

Консультация

«Ребенок не хочет ходить в детский сад. Что делать?»

«Не хочу в детский с-а-а-а-д! Не пойду-у-у-у!» Эти душераздирающие вопли вы слышите теперь каждое утро. Иногда к воплям добавляются жалобные стоны на тему того, что у драгоценного чадушка болит животик, голова, и вообще его тошнит от сада. В прямом и в переносном смысле слова. А в более тяжелых случаях у ребенка и в самом деле поднимается температура, появляются боли в животе и обостряются хронические заболевания.

Что же делать в такой ситуации? Для начала следует разобраться в причинах того, что ребенок плачет. Доктор Комаровский отмечает, что каждый малыш является жутким консерватором. Поэтому чаще всего изменения дети воспринимают как серьезную угрозу для себя. В результате ничего не остается делать, как постепенно приучать ребенка к переменам. Комаровский описывает следующие ситуации, когда ребенок может плакать при посещении садика.

Смена образа жизни.

Дети - самые великие на свете консерваторы. Это только на первый взгляд, кажется, что они постоянно стремятся к новым приключениям и впечатлениям. На самом деле привычный ритм, когда они совершенно точно знают, как одно событие сменяет другое, - это порядок и спокойствие в их жизни. А тут - мама с утра отводит к незнакомой тете, где, кроме тебя, любимого, оказывается, еще куча других детей, бросает там на произвол судьбы и неизвестно, свидишься ли с ней еще когда-нибудь. В саду же все чужое - и, наверное, поэтому враждебное.

Выход:

Постепенно приучайте малыша к смене режима. Если он привык поздно ложиться и поздно вставать, придется аккуратно перевести кроху на более



ранний подъем. Это совершенно не страшно, смена режима происходит в течение 3-4 дней.

Когда резко меняется образ жизни, важно сохранить для ребенка «кусочек дома». Оптимальный вариант - если вы сможете договориться с заведующей и воспитательницей о том, что сможете присутствовать в группе вместе с ребенком в течение первой недели. Кстати, во многих детских садах практикуют такие договоры на, вполне, официальной основе, а в вальдорфских детских садах сами воспитатели настойчиво просят маму находиться в группе, вместе с ребенком хотя бы в течение десяти дней.

Если же это по каким-то причинам невозможно, подумайте о какой-то приятной мелочи, которая будет напоминать вашему крохе о доме. Это может быть мягкая игрушка (с ней так приятно вместе засыпать!), привычная еда в небольшом контейнере (желательно, не очень пачкающая - подойдет морковь или яблоко). Или, возможно, вам захочется сделать для своего малыша талисман удачи - например, небольшую плоскую игрушку, которую можно всегда носить в кармашке или на шнурке. Когда ее маленький хозяин загрустит, пусть он вспомнит о «волшебном талисмане», и тот непременно поможет справиться с невеселыми мыслями.

Непривычная пища.

Вспомните свое детство - наверняка в вашем детском саду был какой-то особенный «шедевр» местных поваров, который вызывал у вас не самые приятные чувства. Пресловутые пенки от молока, кисель, молочная каша или суп с луком - у каждого свои воспоминания. Иногда воспитатели слишком рьяно пытаются накормить своих подопечных, требуют съесть все до крошки, в быстром темпе - это тоже не каждому под силу.

Выход:

Если ваш малыш наотрез отказывается питаться в детском саду, договоритесь с воспитателями, чтобы они не настаивали на этом процессе.



В конце концов, еще ни один ребенок по собственной воле не умер от голода. Дома, перед садом, вполне можно обойтись и без завтрака - больше шансов, что к моменту завтрака в садике малыш успеет проголодаться и захочет попробовать что-нибудь с общего стола.

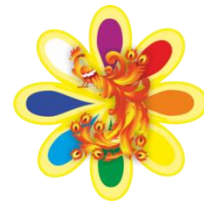
Если по садовским правилам ребенку разрешается брать какую-то еду из дома, то пусть это будут красиво порезанные фрукты (яблоки, груши), овощи (огурец или морковка), подойдет и банан. Старайтесь не давать ребенку сладости вроде конфет или печенья, эти лакомства, конечно, могут утешить в первый момент, но вызовут нездоровый ажиотаж в коллективе и окончательно испортят аппетит.

Чужой среди своих.

Иногда бывает так, что ребенок по каким-то причинам не вписывается в детский коллектив, продолжая держаться особняком. Это может быть индивидуальная особенность - просто у каждого ребенка разные потребности в общении, кому-то нужно общаться больше, кому-то обходиться минимумом «деловых связей». Но если ваш ребенок в течение года так и не занял в детской группе свою нишу, провел все это время как бы «за стеклянной стеной», лишь наблюдая за детской жизнью, стоит обратиться к психологу — это может говорить об аутистических особенностях характера.

Выход:

Если ребенку трудно подружиться со сверстниками, придется, как всегда, брать дело в свои руки. Старайтесь постепенно расширять круг общения (как свой, так и детский). Понаблюдайте, кто из одноклассников наиболее симпатичен вашему ребенку, и попробуйте подружиться с его родителями. Чаще приглашайте их в гости. Возможно, сначала, вам придется самой активно участвовать в их играх для того, чтобы ваш «нехочуха» постепенно и сам мог в них включиться.



Еще один важный момент переходного периода - приучить малыша к мысли о том, что далеко не всегда только с мамой ему может быть комфортно и интересно. Попросите папу или бабушку в ваше отсутствие придумать с ребенком увлекательную игру. Неплохой вариант - студия раннего развития, где дети постепенно вливаются в детский коллектив, не теряя при этом связи с мамой. Другие дети и их игры должны быть, с вашей точки зрения, весьма привлекательным и приятным занятием. Обращайте внимание малыша на то, как детям и весело интересно вместе, как здорово они играют.

Чего делать нельзя.

- Поддаваться на уговоры и провокации. Если вы, несмотря на все детские стоны и жалобные причитания, все-таки довели ребенка до дверей детского сада, но в последний момент ваше родительское сердце не выдержало, и вы повернули вместе с ребенком обратно — это очень опасный путь. Малыш поймет, что слезами и криком он сможет добиться желаемого, и в следующий раз ему придется лишь немного увеличить громкость и интенсивность плача.
- Водить ребенка в сад через день или пару раз в неделю. Для того, чтобы детский сад стал неизбежной данностью, малыш должен появляться там каждый день (разумеется, кроме выходных). Лучше поначалу пораньше забирать его оттуда. Ничего страшного, если первые недели или даже месяцы вы не будете оставлять его там, на дневной сон. Лишь когда ребенок полностью адаптируется к новым условиям жизни, попробуйте забрать его после дневного сна.
- Самим бояться разлуки с ребенком. Дети необыкновенно чувствительны. Им на каком-то подсознательном уровне передаются все наши эмоции - и тревога, и спокойствие. Душераздирающая сцена со слезами в раздевалке - совсем не лучшее начало дня для вашего малыша. Отпускайте ребенка с уверенностью, что с ним все будет в порядке.



Если родители видят, что ребенку тяжело адаптироваться к детскому саду, и они не знают, как помочь малышу, им следует обратиться к психологу. Консультации родителям в детском саду помогут выработать комплекс действий, благодаря которым малыш начнет постепенно привыкать к жизни в коллективе. Однако все это будет эффективным только в том случае, если родители настроены и заинтересованы водить ребенка в детский сад и не будут при первой возможности уклоняться от выполнения советов психолога.

Как помочь адаптироваться:

Как только родители начали водить кроху в ясли, они всячески должны помочь ему адаптироваться, чтобы период адаптации не затянулся. Дети по-разному реагируют к смене образа жизни, это напрямую зависит от характера и темперамента. Экстраверты привыкают к переменам, связанным с садиком, проще и быстрее, нежели интроверты, у которых адаптация может затянуться на полгода и более. В 3 года ребенок не хочет идти в садик, что делать родителям, чтобы малыш быстрее адаптировался:

- не затягивать сцену прощания, иначе истерика грозит затянуться надолго. Перед уходом мама должна сказать, что обязательно вернется, чтобы малыш не думал, что его бросают;
- если первое время кроха сильно плачет после ухода мамы, ему очень тяжело дается расставание с ней, стоит попробовать бабушке или папе отводить малыша в сад;
- дома играть с малышом в «детский садик», с помощью игрушек придумывая положительные ситуации. Одну из игрушек можно дать с собой, чтобы кроха с ней спал или просто хранил в своем шкафчике;



- не стоит делать перерывы в посещениях без объективных причин (например, болезнь), это гарантированно затянет адаптационный период;
- в присутствии крохи не отзываться негативно о поведении других детей или воспитателя. Напротив, говорить, что детки в группе все хорошие, к тому же воспитатель их любит;
- дома максимально оградить нервную систему крохи от перегрузки. Малыш и так получает большой всплеск эмоций в саду, потому вместо мультиков лучше вместе почитать книжку или поиграть конструктором.

Также немалую роль играет правильный режим дня. Если ребенок привык поздно ложиться спать, он утром будет не выспавшимся. Дети в возрасте до 7-ми лет должны спать ночью не менее 10 часов, потому отбой должен быть не позже 21.00. Хорошо отдохнувший ночью малыш, не так остро воспримет уход мамы. А чтобы он не видел реакции своих товарищей на расставание с мамой, можно попробовать приводить его чуть-чуть позже, когда в яслях уже царит веселье.

В период адаптации нужно больше уделять внимания малышу, даря ему свою любовь и ласку.

Важно объяснить,
зачем необходимо посещать сад,
что бы у него не возникло мыслей, что это наказание.