

**Вот и начался новый учебный год. Поздравляем!!!**

**Детки пошли в свои группы, их радостно встретил детский сад, воспитатели, другие дети...**

**Но не всегда праздничное настроение длится долго, ... ведь мамы рядом нет!!!**

**Сегодня мы с Вами поговорим о том, как дети привыкают к условиям детского сада и что нужно делать для того, чтобы адаптация ребенка была более комфортной.**

Отрыв от дома, близких и родных и встреча с новыми взрослыми людьми и незнакомыми детьми может вызвать у ребенка нехарактерное для него беспокойство. Малыш воспринимает эту ситуацию как отчуждение, лишение родительской любви, внимания и защиты.

Внутренний дискомфорт малыша обычно выражается в капризах, слезах, истериках, отказа от еды и сна, общения со сверстниками. В этот период у ребенка могут появиться так называемые «вредные привычки»: малыш сосет пальцы, грызет ногти, облизывает губы и т.п.

Порой тяжелая адаптация ребенка может сопровождаться частыми простудами, болезненными состояниями. Поэтому очень важно, чтобы переход в стены детского сада был плавным, мягким, безболезненным.

Дети, привыкшие к общению только с родителями и лишенные возможности общаться со сверстниками, могут испытывать трудности, так как у них не сформирован навык общения.

Установки и стереотипы, которые формируются в семье, накладывают отпечаток на поведение ребенка и могут затруднять привыкание малыша к детскому саду. Например, малыш засыпает только в том случае, если рядом ложится мама.

Как помочь ребенку легче пережить процесс перехода из дома в детский сад? Вот некоторые **советы родителям**.

- Готовьте ребенка к общению с другими детьми и взрослыми: посещайте с ним детские парки и площадки, приучайте к игре в песочницах, на качелях. Наблюдайте, как он себя ведет: стесняется, уединяется, конфликтует, дерется или же легко находит общий язык, контактирует со сверстниками, тянется к общению, раскован.
- Перед посещением садика соблюдайте его режим: часы приема пищи, сна, прогулок. Посещая детский сад, даже в выходные дни для наилучшей адаптации придерживайтесь режима.
- К началу посещения детского сада прививайте ребенку элементарные навыки самообслуживания: малыш должен уметь самостоятельно мыть руки с мылом, вытирать их; ходить в туалет; пользоваться ложкой и вилкой; частично одеваться.
- Поддерживайте и настраивайте ребенка на положительное отношение к детскому саду. Его посещение он должен воспринимать как праздник, а не как наказание.
- Познакомьтесь с воспитателями группы заранее, расскажите об индивидуальных особенностях вашего ребенка, что ему нравится, что нет, каковы его умения и навыки, в какой помощи нуждается. Определите, какие методы поощрения и наказания приемлемы для Вашего ребенка. Необходимо, чтобы ребенок понимал, что между родителями и воспитателями

установились добрые отношения: тогда он спокойно примет человека, которому его доверяют.

- В первые дни посещения садика не оставляйте ребенка одного, побудьте с ним какое-то время. Не опаздывайте, особенно в первые дни забирайте ребенка вовремя.
- Дайте ребенку в садик его любимую игрушку, постарайтесь уговорить оставить ее переночевать в садике, чтобы ребёнок наутро снова с нею встретился. Если ребенок на это не соглашается, пусть игрушка «ходит» вместе с ним ежедневно и «знакомится» там с другими детьми. Расспрашивайте, что с игрушкой происходило в детском саду, кто с ней дружил, кто обижал, не было ли ей грустно. Таким образом, вы узнаете многое о том, как вашему малышу удастся привыкнуть к садiku.
- Оставляя ребенка в садике, не показывайте ему свою озабоченность. Нужно весело попрощаться с ним, объяснить, что ему будет хорошо с другими детьми, с которыми так интересно играть. Прощание должно быть мягким. Если вам что-то не понравилось в детском саду, не обсуждайте это при ребенке, формируя негатив по отношению к воспитателям, сотрудникам детского сада.
- Поиграйте с ребенком домашними игрушками в детский сад, где какая-то из них будет самым ребенком. Понаблюдайте, что делает эта игрушка, что говорит, вместе с ребенком помогите найти ей друзей и решайте проблемы вашего ребенка через нее, ориентируя игру на положительный результат!

## Как научить ребёнка не бояться общаться с детьми

17 января 2007

просмотров: **1129** отзывов: **1** распечатать: 

Здравствуйте, уважаемые родители! Наверное, Вам не раз приходилось наблюдать за тем, как Ваш ребёнок спокойно общается со взрослыми, но очень застенчив в обществе других детей. Сегодня мы поговорим о том, как научить малыша не бояться общения с другими детьми. Между прочим, боязнь общения с ровесниками - это совершенно естественная картина: сначала малыш привыкает спокойно, без тревог и страхов общаться со взрослыми и лишь потом осваивает науку общения с детьми. Причём сначала в сферу его интереса попадают старшие дети, потом (хотя и не обязательно) те, кто его младше, и только в последнюю очередь ребёнок начинает играть с ровесниками.

Если же ребёнок реагирует на других детей не равнодушием, а именно страхом, нужно разобраться, почему так происходит. Может быть, его действительно кто-то напугал? Постарайтесь выяснить это у самого малыша или у тех взрослых, с которыми он остаётся, когда вас нет рядом. Не вызвана ли тревожность ребёнка вашим стилем общения с ним? Понятно, что когда к малышу относятся слишком строго, подавляют его активность, не разрешают ему бегать, шуметь, то его могут напугать дети, ведущие себя слишком раскованно. Если дома ребёнка часто ограничивают, критикуют и упрекают, он становится чрезвычайно неуверенным в себе и поэтому пугливым. Так что, прежде всего, поищите причину его робости в своих собственных установках.

Причина негативной реакции ребёнка на шумные компании сверстников может крыться и в особенностях его нервной деятельности. Если ваш малыш родился на свет интровертом, то он действительно будет малообщительным, будет быстро уставать от шума, беготни большого количества детей вокруг. А экстраверты, наоборот, не выносят одиночества и чувствуют себя хорошо только в компании. Интроверсия и экстраверсия - врождённые установки, которые, как и темперамент, нельзя изменить. Но это не означает, что ребёнок-интроверт совершенно не способен к общению.

Просто этого общения не должно быть слишком много, и ребёнок должен иметь возможность прекращать его сам тогда, когда чувствует себя «насытившимся». Гуляя с ребёнком на детской площадке, ни в коем случае не настаивайте на том, чтобы он немедленно влился в бодрый детский коллектив. Пусть играет один в сторонке, но время от времени вы можете обращать его внимание на то, чем заняты другие дети.

Можно предложить ему подойти вместе к общей песочнице и просто посмотреть, во что там играют. Ещё лучше - собрать вокруг себя двух-трёх карапузов и затеять с ними какую-нибудь игру, только не слишком шумную. Не заставляйте непременно участвовать в ней и своего малыша, дождитесь, пока он сам присоединится.

Возможно, в течение довольно длительного времени в общении с детьми ваш малыш будет лишь сторонним наблюдателем. Уважайте его особенности и не форсируйте события. Рано или поздно он начнёт играть с другими детьми. А когда подрастёт, вряд ли он станет «душой компании», но зато всегда будет верным и надёжным другом того, кто его пустит в своё личное пространство.

Статью подготовила психолог детского сада «ЛУЧиК» на Соколе Щепнова М.

## Почему дети врут и что с этим делать?

20 июня 2007

просмотров: **2715** отзывов: **-2** распечатать:



Здравствуйте, уважаемые родители. Сегодня мы посвятим нашу беседу детской лжи.

### Итак, почему дети врут?

До определенного возраста дети не врут вообще – не умеют и даже не знают, что это возможно. К сожалению, потребности во лжи пробуждаем в своих детях именно мы, взрослые. Ребенок начинает врать, когда обнаруживает, что правду говорить опасно: накажут, засмеют или не поверят. Нельзя никогда не наказывать ребенка, но наказание должно быть таким, чтобы малыш понимал: плох был не он сам, а какой-то конкретный поступок, и виноват он именно в том, что совершил его, а не в том, что об этом узнала мама. Лучше всего, если «меры пресечения» логично вытекают из самого поступка, а роль взрослого, который наказывает, сводится к минимуму.

Конечно, маленькие дети могут сообщать вам недостоверную информацию не потому, что они врут, а потому, что просто не помнят, как было дело на самом деле, - или помнят как-то не так. При внимательном отношении к своему ребенку вы без труда отличите такие случаи «вранья» от всех прочих. Разумеется, в такой ситуации никак нельзя упрекать ребенка, доказывать ему, что он «соврал».

Еще дети могут говорить неправду (или что еще чаще не говорить правды) оттого, что им надоели ваши настойчивые расспросы.

### Что с этим делать?

Родителям всегда советуют подробно расспрашивать детей о каждом дне, проведенном в детском саду: что ели, как спали, чем занимались и с кем играли.

Сам по себе совет совершенно верный, но если ребенок не очень общительный и разговорчивый, а родители слишком настойчивы и даже тревожны, малыш может просто устать. Ему легче промолчать или отделаться какой-нибудь дежурной фразой, вроде «ничего не было, все нормально», чем отчитываться в каждом своем шаге. Так что, проявляя внимание к ребенку, все-таки соблюдайте известную умеренность. Если вы чувствуете, что ребенок сопротивляется обсуждению какой-то темы, оставьте его в покое, и попробуйте вернуться к разговору чуть позже. Может быть, сейчас он действительно просто устал и не склонен к долгим беседам. А может быть, за его нежеланием говорить скрывается настоящее эмоциональное напряжение: в этом случае вопрос нельзя закрыть совсем, но нужно постараться прояснить ситуацию мягко, возможно, какими-то косвенными путями – в игре, придуманной сказке, рисунках.

### РЕЗЮМЕ:

Ребенок начинает врать, когда обнаруживает, что правду говорить опасно.

Наказание должно быть таким, чтобы малыш понимал: плох был не он сам, а какой-то конкретный поступок

Маленькие дети часто «врут» т.к. просто не помнят, как было на самом деле.

Материал подготовлен психологом детского сада «ЛУЧиК» на Соколе Евстратовой А.В. по книге из серии «Олеся Жукова рекомендует...», «Не хочу идти в детский сад».



## Адаптационный период в детском саду



Предлагаем вам несколько советов по преодолению трудностей адаптационного периода.

---

Не забудьте заранее познакомиться с режимом детского сада и максимально приблизить к нему условия воспитания в семье (более ранний подъём, время дневного сна и приёма пищи и т.д.).

Для того, чтобы помочь малышу преодолеть коммуникативный барьер, целесообразно постараться научить малыша общаться со сверстниками (попросить игрушку, поделиться своей, подождать, пока другой ребёнок поиграет и т.п.). При предварительном знакомстве с обстановкой в группе, постарайтесь положительно настроить малыша (как много детей, много игрушек, дети весело играют и пр.).

Безусловно, время пребывания ребёнка в детском саду в период адаптации строго индивидуально. Однако не следует в первый же день оставлять малыша надолго.

Специалисты-психологи рекомендуют следующую примерную схему:

- 1-2 день – оставьте ребёнка на 2-3 часа. Постарайтесь прийти к дневной прогулке, погулять вместе со всеми и уйти домой обедать. Находиться с ребёнком в группе, кормить его, а тем более укладывать спать не стоит. Малыш должен знать, что это должен делать воспитатель
- 3-6 день – заберите ребёнка сразу после обеда, до сна. Лучше рассчитать время так, чтобы прийти до окончания обеда и подождать в раздевалке, не показываясь малышу (опоздай Вы немного, и крохе придётся пережить несколько неприятных минут тревожного ожидания мамы).
- Со вторника второй недели (после выходных, в понедельник, всё ещё щадящий график) малыш уходит домой в полдник. И лишь с третьей недели можно оставлять ребёнка на целый день.

В период адаптации необходимо быть особенно внимательным и чутким к малышу. Ежедневно спрашивайте о жизни детского сада. Удивляйтесь, радуйтесь успехам Вашего малыша и обязательно хвалите его. Ваши беседы должны быть наполнены положительными эмоциями. Малышу очень важно знать, что значимые для него взрослые принимают его всерьёз, относятся с уважением к его проблемам, внимательно и с интересом его слушают, а то, что он говорит, оказывается действительно важным.