

# Как помочь малышу адаптироваться к условиям детского сада



**Постараемся облегчить серьёзную перемену в жизни, которую приносит посещение детского дошкольного учреждения**





Детский сад — не просто место, где есть воспитатели и группа ребятшек, куда предстоит ходить и вашему малышу. Прежде всего, здесь ребенка ждут новые социальные отношения. И разбираться во всех тонкостях этих самых отношений, налаживать контакты придется уже без помощи мамы и папы, а са-мо-му. Такое с малышом случается впервые в жизни. Большинство родителей уверены, что подготовка ребенка к детскому саду складывается из трех полезных частей: закалить малыша, приучить к правильному режиму и привить навыки самообслуживания. Разумеется, это все правильно. Однако куда важнее бывает психологический позитивный настрой родителей на посещение детского сада их малышом.



## Малыш огорчается...

Чтобы лучше подготовитъ малыша к детскому саду, давайте выясним, с какими эмоциональными проблемами он столкнется.

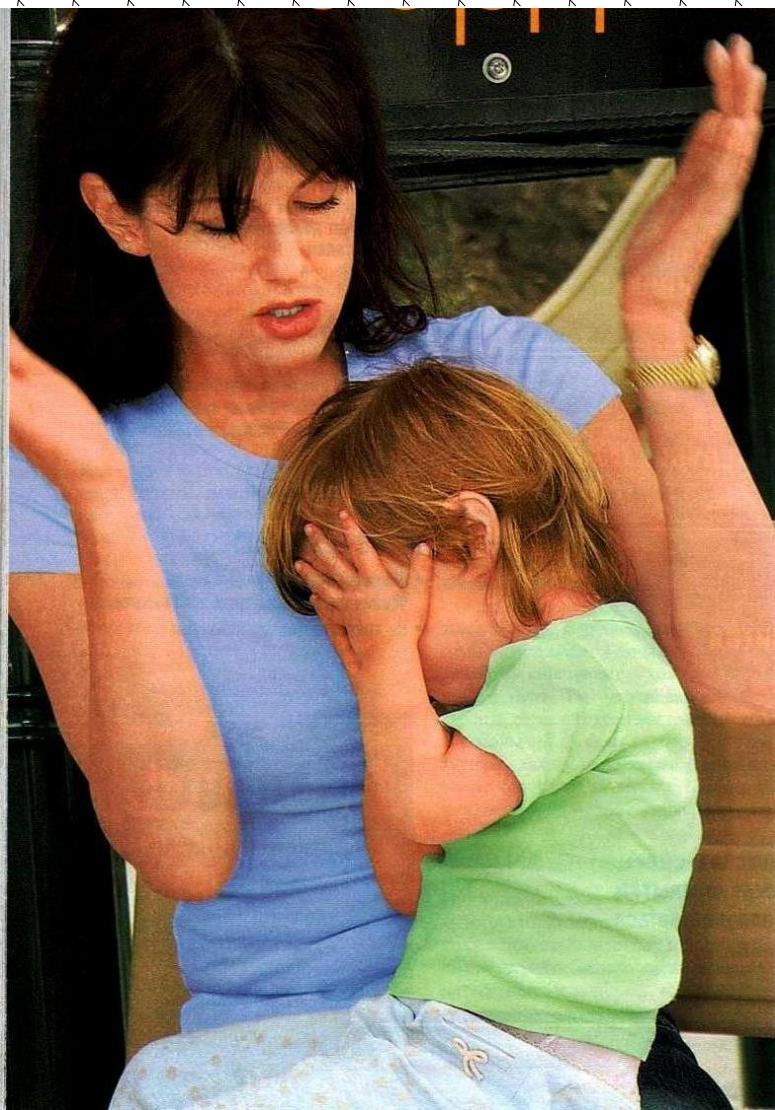
1. Поначалу сад для ребенка — это Неизвестное место, куда его приводят и где он остается один. Впервые! Кроха остро чувствует свое одиночество, потому что все и всё вокруг чужое.

2. И хотя вокруг много добрых людей, он еще должен узнать их и поверить им, найти свой правильный способ, как с ними общаться и сосуществовать.

3. Ребенок не понимает, почему его оставляют там, где ему быть не хочется. „Может быть, меня наказали? Может быть, меня уже не любят?“ — вряд ли малыш спросит вас так, но в голове у него вертятся эти вопросы.

4. Ему становится страшно. Страх одиночества и страх утраты может проявиться как угодно: слезами, буйными выходками, отрешенностью.

5. Малыш как бы замыкается на себе и ждет, ждет, ждет...



6. Ребятишки не ориентируются во времени, поэтому утешение вроде „За тобой скоро придут" не успокаивает: у взрослых и у детей „скорости" разные.

7. Малыш помимо прочего испытывает еще и стыд. После 3 лет ребенок уже способен стыдиться неправильных поступков. А какие здесь, в этом Незнакомом месте, считаются правильными, какие нет — он не понимает.

8. Поскольку кроха многого не знает и не умеет, он страдает еще и из-за этого.

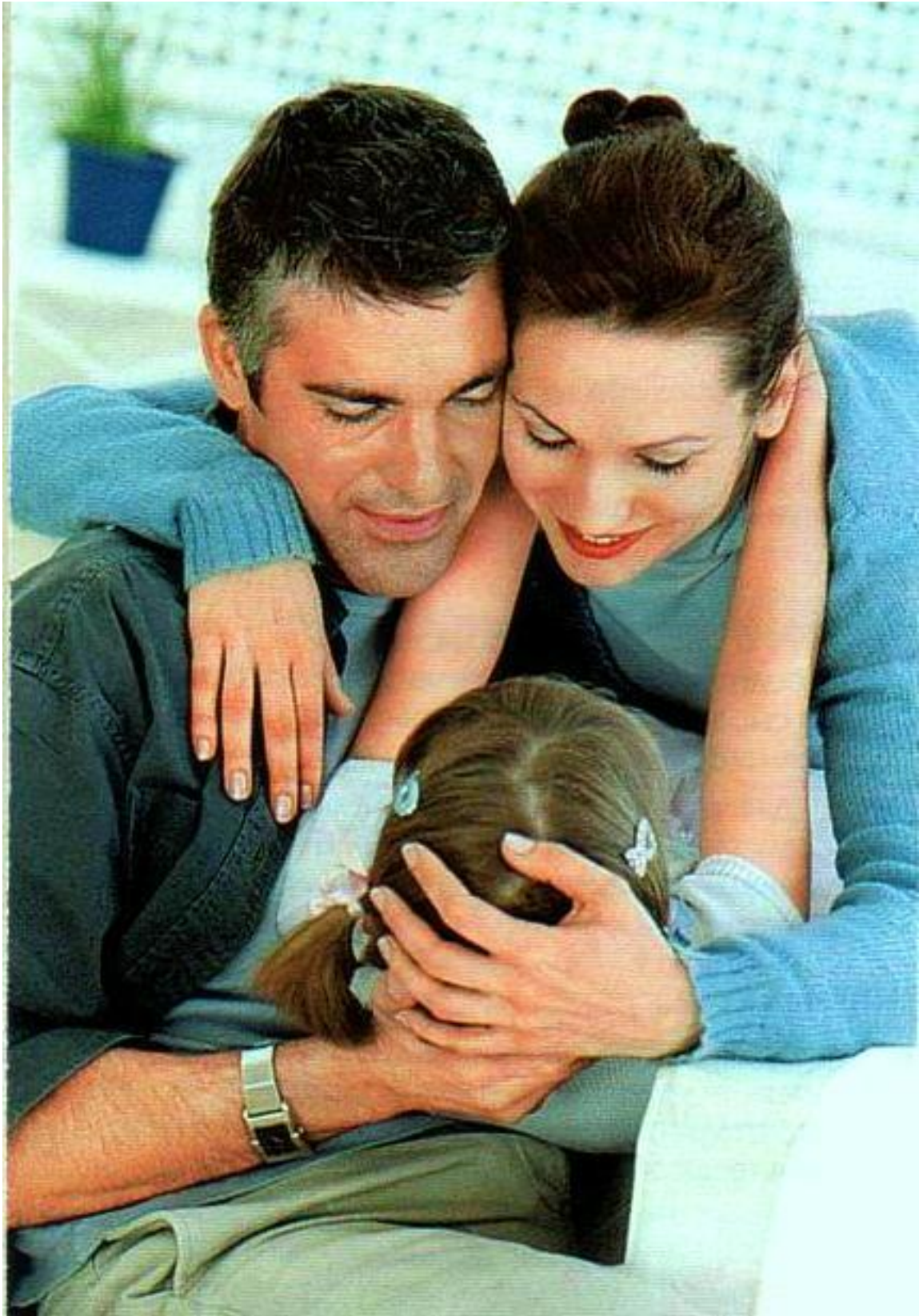
9. Находиться постоянно, с утра до вечера, „в толпе" он тоже еще не привык.

10. Дошколята ценят порядок и стабильность, а тут все для него перепутано, все „неправильно", не так и не то...



**Внутри малыша создается такое нервно-эмоциональное напряжение, что его обязательно надо снимать. Думается, в первую очередь ЭТО, а не микроклимат и микробы заставляют новичка так часто болеть.**



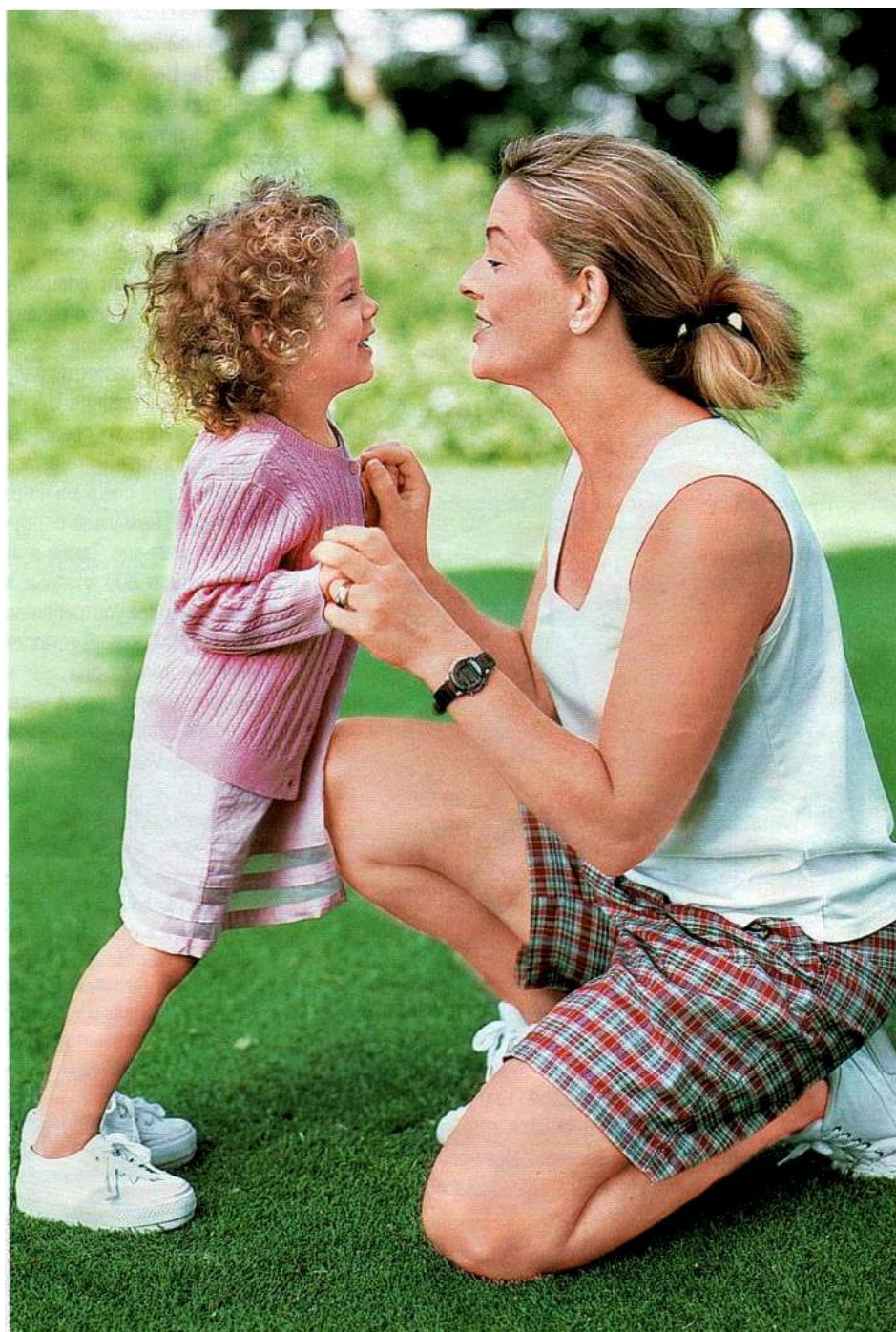


**Эту большую часть мучительных для ребенка проблем можно решить или хотя бы смягчить их остроту лишь в том случае, если их осознают сами мама и папа.**

## Эти рекомендации помогут решить некоторые проблемы

- У Если ребенок плачет и не отпускает маму — пусть его приводит в сад кто-то другой (папа, бабушка-дедушка). Так будет проще вам обоим.
- У Появились проблемы с „тихим часом"? Принесите с собой мягкую игрушку, с которой кроха спит дома, и оставьте под подушкой малыша.
- У Сын или дочь отказываются от еды? Попросите воспитательницу и няню не настаивать и не уговаривать. К новой пище ребенку тоже надо привыкнуть. А пока кормите завтраками дома.
- У Малыш не умеет сам одеваться? Не страшно: в компании дети обучаются быстрее. Главное—попросите, чтоб его не критиковали и не высмеивали. И вы не стыдите ребенка, значительно продуктивнее — убедить, что сегодня у него получается лучше, чем вчера.
- У Вернувшись домой, карапуз ведет себя слишком бурно (разбрасывает вещи, бьет игрушки, дерзит)? Не спешите призывать его к порядку. Скорее всего, таким образом, он выплескивает отрицательные эмоции, накопившиеся за день.
- У Если малыш дома затих, даже затаился, помогите ему прийти в себя и выразить свои чувства. Спросите: „Тебе было страшно?", „Ты грустил, потому что не знал, когда я приду?" или „Ты сильно испугался? Я тебя понимаю..." Скорее всего, новичок от таких расспросов сначала расплачется, но это слезы облегчения. Детям важно знать, что их понимают и не осуждают.
- У Кроха вспомнил старое (просит бутылочку с молоком, сосет палец)? Позвольте ему делать это. Состояние, которое называют „впасть в детство", помогает расслабиться и успокаивает малышей. Поводом для волнения это может стать в том случае, если и через месяц он не откажется от старой привычки.
- У Если ребенок по дороге в сад начинает хныкать и замедлять шаги, не уговаривайте его (это только усилит внутреннее напряжение), а... похвалите. Скажите, например: „Умница, теперь я вижу, какой ты у меня большой и храбрый..."или „Какой ты молодец, а вот я на твоём месте, наверно, ревела бы, а ты смелый, ..." и т.д. Это тот случай, когда полезно заговаривать зубы. А главное, мамины слова придают ребенку уверенность. Ведь Сильный человек (даже если речь о малыше) справится с трудностями.





При организации посещения детского сада родителям следует обратить внимание на следующие моменты:

1. Возможно, системы воспитания в вашей семье и детском саду принципиально отличаются. Надо хорошо подумать, какую систему стоит корректировать, а какую - менять. Можно открыто поговорить о своих сомнениях с воспитателем. Если вы согласны с тем, что нужно менять вам, то начинайте это делать активно. Если вы решите, что нужно менять детский сад, то это лучше сделать быстрее.



2. В группе могут быть дети, которые мешают вашему ребенку, а у него нет навыка, отстаивать собственную позицию. Не спешите в этом случае говорить с родителями, воспитателями или убирать ребенка из группы. Попробуйте научить своего ребенка вести себя так, чтобы выйти из-под влияния того, кто мешает. Это будет более эффективный способ, поскольку агрессивные дети встречаются практически в любом коллективе. Однако, если ваши усилия будут недостаточны, попытайтесь открыто без агрессии, но стремясь прийти к сотрудничеству, переговорить с воспитателями группы и родителями ребенка.



Еще одной причиной неудач при посещении детского сада может быть то, что при всех ваших условиях вы не смогли вселить в своего ребенка уверенность, что он безоговорочно любим вами. Тогда стоит понаблюдать за собой и, возможно, обратиться к психологу. Доказано, что практически все проблемы, которые есть у ребенка, являются не его проблемами, а проблемами его родителей. И если родители не готовы к жизни, то ребенок оказывается не готов к детскому саду.