

Возрастные психологические особенности дошкольника от 3 до 6 лет

Трудности социальной адаптации

Адаптация социальная (в психологии развития) — лат. *adaptare* — приспособлять; *socialis* — общественный — процесс и результат приспособления ребенка к жизни в обществе. В младенчестве общество представлено в жизни ребенка семейным окружением. В процессе взросления в жизни и развитии ребенка возрастает значение более широкого социального окружения: другие взрослые (не только родители) и сверстники, с которыми он сталкивается в тех или иных ситуациях. Новый уровень социальной адаптации связан с поступлением ребенка в детский сад, школу. Успешная социальная адаптация возможна только благодаря достижению определенного уровня психического развития, но и само психическое развитие может нормально осуществляться только при условии достаточно успешной адаптации¹.

Зависимость — повышенная привязанность ребенка к взрослому. В рамках американской психологии особенно отмечается стремление ребенка к вниманию, близости и одобрению взрослых, а не к удовлетворению других потребностей. Различают инструментальную и эмоциональную зависимость. Многие авторы рассматривают в качестве признаков зависимости: поиски физического контакта; стремление быть поблизости; поиски внимания; поиски оценки и одобрения; протест против разлуки; поиск помощи; задавание вопросов, однако, мотивы двух последних проявлений неоднозначны. Критерием может служить тот факт, что зависимый ребенок в действительности не нуждается в помощи или информации самих по себе и они служат для него средством для контактов со взрослыми².

Родителям

Адаптация ребенка к изменениям социальной среды — процесс, который требует участия со стороны родителя, особенно на этапе дошкольного детства,

¹ Венгер А.Л. Психология развития. Психологический лексикон. Энциклопедический словарь в шести томах / Ред.-сост. Л.А. Карпенко; под общ. ред. А.В. Петровского. М.: ПЕР СЭ, 2005. 176 с.

² Там же.

когда ребенок еще не всегда может понять, что именно происходит, с чем связано изменение настроения, в чем причина беспокойства.

Проявления в поведении ребенка, которые могут свидетельствовать о трудностях в адаптации: нежелание идти в сад, изменение настроения, отказ от выполнения привычных действий, агрессивное поведение, обидчивость, плаксивость без явных причин, снижение или повышение активности, аппетита.

С целью помощи ребенку в адаптации родитель может:

1. Подготовить ребенка к изменениям: если речь идет о поступлении ребенка в детский сад, то родителю необходимо обратить внимание на соответствующий распорядок дня и начать ему следовать заранее, в среднем за 3 недели.

2. Введение распорядка дня может сопровождаться визуальным расписанием, содержащим иллюстрации привычных действий ребенка, которые можно расположить в определенной последовательности (вам понадобится: фото или картинки привычных дел ребенка, магнитная доска или липкая лента, обозначение времени — по часам или утро, день, вечер). Предложите ребенку участвовать в составлении расписания, какие-то дела могут быть четко зафиксированными, а какие-то — с возможностью выбора, например: «играем или гуляем сейчас?», предложите ребенку приклеить или прикрепить на доску соответствующую его выбору иллюстрацию.

3. Проведите с ребенком беседу, объясните ему, почему он отправляется в сад, к кому там он может обратиться в случае трудностей, познакомьте его заранее с новой средой, возможно посещение учреждения для экскурсии.

4. С целью обеспечения комфорта и безопасности ребенок может взять в сад свою любимую игрушку или какую-то вещь, которая для него ассоциируется с безопасностью, предложите взять с собой какую-то привычную еду.

5. Обратите внимание на поведение ребенка после посещения детского сада, спросите его о новых друзьях, интересных играх, о том, что ему показалось необычным в саду.

6. В первые дни вы можете посещать сад вместе с ребенком на короткое время, а затем предлагать ему оставаться там самостоятельно (сначала также на

короткое время), однако важно проговаривать для ребенка всю последовательность действий заранее, обращать внимание на ключевые шаги.

Эти действия позволят сделать новую среду для ребенка более безопасной и понятной.