

Консультация для родителей

«Ребенок пошел в детский сад»

Существует несколько причин, почему ребенок должен ходить в детский сад.

Причина № 1: Учится общаться с другими детьми. Общаясь со сверстниками, ребенок попадает в разные ситуации и учится вести себя соответственно: как справиться с обидой или злостью, отстаивать свои интересы, как дружить и как мирно уживаться с теми, кто тебе неприятен. Он преодолевает естественный эгоцентризм, привыкая мыслить не только категориями “я” и “мое”, но также “мы” и “наше”.

Причина № 2: Постигает нормы социальной жизни. Что такое хорошо и что такое плохо, малыш познает не только на своем опыте, но и наблюдая за поведением других детей.

Причина № 3: Учится признавать авторитет “чужого” взрослого. Это важно для дальнейшей жизни, где будет много учителей, затем преподавателей в институте, руководителей и начальников.

Причина № 4: Развивается как личность. Конечно, и дома, с бабушкой, мамой или няней, ребенок тоже развивается. Но дело в том, что для человека другой человек является “зеркалом”: поведение одного вызывает отклик другого. И если “зеркал” много (как в группе детского сада), развитие происходит быстрее.

Причина № 5: Получает знания и опыт.

Причина № 6: Становится более самостоятельным. В детском саду дети усваивают навыки самообслуживания гораздо быстрее, чем дома.

Причина № 7: Это важно для семьи. Родители ребенка, который посещает детский сад, могут работать.

Когда пора в детский сад?

В 3 года ребенок переживает кризис развития, который так и называется “кризис трех лет”. И хотя трехлетки привыкают к детскому саду быстрее, чем двухлетки, кризис осложняет адаптацию. Но в целом 3 года – неплохое время для начала посещения садика.

Почему ребенок отказывается идти в детский сад

Иногда все признаки выступают вместе, порой – в разных сочетаниях. Но все они достойны того, чтобы задуматься. Почему же он не хочет в детский сад и как можно ему помочь? Игнорировать проблему ни в коем случае нельзя.

Причины:

1. Адаптационный синдром

1. *Эмоции.* В первые дни пребывания в детском саду гораздо сильнее выражены отрицательные эмоции: от хныканья “за компанию” до постоянного приступообразного плача. Дольше всех сохраняется хныканье, с помощью которого

ребенок стремится выразить протест против расставания с родными. Особенно яркими становятся проявления страха (малыш явно боится идти в садик, боится воспитателя или того, что мама за ним не вернется), гнева (когда он вырывается, не давая себя раздеть, и даже может ударить взрослого, собирающегося оставить его), депрессивные реакции (“замороженность”, “заторможенность”, эмоций как будто нет вообще). Поначалу ребенок испытывает мало положительных эмоций. Он очень расстроен расставанием с мамой и привычной средой. Если он и улыбается, то в основном это реакция на новизну или на яркий стимул (необычная игрушка, “одушевленная” взрослым, веселая игра). Наберитесь терпения! На смену отрицательным эмоциям обязательно придут положительные свидетельствующие о завершении адаптационного периода.

2. *Контакты со сверстниками и воспитателем.* У ребенка снижается социальная активность. Даже общительные, оптимистичные дети становятся напряженными, замкнутыми, беспокойными. Нужно помнить, что малыши 2–3 лет играют не вместе, а рядом. У них еще не развита сюжетная игра, в которую включались бы несколько детей. Лучше всего в этом возрасте им удаются такие “игры”, как совместный визг, беготня, повторение друг за другом стереотипных действий. Поэтому не стоит расстраиваться, если ваш ребенок пока не общается с другими детьми.

3. *Познавательная активность.* Первое время познавательная активность бывает снижена или и вовсе отсутствует на фоне стрессовых реакций. Иногда ребенок не интересуется даже игрушками. Многим требуется посидеть в сторонке, чтобы сориентироваться в окружающей обстановке.

4. *Навыки.* Под влиянием новых внешних воздействий малыш может на короткое время “растерять” навыки самообслуживания (умение пользоваться ложкой, носовым платком, горшком и т. д.). Успешность адаптации определяется тем, что ребенок не только “вспоминает” забытое, но вы с удивлением и радостью замечаете новые достижения.

5. *Особенности речи.* У некоторых детей словарный запас скудеет или появляются “облегченные” слова и предложения. Не волнуйтесь! Речь восстановится и обогатится, когда адаптация будет завершена.

6. *Двигательная активность.* Она редко сохраняется прежней. Некоторые дети становятся “заторможенными”, а некоторые – неуправляемо активными.

7. *Сон.* Если ребенка оставить на дневной сон, то первые дни он будет засыпать плохо. Дома может отмечаться беспокойный дневной и ночной сон.

8. *Аппетит.* Поначалу может быть пониженный аппетит. Это связано с непривычной пищей (непривычен и вид, и вкус), а также со стрессовыми реакциями – малышу просто не хочется есть.

9. *Здоровье.* Снижается сопротивляемость организма инфекциям, и ребенок заболевает в первый месяц (а то и раньше) посещения садика. Однако болезнь, как правило, протекает без осложнений.

Чем можно помочь

1. В присутствии ребенка всегда отзывайтесь положительно о воспитателях и садике.
2. В выходные дни не меняйте режим дня. Можно дать поспать ему чуть дольше, но не нужно позволять “отсыпаться”.
3. Не отучайте малыша от “дурных” привычек (например, от соски) в период адаптации, чтобы не перегружать его нервную систему. У него в жизни сейчас слишком много изменений, и лишнее напряжение ни к чему.
4. Постарайтесь создать дома спокойную, бесконфликтную обстановку. Чаще обнимайте ребенка, гладьте по головке, говорите ласковые слова.
5. Будьте терпимее к капризам. Они возникают из-за перегрузки нервной системы.
6. Дайте с собой в садик небольшую игрушку (лучше мягкую). У детей формируется восприятие игрушки как “заместителя” мамы.
7. Призовите на помощь сказку или игру. Вы можете придумать свою сказку о том, как маленький мишка впервые пошел в садик, и как ему сначала было неуютно и немного страшно, и как потом он подружился с детьми и воспитателями.
8. Облегчите режим. Если вы видите, что ребенку сложно, он стал еще более капризным, скорректируйте режим. Например, сделайте дополнительный “выходной день” в среду или пятницу. Забирайте по возможности пораньше, лучше сразу после полдника.

9. Спокойное утро

Больше всего родитель и ребенок расстраиваются при расставании. Как организовать утро, чтобы день и у мамы, и у малыша прошел спокойно? Главное правило таково: спокойна мама – спокоен ребенок.

- И дома, и в садике разговаривайте с малышом доброжелательно, уверенно. Проявляйте дружелюбную настойчивость при пробуждении, одевании, а в саду – при раздевании. Говорите не слишком громко, но уверенно, озвучивая все, что вы делаете. Иногда хорошим помощником при пробуждении и сборах является та самая игрушка, которая идет с малышом в садик. Видя, что зайчик “так хочет в садик”, малыш заразится его хорошим настроением.

- Пусть малыша отводит тот родитель или родственник, с которым ему расстаться легче.

- Обязательно скажите, что вы придете, и обозначьте когда (после прогулки, или после обеда, или после того, как он поспит и покусает).

- У вас должен быть свой ритуал прощания (например, поцеловать, помахать рукой, сказать “пока”).

2.Причина: Сложные отношения с воспитателем

Чем можно помочь

Поговорить с воспитателем: нужно!

Часто родители не хотят разговаривать с воспитателем из опасений, что та потом “отыграется” на ребенке. Но такая позиция лишь маскирует их неуверенность в себе и неумение отстаивать свою точку зрения. Иногда события принимают такой оборот, что родители просто обязаны во всем разобраться и, если нужно, защитить интересы малыша. Есть хорошее правило: если у тебя конфликт с другими детьми, справляйся сам, мы можем помочь только советом; но если тебя обижает взрослый, то тут наша очередь действовать. В каких ситуациях необходимо разговаривать с педагогом?

1. Если произошел единичный, но серьезный случай, который повлек или мог повлечь физический или моральный вред для ребенка.
2. Если что-то тревожащее повторяется систематически: беспричинные, на ваш взгляд, наказания, предвзятое или неуважительное отношение к ребенку.

3.Причина: Нелюбимая еда

Основу питания в детском учреждении составляют каши, супы, разного рода запеканки, тушеные овощи и котлеты.

Каждый ребенок индивидуален, с этим никто не спорит. Индивидуальность проявляется в том числе и в степени ощущений.

Взрослым только кажется, что ребенок отказывается есть из-за упрямства. На самом деле, чтобы включился нормальный физиологический процесс переваривания пищи, нужно немало. Во-первых, чтобы нравился запах (обонятельная система). Во-вторых, чтобы блюдо выглядело аппетитным (зрительное восприятие). Уже в этот момент начинается выработка слюны и желудочного сока.

Чем можно помочь

Многое, конечно, зависит от воспитателей. Именно с ними разговариваем мы, психологи, чтобы повысить их психологическую грамотность. Ее основы заключаются в простых принципах: не заставлять, не пугать, не сравнивать, не наказывать бесконечным сидением над тарелкой, а лишь доброжелательно предлагать и стараться вызвать к еде интерес и положительные эмоции. Не получается – оставить все, как есть. Не ест сейчас, значит, поест потом дома. Что же могут сделать родители?

Рекомендации для ситуации, когда проблема только-только проявилась

1. Пока ребенок адаптируется к детскому саду, не нужно утром кормить его дома.
2. Лучше подготовиться заранее. При подготовке ребенка к детскому саду нужно знакомить его с едой, которую там будут давать.
3. Не делайте из еды культа. Иначе говоря, не делайте тему питания напряженной. Не спрашивайте постоянно, что он ел или почему не ел снова. Это может лишь закрепить проблему, ведь ребенок чувствует вашу тревогу.
4. Не ругайте ребенка!

Если ребенок продолжительно отказывается от еды в саду (например, в течение нескольких недель) и прогресса не наблюдается, то в силу вступают иные рекомендации

1. Перестройте режим питания и нахождения ребенка в детском саду. Обязательно кормите его с утра, чтобы он не был голоден хотя бы первую часть дня. Дома кормите его полноценно.
2. Обязательно посетите гастроэнтеролога. В случаях с “плохим аппетитом” нередко выявляются особенности функционирования желудочно-кишечного тракта.
3. Обязательно поговорите с воспитателями! Они часто стараются накормить ребенка любой ценой, боясь претензий родителей. Так вот, они должны знать о том, что претензий по этому поводу у вас не будет!

4.Причина: Гиперопека в семье

Привязанность и любовь ребенка к своим родным – неоспоримое благо. Именно эта взаимная любовь помогает ему расти и крепнуть. Но где та грань, когда привязанность становится слишком сильной, почти проблемной? Пока ребенок находится в домашнем мирке, это может быть неочевидным. Но как только он выходит в “большой мир” (а детский сад – это его часть), то многое становится ясным. Ребенок, привыкший быть ведомым, не может действовать активно. Он тревожен, безынициативен, пуглив в отсутствие “группы поддержки”. Он “замирает” и переживает ситуацию, где он один, никак не пытаясь вписаться в нее.