

**Исследование уровня адаптации ребенка
к условиям дошкольного образовательного учреждения**
(М.В. Корепанова, Е.В. Харлампова «Диагностика развития и воспитания
дошкольников в Образовательной системе «Школа 2100»)

С поступлением ребенка в дошкольное учреждение в его жизни происходит множество изменений: строгий режим дня, отсутствие родителей в течение девяти и более часов, новые требования к поведению, постоянный контакт со сверстниками, новое помещение, таящее в себе много неизвестного, а значит, и опасного, другой стиль общения.

Все эти изменения обрушиваются на ребенка сразу, создавая для него стрессовую ситуацию. Поэтому отсутствие специально организованной адаптационной поддержки может привести к невротическим реакциям, таким как капризы, страхи, отказ от еды, частые болезни, психическая регрессия и т. д.

Сложность приспособления к новым условиям и к новой деятельности и высокая цена, которую платит организм ребенка за это приспособление, диктуют необходимость предусмотреть все факторы, способствующие адаптации ребенка к дошкольному учреждению либо, наоборот, мешающие ей или ее замедляющих.

Адаптация в широком смысле - это приспособление к окружающим условиям. Она имеет два аспекта: биологический и психологический.

Биологический аспект включает приспособление к устойчивым и изменяющимся условиям среды (температуре, освещенности и т. д.), а также к изменениям в организме, например заболеванию, потере какого-либо органа или ограничению его функций. Вместе с тем у человека обнаруживаются способности к произвольной психической регуляции некоторых биологических процессов и состояний, что расширяет его адаптационные возможности.

Психологический аспект подразумевает приспособление человека как личности к жизни в обществе в соответствии с нормами этого общества и с собственными потребностями, мотивами и интересами. Психологическая адаптация осуществляется путем усвоения норм и ценностей данного общества (как в широком смысле, так и применительно к ближайшему социальному окружению - общественной группе, семье, трудовому коллективу). Ее проявления обнаруживаются прежде всего во взаимодействии человека с окружающими людьми и его активной деятельности. Важнейшим средством достижения психологической адаптации является образование и воспитание. Процесс психологической адаптации проходит каждый человек в ходе своего индивидуального развития и профессионально-трудового становления.

Адаптация нужна в тех ситуациях, когда возникает противоречие между нашими возможностями и потребностями среды. Выделяют *три стиля*, с помощью которых человек может адаптироваться к среде:

- а) **творческий стиль**, когда человек старается активно изменять условия среды, приспособляя ее к себе, и таким образом приспособляется сам;
- б) **конформный стиль**, когда человек просто привыкает, пассивно принимая все обстоятельства и требования среды;

в) **избегающий стиль**, когда человек пытается игнорировать требования среды, не хочет или не может приспосабливаться к ним.

Наиболее оптимальным является творческий стиль, наименее оптимальным - избегающий.

В ходе комплексного исследования, проведенного учеными в разных странах, было выделено три фазы адаптационного процесса:

1. Острая фаза: сопровождается разнообразными колебаниями в соматическом состоянии и психическом статусе, что приводит к снижению веса, более частым респираторным заболеваниями, нарушению сна, снижению аппетита, регрессу в речевом развитии (фаза длится в среднем до месяца).

2. Подострая фаза: характеризуется адекватным поведением ребенка, все «сдвиги» уменьшаются и регистрируются лишь по отдельным параметрам, на фоне незначительно замедленного темпа развития, особенно психического, по сравнению со средними возрастными нормами (продолжительность от 3 до 5 месяцев).

3. Фаза компенсации: характеризуется убыстрением темпа развития, и дети к концу учебного года преодолевают указанную выше задержку в развитии.

При этом различают три степени тяжести прохождения **острой** фазы адаптационного периода:

- **легкая адаптация:** поведение нормализуется в течение 10-15 дней, ребенок соответственно норме прибавляет в весе, адекватно ведет себя в коллективе, не болеет в течение первого месяца посещения детского сада;

- **адаптация средней тяжести:** сдвиги нормализуются в течение месяца, ребенок на короткое время теряет в весе; может наступить однократное заболевание длительностью 5-7 дней, наблюдаются признаки психического стресса;

- **тяжелая адаптация:** длится от 2 до 6 месяцев; ребенок часто болеет, теряет уже полученные навыки, может наступить как физическое, так и психическое истощение организма.

Именно поэтому необходимо проводить раннюю диагностику адаптированности ребенка к условиям дошкольного учреждения. Она поможет целенаправленно организовать жизнь, как младшего, так и старшего дошкольника в детском саду, найти правильный и безболезненный способ приспособления ребенка к новым условиям, сформировать у него навыки общения со сверстниками и, в итоге, положительное отношение к детскому саду.

Диагностика уровня адаптированности ребенка к дошкольному учреждению

Полученный балл	Ф. И. ребенка	Психологические критерии адаптированности ребенка к ДОО														
		Общий эмоциональный фон поведения			Познавательная и игровая деятельность			Взаимоотношения со взрослыми			Взаимоотношения с детьми			Реакция на изменение привычной ситуации		
	Баллы	3	2	1	3	2	1	3	2	1	3	2	1	3	2	1
		положительный	неустойчивый	отрицательный	активен	активен, при поддержке взрослого	пассивен / реакция протеста	инициативен	принимает инициативу взрослого	уход от взаимоотношений	инициативен	вступает в контакт при поддержке взрослого	пассивен / реакция протеста	принятие	тревожность	непринятие

Набранные баллы суммируются. Сумма делится на 5 (количество критериев). Число, полученное в результате деления, соотносится со следующими показателями:

2,6-3 балла - высокий уровень адаптированности. У ребенка преобладает радостное или устойчиво спокойное эмоциональное состояние. Он активно контактирует с взрослыми, детьми, окружающими предметами, быстро адаптируется к новым условиям (незнакомый взрослый, группа сверстников, новое помещение).

1,6-2,5 балла - средний уровень адаптированности. Эмоциональное состояние ребенка нестабильно: новый раздражитель возвращает отрицательные эмоциональные реакции. Однако при поддержке взрослого ребенок проявляет познавательную и поведенческую активность, легче адаптируется к новой ситуации.

1—1,5 балла - низкий уровень адаптированности. У ребенка преобладают агрессивно-разрушительные реакции, направленные на выход из ситуации (двигательный протест, агрессивные действия), выраженное эмоциональное состояние (плач, негодующий крик), либо, напротив, отсутствует активность, инициативность, при более или менее выраженных отрицательных реакциях (тихий плач, хныканье, отказ от активных движений, отсутствие попыток к сопротивлению, пассивное подчинение, подавленность, напряженность).