто сталкиваются с адаптационными трудностями в детском саду (Saat, Aas-Udam 2017). На основе результатов исследования, в период адаптации ребенок испытывает стресс. Начинает чаще болеть. Проявляются такие изменения в поведении как: снижение настроения, игровой и речевой активности. Pree (2007) утверждает, что у ребенка слабый контроль саморегуляции, и малыш находится еще только на этапе развития, но несмотря на это он взаимодействует с окружающим миром, то

есть он еще не в силах сам контролировать свои эмоции и поведение. У ребенка наблюдалась импульсивность, излишняя двигательная активность, тревога, агрессия. Все эти проявления в период адаптации, могут быть связаны с личностными качествами ребенка. Feist&Feist, (2006); Kalm, (2016) утверждают также личностные качества (невротичность и экстравертность) связаны с опытом, полученным на протяжении жизни, и их влияние на процесс адаптации в детском саду, на поведение ребенка и поведенческие привычки, такие как раздраженность, тревожность и в основном это проявляется в плаче или нежелании участвовать в совместной деятельности. Исходя из результатов исследования, трудности проявлялись в поведении. То есть отказ от еды, стеснение. Педагоги высказали свое мнению, что, трудности возникают в привыкании к новой обстановке, к новым условиям среды. Ребенок испытывает сложности при встрече с новыми людьми, которые незнакомы ему. По причине того, что ребенок не взаимодействует с другими детьми. Родители не посещают детские площадки, и ребенку тяжело воспринять чужих сверстников, отсутствия режима дома. Что может вызвать адаптационные трудности, придя в детский сад. Во время адаптации ребенку будет сложно перестроиться на новый распорядок дня. В этот момент ребенок будет испытывать стресс, который проявляется в поведении.

По утверждениям, Feist&Feist, (2006); Kalm, (2016), трудности в поведении проявляются в том, что ребенок часто плачет, замыкается, отказывается есть, появляются истерики, царапания, кусания, также проявляется протестное поведение. Можно сказать, что невротичность (печаль, фрустрация и моторная деятельность) проявляется у детей в период адаптации чаще, чем экстравертность и отсутствие контроля над собой, характеризующие личностные качества (Kalm, 2016). Из нами проведенного исследования выяснилось, что перечисленные проявления в поведении, такие как плач, царапание, кусание, щипание возникали в ситуациях, когда ребенок взаимодействовал с другими детьми. Затем у ребенка возникли проблемы в общении со сверстниками: он ведет себя слишком агрессивно. Также трудности возникали в ситуациях, где необходимо считаться с другими детьми (делиться игрушками, ждать, просить прощения). Основываясь на полученных результатах, можно сказать, что педагоги хорошо осведомлены о том, какие поведенческие проявления появляются у детей в возрасте трех лет в адаптационный период в детском саду и в каких ситуациях, по какой причине. Социальные умения и личностные качества имеют тесную связь с обществом, где ребенок начинает показывать свое «я», таким образом, показывая свой характер (Martin, 2010). То есть дети могут стесняться чужих людей. Martin (2010), в

своих исследованиях указывает у детей с лучшим умением общаться со сверстниками проходит адаптация легче, но если ребенок не коммуникативный, скрытный, то могут-быть проблемы с самообладанием, что приведет в конечном итоге к агрессивности. Также из исследований выяснилось: плаксивость, слезливость, подавленное настроение, отказ от еды, частые болезни могут проявляться в адаптационный период. Разлука с родителями — это наиболее часто проявление признаков трудностей адаптации. Трудности с привыканием к режиму детского сада. У ребенка снижается настроение, нет желания участвовать в играх, а также снижается речевая активность. В этот период ребенок может вести себя агрессивно по- отношению к сверстникам из-за недопонимания и неконтролируемости своих эмоций. Valvas, (2007), утверждает, ребенок не может выразить свои эмоции словами, поскольку у него еще не так хорошо развита речь, поэтому он впадает в истерию: топает ногами, кричит, машет руками. Можно заметить, протестное поведение, достаточно часто ребенок начинает замыкаться в себе, что может- быть связано с личностными качествами. Дети более общительные переносят адаптацию легче, те кто менее коммуникабельные наоборот.

В заключении, можно сказать, из проведенного нами исследования, педагоги считают, что дети во время адаптации испытывают стресс, что порявляется в поведении ребенка. Плач, царапание, кусание, щипание возникали в ситуациях, когда ребенок взаимодействовал с другими детьми. У ребенка возникают проблемы в общении со сверстниками: он ведет себя слишком агрессивно. Трудности возникали в ситуациях, где необходимо считаться с другими детьми (делиться игрушками, ждать, просить прощения). Все эти поведенческие трудности могут быть связаны с привыканием к новому режиму, по -причине разлуки с мамой. Педагоги, в ходе интервьюирования не указывали на то, что речь у ребенка плохо развита, но перечислили различные проявления в поведении ребенка во время адаптации. Таким образом, педагоги не приводили все причины, которые могут вызывать трудности, проявляющиеся в поведении ребенка. Одно из самых важных подчеркивалось то, что у ребенка еще не на таком хорошем уровне развита речь и поэтому ребенок не может выражать свои эмоции словами. У него это выражается в истерике, топает ногами, кричит, машет руками.

Третьим вопросом исследования был: *«Какие эффективные адаптационные методы применяют педагоги в своей работе для смягчения этого периода в детском саду?»*

Одна из основных целей педагога- помочь ребенку адаптироваться в детском саду, но надо как можно больше исследовать различные методы и способы, которые были бы наиболее эффективные (LoCasale-Crouch, Mashburn, Downer & Pianta,2008). Исходя из полученных результатов выяснилось, для того чтобы обеспечить ребенку менее болезненный процесс

адаптации, педагог должен подобрать такой адаптационный метод, который оказывал бы благотворное влияние на психику ребенка и давал ребенку чувство защиты. Согласно закону детского дошкольного учреждения, педагог, учитывая индивидуальность ребенка обеспечивает ему воспитание и развитие. (Koolieelse lasteasutuse seadus, 1999). Исходя из результатов исследования, в детском саду учитываются условия, которые дают возможность применить к адаптирующемуся ребенку тот или иной метод. Эти условия создаются педагогом и направлены на ребенка, с учетом его возраста и развития.

Õun, (2001); Kruuspan, (2013), утверждают хорошим началом адаптации в детском саду для ребенка является приятный контакт, доверительные отношения, обмен информацией с двух сторон и привлечение родителей в работу детского сада. Исходя из результатов исследования, пожелания родителей должны учитываться, во время адаптации. Беседа родителей с учителем, как о позитивных, так и о негативных моментах в детском саду, о каких-то домашних привычках ребенка, какие ожидания от детского сада (Saat, 2014). На основе полученных результатов исследований выяснилось, что одними из самых эффективных методов по- мнению педагогов считается песочная терапия и игры на мелкую моторику, сказки, потешки, игровая деятельность, музыкальные игрушки. Помимо этого, действенный метод – это игровая терапия. Игровой терапевт Sirli Kivisaar, поясняет, что игровая терапия это как один из способов поддержки ребенка.

В заключении можно сказать прежде, чем, использовать метод, нужно убедиться в его эффективности. То есть метод должен соответствовать возрастным особенностям и индивидуальности ребенка, благотворно **влиять** на психику. Так можно добиться эффективности.

Основываясь на полученных результатах, можно сказать, что педагоги хорошо осведомлены о том, какие методы, могли бы быть более действенные, но в тоже время, перечень методов был не такой большой, сравнивая с тем перечнем методов в детской адаптационной литературе, где было упомянуто, действительно намного больше различных методов, которые можно использовать. Остались не упомянутыми такие эффективные методы как метод Montessori, упражнения на ритмику, дыхательные упражнения.

Из вышесказанного можно сделать следующие выводы:

- По мнению педагогов особенность адаптации в возрасте трех лет в детском саду заключается в том, что трехлетнему ребенку смена среды, резкая смена ритма жизни дается сложно

- Педагоги осведомлены, что адаптационные трудности в возрасте трех лет у ребенка проявляются в поведении, такие как: царапанье, кусание, щипание, истерика, плач. Это происходит во взаимодействии со сверстниками. Плач проявляется в момент расставания с мамой.
- Педагоги перечисляют те эффективные методы, смягчающие адаптацию: игровая терапия, песочная терапия и игры на мелкую моторику, сказки потешки. Не перечисленными остались такие эффективные методы как метод Montessori, упражнения на ритмику, дыхательные упражнения.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В нашем, 21 веке считается актуальным прохождение адаптации в детском саду в возрасте трех лет. Период трех лет признан психологами непростым. Это заключается в стремительном развитии ребенка, как в социальном, эмоциональном и физическом плане. В ходе этого у ребенка формируется личность и ребенок начинает показывать свое «я». В этот момент ребенок сталкивается с трудностями в период адаптации. Задача ложится на плечи педагога, в выборе эффективного адаптационного метода, учитывая особенности исследуемого возраста ребенка.

Целью бакалаврской работы, выяснить трудности, с которыми сталкиваются трехлетние дети во время адаптации, основываясь на мнении педагогов, работающих на младших группах детских садов, и ими применяемые методы для смягчения этих трудностей.

У ребенка возрасте трех лет, происходят большие изменения в развитии ребенка. Одна из проблем данного возраста — это эгоцентризм, который препятствует строить отношения с другими детьми и взрослыми. По причине того, что ребенок еще не понимает, что у каждого разное мышление. Он не понимает чувства и эмоции других. Трехлетний ребенок очень сильно привязан к маме и ему очень непросто с ней расставаться. В детском саду ребенок приобретает много нужных умений: навыки общения, навыки самообслуживания, осуществлять контроль над эмоциями. Также в возрасте трех лет, для ребенка имеют большое значение слова родителей, как они оценивают, как они относятся к нему.

На основе результатов исследования можно сказать, что педагоги сталкиваются с адаптационными трудностями у детей, в возрасте трех лет в детском саду, которые проявляются в отсутствии режима, в страхе незнакомых детей и взрослых. Также они проявляются в поведении, то есть в кусании, щипании, царапанье, топание ногами, истерика, плач. Исходя из результатов исследования, выяснилось, что все вышеописанные проявления в поведении ребенка вызваны особенностями возраста трех лет. Один из них это- формирование личности, привлечение большого внимания к себе. В ходе чего, в период адаптации, ребенок сталкивается с трудностями в общении со своими сверстниками. По мнению педагогов, возраст трех лет считается оптимальным для адаптации. несмотря на все его трудности. Некоторые педагоги склонны думать, что три года — это один из самых сложных возрастов для похода в детский сад. Это обусловлено тем, что ребенок не может словами выразить свои эмоции, то, что его беспокоит, и поэтому у него это проявляется в

поведенческих проблемах. Педагоги добавили, что отсутствие распорядка дня дома значительно усложнит адаптацию ребенка в детском саду.

Для решения данной проблемы, то есть для устранения или смягчения трудностей адаптации, проявляющихся в поведении ребенка в возрасте трех лет, педагоги использовали известные им и эффективные адаптационные методы, хотя их было немного. В своих ответах, педагоги не называли такие методы как: монтессори метод, который направлен на развитие самостоятельности ребенка, дыхательные упражнения, предадаптация, ребенок делится эмоциями с педагогом. Как выяснилось из исследования одними из самых эффективных адаптационных методов оказалась песочная терапия, игры на развитие мелкой моторики, сказки потешки, которые благотворно влияют на психику ребенка и успокаивают его в трудный адаптационный период. Приведенные эффективные методы придают ребенку уверенность и дают раскрыться, почувствовать себя увереннее в новом обществе.

В качестве дополнительной помощи педагоги нуждаются в информировании, в расширении знаний о эффективных методах посредством массовой меди.

Подводя итоги, стоит отметить, что педагоги, могут использовать в работе с трехлетними детьми, те адаптационные методы, которые рекомендованы психологами, а также предложены другими педагогами. Поставленные в начале исследования цель и задачи были достигнуты. В результате исследования были получены ответы на поставленные исследовательские вопросы. Полученные результаты, показывают, что в адаптационный период дети сталкивались с трудностями в поведении, которые возникали в силу особенностей возраста трех лет, основываясь на свой опыт педагоги использовали методы, облегчающие адаптацию. Данная бакалаврская работа может быть полезна педагогам, в том числе начинающим педагогам, молодым матерям, которым необходимо знать некие нюансы.

LITERATÜRA

Almann, S.(2010). Lasteaeda rõõmuga. Tallinn: Ilo (просмотрено 06.12.2023)

Antonova, I. (2014). *Vene laenud eesti kirjakeeles ja murretes*. Bakalaureusetöö. TARTU ÜLIKOOL FILOSOOFIATEADUSKOND EESTI JA ÜLDKEELETEADUSE INSTITUUT EESTI KEELE (VÕÕRKEELENA) OSAKOND

Butterworth, G., & Harris, M. (2002). *Arengupsühholoogia alused*. Tartu Ülikooli Kirjastuse. (просмотрено 06.03.2023)

Coplan, R. J., Kimberley, A. A., & Armer, M. (2007). Don't Fret, Be Supportive! Maternal Characteristics Linking Child Shyness to Psychosocial and School Adjustment in Kindergarten. *Journal of Abnormal Child Psychology*, vol. 36, lk 359-371. (просмотрено 06.12.2023)

Denham, S.A. (2006) Social-Emotional Competence as Support for School Readiness: What Is It and How Do We Assess It? (просмотрено 06.12.2023)

Derda, M. (2015). *Проблемы адаптации 2-3 лет к детскому саду.*, (просмотрено 06.12.2023)

Harjo, A., & Varava, L. (2007). Psühhosotsiaalse keskkonna juhendmaterjal koolieelsetele lasteasutusele. Tervise Arengu Instituut (просмотрено 06.12.2023)

Krull,E. (2000). Pedagoogilise psühholoogia käsiraamat.Tartu, 2000

<https://dspace.ut.ee/server/api/core/bitstreams/8edadd74-16b7-4c2c-bfa3-ada81ff21131/content>
(просмотрено 06.12.2023)

Kalm, M (2016). *1-3 aastaste laste sotsiaalsete oskuste ja isiksuseomaduste seos lapse kohanemisega lasteasutuses*. Bakalaureusetöö. Tartu Ülikool, Sotsiaalteaduste valdkond

Haridusteaduste instituut Koolieelse lasteasutuse õpetaja õppekava
<https://dspace.ut.ee/server/api/core/bitstreams/684f3c92-ff52-4dd5-8f30-d506e7247f24/content>
Tartu Ülikool (просмотрено 06.12.2023)

Klefbeck, J., & Ogden, T. (2001). Laps ja võrgustikutöö. Omanäolise Kooli Arenduskeskus

Kraav, I.(2006). *Sotsiaalpedagoogika teooria ja selle praktilisi väljakutseid Eestis*. OÜ Vali Press (просмотрено 06.12.2023)

Kalamees, B.(2014). *Lapsevanemate teadlikkus kiindumussuhte olulisusest ja olemusest Tartu lasteaedades käivate laste vanemate näitel*. Bakalaureusetöö.Tartu Ülikool Sotsiaal- ja haridusteaduskond, Haridusteaduste Instituut, Koolieelse lasteasutuse õpetaja õppekava<https://dspace.ut.ee/server/api/core/bitstreams/c1995099-d903-47f2-a542-fe010bfa1c9f/content> (просмотрено 06.12.2023)

Kahn, H.; Loit, H.-M.(2009). Tervise ABC. Valgus (просмотрено 06.12.2023)

Keltikangas-Järvinen, L. (2012). Väikelapse sotsiaalsus. Tallinn: Koolibri (просмотрено 06.12.2023)

Kaev, D.(2015). *Individuaalse arvestamine 2-3 aastase lapse kohanemisprotsessis lastevanemate ja õpetajate arvamustes*. Lõputöö. Tallinna ülikooli pedagoogiline seminaar. (просмотрено 06.12.2023)

Kallasmaa, T. (2003). Isiksus ja kohanemine. Rmt. Allik, A, Realo K.,

Konstaabel K. (Toim.). *Isiksuse psühholoogia*. (lk 139-168). TÜ kirjastus (просмотрено 06.12.2023)

<https://dspace.ut.ee/server/api/core/bitstreams/deec2ea2-a898-4c54-909b-6b85fe8d641f/content>
(просмотрено 06.12.2023)

Klaus, K (2016). 2-3 – aastase lapse lasteaia kohanemine ühe lasteaia õpetajate hinnangul. Tartu ülikool (просмотрено 06.12.2023)

Linnas, M., Nüberg, T.(2007). *Laps läheb lasteaeda*. Tartu: AS Atlex (просмотрено 06.12.2023)

LoCasale-Crouch, J., Mashburn, A. J., Downer, J. T., & Pianta, R. C. (2008). Pre-kindergarten teachers' use of transition practices and children's adjustment to kindergarten. *Early Childhood Research Quarterly*, 23(1), 124–139. <https://doi.org/10.1016/j.ecresq.2007.06.001> (просмотрено 06.12.2023)

Martin, K. (2010). *Lapse kohanemine lasteaia ja lastehoiuga lapsevanemate ja õpetajate ning lapsehoidjate hinnangul Tartu näitel*. Magistritöö. Tartu Ülikool, Sotsiaal- ja haridusteaduskond, Haridusteaduste instituut Kasvatusteaduste õppekava.

Matsalu, K. (2015). Lapse kohanemine lasteaias, seda mõjutavad ja soodustavad tegurid ühe valla lasteaiaõpetajate hinnangul Tartu linna näitel.Bakalaureusetöö.Tartu Ülikool Sotsiaal- ja haridusteaduskond, Haridusteaduste instituut, Koolieelse lasteasutuse õpetaja

õppekava <https://dspace.ut.ee/server/api/core/bitstreams/ab496648-ae52-408e-854b-7b423638d025/content> (просмотрено 06.12.2023)

Mikulincer, M., & Shaver, P. (2007). Attachment in adulthood: structure, dynamics and change. New York: Guilford Press. (просмотрено 06.12.2023)

Mänd, M. (2003). *Lasteaiaõpetaja käsiraamat*. Tallinn: Riiklik eksami- ja Kvalifikatsioonikeskus (просмотрено 06.12.2023)

Niinemets, L.(2019). *Lapse lasteaiaga kohanemist soodustavad sotsiaalsed ja emotsionaalsed tegurid lapsevanemate arvamuste põhjal*. Tallinna Ülikool, Haridusteaduste instituut. Alushariduse valdkond.

<https://www.etera.ee/zoom/59024/view?page=1&p=separate&search=kohanemine%20lasteaias%20AND%20niinemets&tool=search&view=0,0,2481,2491>(просмотрено 06.12.2023)

Pree, S.(2007). *Arengupsühholoogia*. Kuuresaare ametikool (просмотрено 06.12.2023)

Smith, P., Cowie, H., Blades, M. (2008). Laste arengu mõistmine. Tallinn: Tallinna Ülikooli kirjastus (просмотрено 06.12.2023)

Sermat, E.(2019). *2-3 aastase lapse lasteaiaga kohanemine ühe lasteaiaga õpetajate hinnangul*. Bakalaureusetöö. Tallinna Ülikool,Haridusteaduste instituut. Alushariduse valdkond
<https://www.etera.ee/zoom/59028/view?page=1&p=separate&search=kohanemine%20lasteaias&tool=search&view=0,0,2481,3508> (просмотрено 06.12.2023)

Sears, W.(2007). Kuidas luua turvaline kiindumussuhe oma lapsega. Tartu: Väike Vanker

Saarits, Ü. (2005). Sotsiaalne areng ja kasvatus. K.Henno (Toim), Laps ja lasteaed (lk 67-69). Tartu Atlex

Tervise arengu instituut. (2007). PSÜHHOSOTSIAALSE KESKKONNA JUHENDMATERJAL KOOLIEELSETELE LASTEASUTUSTELE TAI (просмотрено 06.12.2023)

<http://dspace.ut.ee/bitstream/handle/10062/16628/Martin.pdf> (просмотрено 06.12.2023)

Tropp, K.,& Saat, H.(2008). Sotsiaalsete oskuste areng. Tartu ülikooli kirjastus (просмотрено 06.12.2023)

Tomson, T.(2015). *Lastevanemate hinnang 2-3 aastaste laste kohanemisele lasteaias kolme Lääne- Virumaa lasteaiaga näitel*. Bakalaureusetöö. Tallinna Ülikool, Rakvere kolledz, Õpetajakoolituseosakond.

<https://www.etera.ee/zoom/30939/view?page=1&p=separate&search=Tomson&tool=search>
(просмотрено 06.12.2023)

Õunapuu, L. (2014). *Kvalitatiivne ja kvantitatiivne uurimisviis sotsiaalteadustes*. Tartu Ülikool.

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1. Вопросы к интервью с педагогами

1. Блок

Особенность адаптации у детей в возрасте трех лет в детском саду по- мнению педагогов.

1. Что означает в вашем понимании понятие «адаптация»?
2. Какое значение имеет в жизни ребенка «адаптация» в детском саду, по- вашему мнению?
3. Какое значение имеет возраст ребенка во время адаптации в детском саду, по-вашему мнению?
4. Почему возраст трех лет считается благоприятным для адаптации в детском саду, по- вашему мнению?
5. В чем заключается особенность адаптации трехлетнего ребенка?

2. Блок.

Адаптационные трудности, проявляющиеся в поведении трехлетнего ребенка в детском саду, по- мнению педагогов

1. В чем выражались трудности трехлетнего ребенка, в период адаптации, по-вашему мнению?
2. В каких ситуациях присутствовали признаки трудностей адаптации, по-вашему мнению?
3. Какой из признаков трудностей адаптации проявлялся у ребенка, на протяжении всего адаптационного процесса в детском саду?
4. Почему у ребенка проявляются именно подобного характера адаптационные трудности, по вашему мнению?
5. Как проявлялись адаптационные трудности у трехлетнего ребенка в поведении, по- вашему мнению?

3. Блок

Эффективные адаптационные методы, применяемые педагогами в своей работе

1. Какие эффективные адаптационные методы вы знаете?

2. Какие адаптационные методы подходят для ребенка в возрасте трех лет, по вашему мнению?
3. Какие методы индивидуального подхода к ребенку используют педагоги во время адаптационного периода в детском саду, по вашему мнению ?
4. На что вы опираетесь, при выборе подходящих методов для облегчения адаптации?
5. Как выбранные вами методы поддержали или помогли ребенку в адаптации?