



# Новое воспринимается всегда сложно...

Детский сад - новый период в жизни ребенка. Для малыша это прежде всего, первый опыт коллективного общения. Новую обстановку, новых людей не все дети принимают сразу и без проблем. Большинство из них реагируют на детский сад плачем. Одни легко входят в группу, но плачут вечером дома, другие - соглашаются идти в детский сад с утра, а перед входом в группу начинают капризничать и плакать. Чем старше ребенок, тем быстрее он способен адаптироваться.

Существуют определенные причины, которые вызывают слезы у ребенка:

- **Тревога, связанная со сменой обстановки** (ребенок до трех лет еще нуждается в усиленном внимании. При этом из привычной домашней атмосферы, где мама рядом и в любой момент может прийти на помощь, он перемещается в незнакомое пространство, встречает пусть и доброжелательных, но чужих людей) и **режима** (ребенку бывает сложно принять нормы и правила жизни группы, в которую он попал. В детском саду приучают к определенной дисциплине, а в домашних условиях она не была так важна. К тому же личный режим дня ребенка нарушается, это может провоцировать истерики и нежелание идти в ДОУ).
- **Отрицательное первое впечатление о посещения детского сада.** Оно может иметь решающее значение для дальнейшего пребывания ребенка в дошкольном учреждении.
- **Психологическая неготовность ребенка к детскому саду.** Эта проблема наиболее трудная и может быть связана с индивидуальными

особенностями развития. Чаще всего это происходит, когда ребенку не хватает эмоционального общения с мамой.

- **Отсутствие навыков самообслуживания.** Это сильно осложняет пребывание ребенка в детском саду.
- **Избыток впечатлений.** В ДОУ малыш испытывает много новых позитивных и негативных переживаний, он может переутомиться и в следствие этого - нервничать, плакать, капризничать.
- **Личное неприятие воспитателя или воспитателей.** Такое явление не следует рассматривать как обязательное, но оно возможно.

### Способы уменьшить стресс ребенка.

В первые дни не следует оставлять малыша в детском саду больше двух часов. Время пребывания нужно увеличивать постепенно. По прошествии 2-3 недель (данный период индивидуален для каждого ребенка), учитывая желание малыша, можно оставить его на целый день в ДОУ.

Каждый раз после прихода из детского сада необходимо спрашивать ребенка о том, как прошел день, какие он получил впечатления. Обязательно нужно акцентировать внимание сына или дочки на положительных моментах, так как родители такими короткими замечаниями способны сформировать у них позитивное отношение к дошкольному учреждению.

Если малыш плачен, стоит взять его на руки, успокоить - вероятно, ему не хватает прикосновений матери, которых совсем недавно было гораздо больше.

Желательно укладывать ребенка спать пораньше. Поблизости с ним подольше перед сном, поговорить о садике. Можно с вечера условиться, какие игрушки он возьмет с собой в детский сад, вместе решить, какую одежду он наденет утром.



В выходные стоит придерживаться режима дня, принятого в ДОУ, повторять все виды деятельности, которым малыш уже обучился.

Желательно дать ребенку пару дней отдыха, если он категорически отказывается идти в детский сад. Все это время надо рассказывать о садике, о том, как много интересного его ждет там. Пусть эти разговоры будут эмоционально окрашены., они помогут успокоить малыша.

### Типичные ошибки родителей.



Родители отдавая сына или дочь в дошкольное учреждение, часто сталкиваются с трудностями. Рассмотрим типичные ошибки и способы их предотвращения.

В первую очередь не готовность родителей к негативной реакции ребенка на дошкольное учреждение. Родители бывают напуганы плаксивостью ребенка, растеряны, ведь дома он охотно соглашался идти в детский сад. Надо помнить, что для малыша - это первый опыт, он не мог заранее представить себе полную картину, что плаксивость - нормальное состояние дошкольника в период адаптации к детскому саду. При терпеливом отношении взрослых она может пройти сама собой.

Частой ошибкой родителей является обвинение и наказание ребенка за слезы. Это не выход из ситуации. От старших требуется только терпение и помощь. Все, что нужно малышу, - это адаптироваться к новым условиям.

В первое время, когда ребенок только начинает ходить в детский сад, не стоит также планировать важных дел, лучше отложить выход на работу. Родители должны знать, что сын или дочь могут привыкать к садикам 2-3 месяца. Еще одна ошибка родителей - пребывание в состоянии обеспокоенности, тревожности. Они заботятся об общественном мнении, испытывают внутренний дискомфорт, волнуются, что недостаточно хороши в роли «мамы» «папы». Прежде всего, им нужно успокоиться. Дети моментально чувствуют, когда родители волнуются, это

состояние передается им. Родителям очень важно понимать, что ребенок проходит адаптацию к новым условиям жизни. Стоит избегать разговоров о слезах малыша с другими членами семьи в его присутствии. Кажется, что сын или дочь еще очень маленькие и не понимают взрослых разговоров. Но дети на тонком душевном уровне чувствуют обеспокоенность мамы, и это еще больше усиливает детскую тревогу.

Пониженное внимание к ребенку также является типичной ошибкой родителей. Довольные работой ДОО, некоторые мамы облегченно вздыхают и уже не так много внимания, как раньше, уделяют малышу. Рекомендуется, наоборот, как можно больше времени проводить с ребенком в этот период его жизни. Этим мама показывает, что нечего бояться, потому что она все также рядом.

Когда малыш начинает весело говорить о садике, читать стихи пересказывать события, случившиеся за день, это верный знак того, что он освоился. Сколько по времени будет продолжаться адаптационный период сказать трудно, потому что все дети проходят его по-разному. Но привыкание к дошкольному учреждению - это также тест и для родителей, показатель того на сколько они готовы поддержать ребенка, помогать ему преодолевать трудности.

Самое главное назначение детского сада в том, чтобы дать ребенку возможность общаться и играть со сверстниками. И каким не был детский сад хорошим, не допускайте непоправимую ошибку - не считайте, что он заменяет семью!

