

Знать и понимать ребенка (период адаптации)

Есть закономерные явления, которые многие родители воспринимают как случайные. К таким явлениям относится всплеск заболеваемости ребенка, когда он начинает посещать детский сад. Когда ребенок находится дома, он болеет мало. Родители при этом с иронией слушают рассказы о том, как мучаются мамы детей, два-три дня посещающие детский сад и месяц потом сидящих дома по болезни. Но когда с их собственным ребенком происходит тоже самое, то родители делают выводы, что это происходит со всеми. Конечно, детский сад является рассадником инфекции, которую трудно одолеть любому ребенку. Однако, давайте попробуем посмотреть на эту проблему иначе.

Иммунитет ребенка существенно отличается от иммунитета взрослых. На любую инфекцию организм ребенка отвечает преимущественно повышением температуры тела, в отличие от взрослого, организм которого уже может убивать микробов с помощью антител. Но есть еще одно отличие: собственные эмоции ребенка легко подавляют его еще несовершенную и уязвимую иммунную систему. Это означает, что любые эмоциональные сбои могут ослабить защитные механизмы.

Предлагаем рассмотреть посещение малышом детского сада с точки зрения мамы.

Она два года неразлучна со своим чадом. Ей очень хочется выйти на работу, оказаться среди коллег, проявить себя в профессии, забыть про кухню, готовку, уборку. Она думает, какой детский сад лучше выбрать, приводит в порядок гардероб, мысли ее улетают от ухода за ребенком.

Ребенок ощущает эти изменения. Но его жизненный опыт слишком ограничен. Поэтому разговоры матери про детский сад не имеют для него определенного смысла, а лишь возбуждают малыша.

Но вот наступает день, когда мама приводит ребенка в детский сад. И вдруг, ее малыш, плача, хватается за юбку и не хочет ни с кем играть. Воспитатель отрывает его от маминой юбки, помогая маме оставить плачущее дитя и не опоздать на работу.

Мама, вернувшись с работы чувствует, что общение с ребенком не доставляет ей того радостного чувства, как прежде. Вся домашняя работа, которую она делала в течение дня, теперь наваливается на нескольких вечерних часов. Бегая между стиральной машиной, холодильником и

плитой, она лишь успевает сделать ужин, искупать ребенка и уложить его спать. А еще надо побыть с мужем и приготовиться к завтрашнему дню.

Через несколько дней такой жизни у ребенка поднимается температура. В итоге мама и малыш остаются дома. За эти несколько дней устали все.

Известна удивительная ригидность (не гибкость) детей: многие с большим трудом адаптируются к новым обстоятельствам. Для ребенка в период поступления в детский сад привычный мир разрушается, он попадает в новое место, к новым людям, новым детям. Из-за этого психологи рекомендуют вводить новое в жизнь ребенка постепенно.

Но есть еще одна проблема. Родители частенько забывают сказать своим детям, что заберут их вечером домой. Для взрослых это очевидно! Но для детей совсем не так. Их разум не может об этом догадаться. Ребенок думает, что его оставят в детском саду навсегда. При этом ребенок сильно переживает.

Иммунная система на фоне стрессов ослабевает. В любой группе детей обязательно есть и группа вирусов. Одни дети устойчивы к этим вирусам, а другие нет. Для того, чтобы в организме ослабленного ребенка вирусы развивались достаточно нескольких дней. Столь короткий срок обусловлен еще и тем, что, возвращаясь домой, ребенок не находит там привычных условий: мама взвинченная, возбужденная, думает не о нем и занята не им.

Но как только ребенок заболевает, все чудесным образом преображается и все возвращается на круги своя. Тяжело только первые дни, когда острая боль, потом же, целые две недели можно наслаждаться привычным общением с мамой. И тогда у ребенка срабатывает природный инстинкт. На бессознательном уровне ребенок понимает, что нужно лишь денек другой поплакать, чтобы быть дома. Изменяя свои эмоции, он обучается менять состояние своей иммунной системы.

Что же могут в этой ситуации сделать родители?

Первое, необходимо заранее готовиться к детскому садику. Лучше, если ребенок привыкает постепенно, например, месяц. Можно, еще идя утром в детский сад, описать ребенку весь день: сначала мама уйдет, потом придет, и они вместе будут делать то – то и то – то. Важно, чтобы ребенок понимал, что, в конце – концов, он окажется дома с мамой. Можно предложить малышу взять в детский сад какую-нибудь любимую игрушку.

Полезно, перед тем как малыш начнет ходить в детский сад, рассказать ему о том, что в течение дня будет делать каждый член семьи. Описать, что будут делать на работе родители («делать полезное дело»). Важно сказать о том, что ребенок в детском саду будет учиться и расти, чтобы стать таким, как его родители. Осознание значимости пребывания в детском саду так же будет способствовать эмоциональному комфорту ребенка в нем.

По пути по дороге в детский сад и обратно можно в доступной форме поговорить о том, что удалось малышу за день, спросить, что ему больше всего запомнилось. Можно говорить о разных приятных вещах и для взрослого и для его малыша, тем самым положительно подкрепляя пребывание в детском саду. Важно после детского сада побольше времени быть с малышом.

Если ребенок плохо привыкает к детскому саду лучше попробовать повлиять на обстоятельства.

1. Возможно, системы воспитания в вашей семье и в детском саду сильно отличаются. Надо хорошо подумать, какую систему стоит корректировать. Если вы согласны с тем, что нужно меняться вам, то начинайте это делать активно. Если вы решите, что нужно менять детский сад, то это тоже лучше сделать быстрее.

2. Возможно, не складываются отношения между вашим ребенком и воспитателем.

3. В любой группе могут быть агрессивные или динамичные дети. Не спешите в этом случае говорить с родителями, воспитателями или убирать ребенка из группы. Попробуйте научить своего малыша вести себя так, чтобы выйти из-под влияния того, кто ему мешает. Это будет более эффективный способ, поскольку обидчики встречаются везде.

4. Еще одной причиной неудачи при посещении детского сада может быть то, что при всех ваших усилиях вы не смогли вселить в своего ребенка уверенность, что он безоговорочно любим вами. Тогда стоит понаблюдать за собой и возможно обратиться к психологу. Доказано, что практически все проблемы, которые есть у ребенка, являются не его проблемами, а проблемами его родителей. И если родители не готовы к жизни, то ребенок оказывается не готов к детскому саду.