

КАК ПОДГОТОВИТЬ К ДЕТСКОМУ САДУ ЗАМКНУТОГО РЕБЁНКА

Замкнутый ребенок не хочет и не знает, как общаться, поэтому забота взрослых по развитию такого ребенка должна быть, прежде всего, направлена на развитие желания общаться и развитие коммуникативных навыков.

Замкнутость ребенка выступает в поведении достаточно рано и обычно имеет в раннем возрасте такие предпосылки, как беспокойство, эмоциональная неустойчивость, плаксивость общий сниженный фон настроения, ухудшение аппетита и нарушение сна в связи с малейшими изменениями в жизни ребенка (переезд на дачу, поездка в гости и т. п.). Для замкнутых детей характерны также страх перед чужими людьми, долго не проходящее беспокойство и скованность при попадании в новую ситуацию.

Как правило, замкнутый ребенок очень привязан к матери и очень болезненно переносит даже непродолжительное ее отсутствие.

При общении с замкнутым ребенком:

Расширяйте круг общения вашего ребенка, приводите его в новые места и знакомьте с новыми людьми;

Подчеркивайте преимущества и полезность общения, рассказывайте ребенку, что нового и интересного вы узнали, а также, какое удовольствие получили, общаясь с тем или иным человеком;

Стремитесь сами стать для ребенка примером эффективного общающегося человека.

Работа по преодолению замкнутости достаточно сложна и долговременна. Чудес не бывает, и замкнутость вашего ребенка не пройдет за один день по взмаху «волшебной палочки». Поэтому наберитесь терпения и подготовьтесь к длительной работе, которая должна проходить постоянно в ходе вашего общения с ребенком.



КАК ПОМОЧЬ РЕБЕНКУ АДАПТИРОВАТЬСЯ К ДЕТСКОМУ САДУ

Можете ли вы представить, каковы впечатления ребенка, впервые попавшего в детский сад?

Представьте себе, что вы попадаете в незнакомый город с путаницей улиц, наполненный своими жителями, причем они больше вас, а есть просто гиганты. Гиганты проявляют к вам особый интерес, но их намерения пока не ясно — добрые они или не очень.

Их так много, все о чем-то говорят, бегают, иногда плачут, и нет такого места, где можно было бы от всего этого кошмара спрятаться, и нет ни одного знакомого, близкого человека, который бы объяснил, что это за люди и что за город. Помог, поддержал.

Согласитесь, Картина не из приятных. Но ведь это не что иное, как видение ситуации своего прихода в детский сад трехлетним малышом: действительно, его окружают незнакомые взрослые — воспитатели, няня, медсестра, и не просто окружают, а разговаривают с ним, что-то спрашивают, о чем-то просят, что-то требуют. Иходить по детскому саду боязно — что там, за поворотом?

Безусловно, со временем малыш освоится в новой обстановке, познакомится с детьми, с воспитателем, будет ориентироваться в саду. Кто-то с первого дня почувствует себя «как дома», а у кого-то умение освоится в новой ситуации приведет к нежеланию ходить в детский сад, к конфликтам с детьми, с воспитателем.



Именно поэтому для воспитателя, впервые встречающего новую группу детей особенно важно разобраться, как дети воспринимают себя и свое окружение в детском саду и каким детям может понадобиться помочь в адаптации к детскому саду. Ну и конечно же, важно знать, как эту помочь можно оказать.

Первая обязанность

Очень важно объяснить малышу, почему он должен ходить в сад. Можно сказать, что он теперь большой, и как все большие люди, утром тоже будет уходить по делам. Мама и папа отправятся на работу, старшие дети в школу, а он в садик. Это и будет его первой обязанностью. А можно представить его новую роль как помощник маме, которая теперь сможет ходить на работу, зарабатывать деньги и, кстати, покупать новые игрушки.

Дорога из сада – время для разговоров. Как прошел день, с кем он играл, что ел? Малышу интересно рассказать о том, кто в группе плачет, кто балуется и – обязательно – кто ему нравится. Скорее всего вы и не заметите, как он начнет приносить из сада занимательные истории.

А вот чего делать нельзя: исчезать, пользуясь тем, что ребенок заигрался, шантажировать садом и устраивать незапланированные выходные среди недели. Привыкнуть все-таки проще к тому, что ты понимаешь и осознаешь. Даже если это звучит так: вы поедите, погуляете, поспите – и я приду за тобой.

Главное – это дружба!

Пожалуй, главное в детском саду – это друзья.

Стонг помочь малышу завести друзей как можно скорее. Например, прежде чем отдать его в детский сад на целый день, стоит на протяжении недели – другой походить погулять в этот садик в часы, когда гуляет его будущая группа (разумеется, по договоренности с воспитателем). Пусть у ребенка будет время познакомиться с детьми, привыкнуть к ним, подружиться: большинству все это проще сделать, когда где-то рядом мама, которая может и общую игру предложить, и беседу подстроить так, чтобы мальчики незаметно разговорились. Отправляясь в



садик к знакомым ребятам будет совсем не странно. Позже стоит постараться завести знакомство и с родителями и даже скооперироваться с кем-нибудь, чтобы ходить в детский сад вместе, встречаясь где-нибудь по дороге.

Где мама?

Задолго до детского сада малыш может поверить: мама может уходить, но всегда возвращается. Для «тренировки» попробуйте на короткое время оставить ребенка в компании хороших знакомых, детей и родителей. Только не забудьте предупредить малыша о своей отлучке! Очень пригодятся ребенку и навыки общения с детьми и чужими взрослыми. Поэтому стоит использовать любую возможность завести новые знакомства и расширить круг друзей малыша.



Легкое привыкание

Часто дети сами хотят пойти в детский сад. А как быть с теми, кто отводь не горит желанием туда отправиться? Что ж, сделать привыкание к детскому саду относительно легким можно и в этом случае.

Разговор о детском садике лучше начинать задолго до первого похода туда, и говорить о нем стоит, как о чем-то очень-очень привлекательном (только без вранья и фантазий, чтобы избежать разочарований).

В вашем дворе или у подруг наверняка найдутся дети, которые уже ходят в детский сад. Познакомьте их с вашим малышом, пусть «опытные» детки поделятся своими садовскими впечатлениями. Можно сыграть и на желания большинства детей «вырасти»: «когда ты подрастешь, ты тоже будешь ходить в детский сад». Этот этап взросления можно отметить каким-нибудь дополнительным плюсом: например, разрешить новоиспеченному детсадовцу ложиться на 15 минут позже или самому выбирать, в чем идти в детский сад.

Мама может помочь и привыканию к более или менее казенной обстановке. Сегодня многие воспитатели охотно позволяют родителям провести с ребенком в группе около часа. Хорошо, если вы сами сможете показать малышу его место за столом, кроватку, туалет. И, конечно, игрушки со словами восхищения: как много, какие интересные. В садик можно взять и свою игрушку или книжку, и это будет частичкой дома в пока еще чужом месте.

КАК ПОМОЧЬ АГРЕССИВНОМУ РЕБЁНКУ АДАПТИРОВАТЬСЯ К ДЕТСКОМУ САДУ



Если вы замечаете у своего ребенка проявления агрессивности, необходимо вместе с психологом тщательно проанализировать ее причины, выявить трудности, испытываемые ребенком, по возможности устранимь их, а затем формировать у ребенка недостающие у ребенка умения, навыки, а также установки в отношении других людей.

- ◆ Помните, что запрет и повышение голоса — самые неэффективные способы преодоления агрессивности. Лишь поняв причины агрессивного поведения и сняв их, вы можете надеяться, что агрессивность вашего ребенка будет снята.
- ◆ Дайте ребенку возможность выплеснуть свою агрессию, сместите ее на другие объекты. Разрешите ему поколотить и вы увидите, что в реальной жизни агрессивность в данный момент снизилась.
- ◆ Показывайте ребенку личный пример эффективного поведения. Не допускайте при нем вспышек гнева или нелестные высказывания о своих друзьях или коллегах, строя планы «мести».
- ◆ Пусть ваш ребенок в каждый момент времени чувствует, что вы любите, цените и принимаете его. Не стесняйтесь лишний раз его приласкать или пожалеть его. Ему необходимо знать, что нужен и важен для вас.
- ◆ Помните, что внимательность и огромное терпение со стороны взрослых — обязательное условие успеха.

ПРИЗНАКИ ПСИХО- ЭМОЦИОНАЛЬНОГО НАПРЯЖЕНИЯ

- Трудности засыпания и беспокойный сон;
- Усталость после нагрузки, которая совсем недавно ребенка не утомляла;
- Беспричинная обидчивость, плаксивость или, наоборот, повышенная агрессивность;
- Рассейанность, невнимательность;
- Отсутствие неуверенности в себе, которая выражается в том, что ребенок чаще всего ищет одобрения у взрослых, буквально жметесь к ним;
- Проявление упрямства;
- Постоянно сосет палец, жует что-нибудь, слишком жадно, без разбора, ест, заглатывая при этом пищу (иногда наоборот, отмечается стойкое нарушение аппетита);
- Боязнь контактов, стремление к уединению, отказ участвовать в играх сверстников (часто ребенок бесцельно бродит по групповой комнате, не находя себе занятия);
- Игра с половыми органами; подергивание писчими, качание головой, дрожание рук;
- Сникшие массы тела или, наоборот, проявление симптомов ожирения;
- Повышенная тревожность;
- Дневное и ночное недержание мочи, которое ранее не наблюдалось.



КАК ПОМОЧЬ МЕДЛИТЕЛЬНОМУ РЕБЕНКУ АДАПТИРОВАТЬСЯ К ДЕТСКОМУ САДУ



Если ваш ребенок медлителен, попробуйте изменить свою тактику.

- Главное — не торопить, не подгонять ребенка, не напоминать ему о его медлительности, неловкости;
- Проконтролируйте все элементы режима дня: сон, отдых на воздухе, питание, двигательную активность;
- Помните, вашему ребенку нужно время для «раскачки» (он с трудом просыпается, долго собирается в детский сад — разбудите его пораньше и т. д.) Не конфликтуйте вечером, перед сном, не корите за долгие сборы ко сну;
- Необходимо сделать все, чтобы, осознавая свою медлительность, ребенок в то же время не чувствовал свою ущербность, беспомощность. Помогите ему овладеть необходимыми навыками — самостоятельно одеваться и раздеваться;
- Организовывая работу с медлительным ребенком, не забывайте о перерывах и физкультминутках;
- Нужно облегчить ребенку всех повседневных дел, и помогает в это может четко организованный режим дня. Если ребенок привыкнет (и это требует времени, поэтому изберитесь терпения) в одиночестве вставать и ложиться спать, то спариваться с самим собой ему будет гораздо легче;
- Можно придумать какую-нибудь игру, которая поможет ребенку преодолеть свою медлительность, можно делать вместе, соревнуясь (при этом важно не переборщить и подстроиться под его темп);
- Важно, чтобы взрослые всегда были спокойны и доброжелательны. Можно пошутить над «купушкой», но по-доброму, без раздражения. Можно подчеркнуть это качество у себя, и пусть посмеется ребенок.

Помните, от того что ваши ребенок медлительный, он не «хороший» или «плохой», а просто вот такой, какой он есть и ему нужно помочь адаптироваться к детскому саду, и в школе, и в жизни. При этом вы и сами должны быть достаточно организованы, иначе успеха не будет.