

М. В. Погодаева, О. В. Норкина

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ КАК ФАКТОР АДАПТАЦИИ РЕБЕНКА В ДОШКОЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

Рассматривается программа создания психологически безопасной среды на начальном этапе пребывания детей в ДОО. Создание психологически безопасной образовательной среды необходимо для успешной адаптации ребенка в дошкольном учреждении. Критериями психологической безопасности среды дошкольного учреждения являются эмоциональное благополучие ребенка, удовлетворенность средой, доверительное общение, отсутствие психологического насилия. Показана эффективность программы для повышения уровня адаптации детей младшего дошкольного возраста.

Ключевые слова: *психологическая безопасность, дошкольный возраст, адаптация в ДОО.*

Проблема безопасности детей в современном обществе стоит крайне остро в связи с ростом количества чрезвычайных ситуаций с участием детей, непрекращающимися проявлениями актов насилия, незащищенностью ребенка в ситуациях отсутствия контроля со стороны родителей. Обеспечение безопасности ребенка в ДОО, в том числе психологической безопасности, охрана и поддержание физического и психического здоровья участников образовательного процесса должно быть приоритетным направлением деятельности образовательного учреждения. Психологическая безопасность образовательной среды, по определению И. А. Баевой, – это состояние образовательной среды, свободное от проявлений психологического насилия, удовлетворяющее потребности в доверительном общении и характеризующееся позитивным отношением к ней участников образовательного процесса [1, с. 12]. Психологическая безопасность создает условия для личностного развития ребенка, возможности его самореализации. Для создания комфортной, психологически безопасной среды в дошкольном учреждении необходимо исключить возможность психологического насилия над ребенком со стороны взрослых и других детей, учить детей дружескому доверительному общению, создавать условия для развития творчества и индивидуальности каждого ребенка. Таким образом, диагностическими показателями психологической безопасности образовательной среды являются: уровень отношения к среде (позитивный, нейтральный и негативный); уровень удовлетворенности характеристиками образовательной среды; уровень защищенности от психологического насилия во взаимодействии [2, с. 13].

При поступлении ребенка в дошкольное учреждение возникают серьезные угрозы его психологической безопасности: на начальном этапе отсутствует система доверительно-дружеских отношений между ребенком и взрослым, ребенком и другими детьми; новая среда не имеет референтной значимости для малыша, возможно психологиче-

ское насилие со стороны педагогов. Поступление ребенка в дошкольное учреждение в возрасте 3 лет является для него большим стрессом, который вызван разлукой с матерью, контактом с незнакомыми взрослыми и детьми, изменением обстановки. Хроническая тревожность, возникающая при срыве адаптации, может являться фактором патологических процессов во многих системах организма [3, с. 59]. Психологической причиной адаптационного синдрома является изменение эмоционального состояния вследствие нарушения привычных условий жизнедеятельности. Чем внезапнее изменяется окружающая ребенка обстановка, тем глубже и серьезнее эти изменения. Ребенок, не имеющий психологической защищенности, не может сопротивляться воздействию различных негативных факторов среды, активно и позитивно взаимодействовать с ней [4, с. 31]. Стресс проявляется в высокой тревожности, страхе, нежелании вступать в игры, контактировать со взрослыми и сверстниками, плохом сне и аппетите. Задача педагогов – скорейшее преодоление адаптационного стресса, создание обстановки доверия и защищенности, отношений сотрудничества и субъект-субъектного общения.

Одним из направлений в решении проблемы психологической безопасности ребенка в детском саду является развитие его коммуникативных навыков, умения общаться и взаимодействовать со сверстниками и взрослыми, сопереживать и радоваться вместе с другими детьми. Потребность в общении у ребенка возникает уже на 3-м году его жизни. Дошкольный возраст сензитивен для образования добрых чувств к другим людям, позитивного, взаимообогащающего общения. В обществе сверстников эффективно развиваются механизмы межличностного восприятия и понимания. Как показывают исследования Л. М. Шипицыной [5, с. 23], характер общения и взаимодействия младших дошкольников во многом определяет их дальнейшее развитие и влияет на становление личности ребенка, на его отношение к окружающим людям, к себе, к миру.

Для решения этой задачи в ДОУ № 97 г. Братска была разработана программа, направленная на создание психологически безопасной образовательной среды в адаптационный период.

Программа направлена на решение следующих задач:

- развитие чувства доверия по отношению к другим людям;
- развитие навыков общения, совместной деятельности, умения взаимодействовать с другими детьми и педагогами;
- формирование способности понимать и адекватно выражать свои эмоциональные переживания, понимать эмоциональное состояние и переживания другого человека;
- формирование чувства защищенности.

Программа включает три консультационных занятия с родителями по подготовке ребенка к посещению детского сада; семинар для воспитателей младшей группы, принимающей малышек; пребывание родителей в дошкольном учреждении в первые две недели адаптационного периода; создание комфортной предметно-развивающей среды, включающей знакомые игрушки, семейные альбомы, «частички домашней обстановки»; групповые занятия с психологом для развития коммуникативных навыков малышей в детском саду, преодоления страха, застенчивости, неуверенности, установления контактов с детьми и взрослыми, индивидуальные консультации с психологом с участием родителей и воспитателя для изучения личностных особенностей данного ребенка, условий воспитания в семье.

Консультации для родителей посвящены обсуждению вопросов режима дня, организации взаимодействия и однонаправленности в воспитательной деятельности родителей и педагогов, формированию предметно-развивающей среды ребенка.

Существенное влияние на уровень психологической безопасности в образовательной среде оказывают личностные качества педагогов, атмосфера доверия и сотрудничества в педагогическом коллективе, взаимоуважение, приоритетность духовно-нравственных ценностей [6, с. 110]. Семинары для педагогов включают изучение подходов и этапов формирования психологически безопасной образовательной среды, тренинги, диагностику профессиональной готовности к проведению адаптационного периода.

Психологические занятия построены на основе личностного подхода. В ходе занятий психолог создает ситуации, требующие проявления социальной активности, в процессе разрешения которых возникают позитивные изменения в поведении, общении, отношении к себе и другим людям. Для

групповых занятий использовались коммуникативные игры, игры-драматизации, сказкотерапия, психотерапевтические упражнения [7, 8]. В процессе игры дети учатся общению, разрешению возможных конфликтов. Широко используются подвижные игры, снимающие эмоциональное напряжение, упражнения на развитие навыков самоуправления своим эмоциональным состоянием: способность переключаться от негативных переживаний на позитивные. Кроме игр использовались беседы, продуктивные виды деятельности, специальные приемы, которые служили целям сплочения детской группы, развивали навыки общения, формировали умение адекватно выражать свои эмоции [9].

Работа в группе основывалась на следующих принципах:

- внимательное и доброжелательное отношение к детям со стороны педагога, поддержка и подбадривание ребенка;
- уважительное отношение к каждому малышу, принятие его индивидуальности и уникальности;
- положительная эмоциональная оценка любого достижения ребенка;
- игровая, непринужденная форма занятий, которая создает у детей чувство безопасности, возможность свободного самовыражения и проявления своих эмоций.

Занятия проводились в младшей группе в период адаптации к дошкольному учреждению со всеми детьми, в средней и старшей группах – с застенчивыми детьми, у которых есть трудности в общении со сверстниками. Содержание занятий было различным для разных возрастных групп детей. Структура занятий оставалась единой: вводная часть, основная часть, заключительная часть.

Вводная часть включала в себя приветствие и разминку. Ее основные задачи: стабилизировать эмоциональное состояние детей, подготовить их к работе в группе.

Основная часть включала в себя три основных блока:

1. Релаксационный блок. Его задачи – отдохнуть, расслабиться, создать хорошее настроение. Здесь используются арома- и фитотерапия, спокойная музыка, рисование пальцами и ладошками, игра с природными материалами (водой, глиной, песком, камешками)

2. Эмоциональный блок. Его задачи – обучать детей выражению разнообразных эмоций, отслеживанию и вербализации своего эмоционального состояния; развитию умения правильно понимать эмоциональное состояние других детей; развитие эмпатии, чувства близости с другими людьми, принятие детьми друг друга. Для выполнения поставленных задач применяются ситуационные и ролевые

игры, чтение сказок, просмотр мультфильмов, а главное – смотрим друг на друга, разговариваем, улыбаемся, стараемся радовать друг друга.

3. Коммуникативный блок. Его задачи – обучение доброжелательному, позитивному отношению к окружающим; развитие навыков вербального и невербального общения; развитие навыков совместной деятельности, умения договариваться, соотносить свои замыслы с замыслами других детей; формирование чувства самооценности и ценности других людей. Реализация этих задач также происходит главным образом в ходе игры: игры-драматизации, сюжетных, ролевых игр, совместная деятельность: работа с природным материалом, создание совместных рисунков, коллажей, домиков.

Заключительная часть включает в себя прощание. Ее основная задача: создание мотивации для использования приобретенных навыков в практике повседневного общения.

Для эффективного достижения поставленных задач необходимым является активное участие воспитателя в проводимых психологом занятиях, использование им приемов успешной коммуникации в ежедневной практике малышей, доброжелательное отношение к детям, организация жизни и деятельности ребенка, способствующая формированию и закреплению навыков общения.

Для выяснения эффективности используемой программы был проведен анализ некоторых показателей психологической безопасности образовательной среды в экспериментальной и контрольной группах, оценен уровень адаптированности малышей к дошкольному учреждению. В исследовании участвовали 50 детей двух младших групп. Контрольной выступали младшие группы прошлого года (40 детей), где в декабре 2012 г. была проведена диагностика, но программа в полном объеме еще не внедрялась.

При исследовании психологической безопасности образовательной среды использовалась методика И. А. Бaeвoй «Психологическая безопасность образовательной среды», модифицированная для дошкольных образовательных учреждений. Диагностическими показателями психологической безопасности образовательной среды могут быть отношение к этой среде (позитивное, нейтральное, негативное), реализация потребности в доверительном общении, защищенность [1]. В эксперименте оценивали два показателя: отношение к образовательной среде и удовлетворенность ее характеристиками (табл. 1, 2).

В экспериментальной группе 32 % детей и 56 % родителей позитивно относятся к образовательному учреждению, что, соответственно, на 9,5 % (дети) и 18,5 % (родители) больше, чем в контрольной группе. Доля родителей, позитивно относя-

щихся к среде, в экспериментальной группе достоверно превышает их долю в контрольной ($p < 0,05$). Негативное отношение к образовательному учреждению испытывают на 3,5 % больше родителей и на 4,5 % больше детей контрольной группы, чем экспериментальной. Хотя различия не достоверны, но имеется тенденция к увеличению позитивного и снижению негативного отношения к образовательной среде как со стороны родителей, так и со стороны детей.

Таблица 1
Отношение к среде образовательного учреждения, %

Отношение к среде	Дети			Родители		
	Эксперимент	Контроль	t_p	Эксперимент	Контроль	t_p
Позитивное	32	22,5	1,02	62	37,5	2,38 $p = 0,05$
Нейтральное	60	65,0	-0,49	30	51,0	2,05
Негативное	8	12,5	-0,69	8	11,5	-0,55

Примечание. t_p – критерий Стьюдента; различия достоверны при минимальном уровне значимости $p = 0,05$, если $t_p \geq 1,99$.

Таблица 2
Уровень удовлетворенности характеристиками образовательно-развивающей среды, %

Уровень удовлетворенности общением	Дети			Родители		
	Эксперимент	Контроль	t_p	Эксперимент	Контроль	t_p
Высокий	20	20	0,90	36	27,5	0,90
Средний	38	30	0,81	48	32,5	1,50
Низкий	42	50	0,92	16	40,0	2,17

36 % родителей и 20 % детей экспериментальной группы полностью удовлетворены характеристиками образовательной среды: отношениями в детском коллективе, отношениями со взрослыми, укомплектованностью группы образовательными и развивающими ресурсами. В контрольной группе таких детей столько же, а родителей на 8,5 % меньше. В то же время в экспериментальной группе значительно меньше родителей с низким уровнем удовлетворенности общением в образовательной среде ДООУ, чем в группе контроля ($p < 0,05$).

Для оценки уровня адаптации использовались карты наблюдения воспитателя, в которых он оценивал эмоциональное состояние ребенка, его взаимодействие со взрослыми и сверстниками, общение ребенка, деятельность. Уровень адаптированности оценивался по общему эмоциональному фону: положительному, отрицательному или неустойчивому; реакциям на изменение ситуации, характеризую-

щими отношение к среде: тревога, принятие, непринятие; игровой активности: активен, пассивен, активен при поддержке взрослого; взаимоотношениям со взрослыми; взаимоотношениям с детьми: инициативен, не вступает в контакт, вступает в контакт при поддержке взрослого. При анализе этих показателей выделяются три уровня адаптированности: низкий, средний и высокий. Изменение уровня адаптированности представлено в табл. 3.

Таблица 3

Изменение уровня адаптированности у детей в течение первого полугодия пребывания в ДОО, %

Уровень адаптированности	Экспериментальная группа	Контрольная группа	t_p
Высокий	38	17,5	2,12
Средний	62	75	1,32
Низкий	0	7,5	1,44

Результаты диагностического обследования показывают, что процесс адаптации детей раннего возраста протекает более эффективно в экспериментальной группе, где педагоги и администрация активно работают над созданием условий психологической безопасности среды ДОО. В этой группе детей с низким уровнем адаптированности нет, со средним уровнем адаптированности – 62 %, с высоким уровнем – 38 %. В контрольной группе 3 (7,5 %) ребенка с низким уровнем адаптации; ниже (17,5 %), чем в экспериментальной, доля детей с высоким уровнем адаптированности (различия до-

стоверны ($p < 0,05$)). К концу адаптационного периода общий эмоциональный фон поведения детей стал положительным, снизилась тревожность, ребята стали проявлять активность в познавательной и игровой деятельности, свободно вступать в контакт со сверстниками и взрослыми. У детей можно наблюдать хороший сон и аппетит, интерес к событиям, происходящим в группе.

Реализация мероприятий по созданию психологической безопасности образовательной среды дошкольного учреждения в полном объеме позволила снизить тревожность, создать благоприятную эмоциональную атмосферу, научить детей понимать друг друга. Организация физических упражнений и подвижных игр, которые ежедневно воспитатель включал в режим дня, также положительно сказывалась на эмоциональном состоянии детей. Именно совместная работа психолога, воспитателя и родителей позволила достичь поставленной цели – создания атмосферы психологической безопасности и эмоционального благополучия. Таким образом, результативность педагогического опыта доказывает положительное влияние реализации программы формирования безопасности образовательной среды на характер адаптации детей младшего дошкольного возраста. Психологическая безопасность среды: сформированное позитивное отношение к ней, навыки активного взаимодействия со сверстниками и взрослыми – определяет положительный эмоциональный фон, позитивное принятие изменений и, следовательно, успешную адаптацию.

Список литературы

1. Баева И. А., Волкова Е. Н., Лактионова Е. Б. Психологическая безопасность образовательной среды: развитие личности. СПб.: Нестор-История, 2011. 272 с.
2. Баева И. А., Семикин В. В. Безопасность образовательной среды, психологическая культура и психическое здоровье школьников // Известия РГПУ им. А. И. Герцена. 2005. № 12. С. 7–19.
3. Гуров В. А. Тревожность и здоровье младших школьников // Вестн. Томского гос. пед. ун-та (Tomsk State Pedagogical University Bulletin). 2009. Вып. 4 (82). С. 56–60.
4. Вершинина Л. В., Глущенко Ю. А., Леонтьева О. В. Основные подходы к профилактике осложнений в период адаптации детей раннего возраста к дошкольному образовательному учреждению // Вестн. Томского гос. пед. ун-та (Tomsk State Pedagogical University Bulletin). 2004. Вып. 5 (42). С. 31–33.
5. Шипицына Л. М., Хилько А. А., Галлямова Ю. С., Демьянчук Р. В., Яковлева Н. Н. Комплексное сопровождение детей дошкольного возраста. СПб.: Речь, 2003. 240 с.
6. Калашникова М. Б. Влияние воспитателя на психологическую безопасность дошкольника в образовательной среде // Мир психологии. 2010. № 1. С. 108–116.
7. Волобуева Н. А., Климова Т. В., Ширшова В. М. Адаптация детей к условиям дошкольного учреждения // Вестн. Новосибирского гос. пед. ун-та. 2012. Т. 9, № 5. С. 14–19.
8. Зинкевич-Евстигнеева Т. Д. Тренинг по сказкотерапии. СПб.: Речь, 2010. 176 с.
9. Смирнова Е. О. Межличностные отношения дошкольников: диагностика, проблемы, коррекция. М.: Владос, 2003. 160 с.

Погодаева М. В., кандидат биологических наук, доцент.

Иркутский государственный лингвистический университет.

Ул. Ленина, 8, Иркутск, Россия, 664025.

E-mail: margopog@rambler.ru

Норкина О. В., заведующая.
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Центр развития ребенка – детский сад № 97».
Ул. Metallургов, 11, Bratsk, Россия, 665724.
E-mail: mdou-97@rambler.ru

Материал поступил в редакцию 10.01.2014.

M. V. Pogodaeva, O. V. Norkina

PSYCHOLOGICAL SAFETY AS A FACTOR OF ADAPTATION OF THE CHILD IN PRESCHOOL INSTITUTION

The article considers the program to create a psychologically safe environment at an early stage for children in preschool. Creating a psychologically safe learning environment is necessary for successful adaptation of children in preschools. Psychological safety criteria of preschool environment are emotional well-being of the child, satisfaction with the environment, confidential communication, lack of psychological violence. The effectiveness of programs to improve the adaptation of children of preschool age is shown.

Key words: *psychological safety, preschool age, adaptation in preschools.*

References

1. Baeva I. A., Volkova E. N., Laktionova E. B. *Psychological security of the educational environment: development of the personality*. St. Petersburg, Nestor-History Publ., 2011. 272 p. (in Russian).
2. Baeva I. A., Semikin V. V. The security of the educational environment, psychological culture, psychical health of the pupil. *The Bulletin of Russian State Pedagogical University of A. I. Gertsen*, 2005, no. 12, pp. 7–19 (in Russian).
3. Gurov V. A. Uneasiness and health of younger schoolboys. *Tomsk State Pedagogical University Bulletin*, 2009, no. 4 (82), pp. 56–60 (in Russian).
4. Vershinina L. V., Glushhenko Ju. A., Leont'eva O. V. The basic approaches to the preventive measures to avoid complications appearing during the period of childrens adaptation to pre-school educational establishment. *Tomsk State Pedagogical University Bulletin*, 2004, no. 5 (42), pp. 31–33 (in Russian).
5. Shipitsina L. M., Hil'ko A. A., Gallyamova Ju. S., Dem'yanchuk R. V., Yakovleva N. N. *Complex support of children of preschool age*. St. Petersburg, Rech Publ., 2003. 240 p. (in Russian).
6. Kalashnikova M. B. The influence of the teacher on the psychological security of a preschool child in the educational environment. *The world of psychology*, 2010, no. 1, pp. 108–116 (in Russian).
7. Volobueva N. A. Adaptation of children to the conditions of pre-school institutions. *Novosibirsk State Pedagogical University Bulletin*, 2012, vol. 9, no. 5, pp. 14–19 (in Russian).
8. Zinkevich-Evstigneeva T. D. *Training in fairy-tale therapy*. St. Petersburg, Rech Publ., 2010. 176 p. (in Russian).
9. Smirnova E. O., Kholmogorova V. M. *Interpersonal relationship between preschool children: diagnosis, problems, correction*. Moscow, Vldos Publ., 2003. 160 p. (in Russian).

Pogodaeva M. V.
Irkutsk State Linguistic University.
Ul. Lenina, 8, Irkutsk, Russia, 664025.
E-mail: margopog@rambler.ru

Norkina O. V.
Kindergarten no. 97.
Ul. Metallургов, 11, Bratsk, Russia, 665724.
E-mail: mdou-97@rambler.ru