**Зачем нам детский сад: 7 причин**

Некоторые родители, а также бабушки сомневаются, нужен ли детский сад. Там «обитают» инфекции, не все дети дружелюбны, да и насчет воспитателей возникают вопросы: не обидят ли? Но все же детский сад нужен. И не только ребенку, а семье в целом! Именно там малыш приобретает такие важные для его социализации навыки.

**Причина № 1: Учится общаться с другими детьми.** Думаете, это просто? Ребята, которые не посещали детские сады, очень выделяются среди одноклассников, по крайней мере в первый год обучения. Общаясь со сверстниками, ребенок попадает в разные ситуации и учится вести себя соответственно: как справиться с обидой или злостью, отстоять свои интересы, как дружить и как мирно уживаться с теми, кто тебе неприятен. Он преодолевает естественный эгоцентризм, привыкая мыслить не только категориями «я» и «мое», но также «мы» и «наше». Школьник, не имеющий опыта «садовской» жизни, начинает приобретать навыки взаимодействия лишь в 7 лет, так как ни на одних курсах подготовки к школе нет такого общения, как в детском саду. Да и с 4 лет у ребенка столь сильный импульс к общению, что удовлетворить его на полупустых игровых площадках около дома вряд ли возможно.

**Причина № 2: Постигает нормы социальной жизни.** Что такое хорошо и что такое плохо, малыш познает не только на своем опыте, но и наблюдая за поведением других детей. У него есть возможность действительно много наблюдать, сравнивать, принимать решение о том, стоит ли что-то попробовать самому, уже зная реакцию взрослого. Очень важно, что это реакция не своих родных, а постороннего человека, который транслирует общие правила, нормы и традиции.

**Причина № 3: Учится признавать авторитет «чужого» взрослого.** Это важно для дальнейшей жизни, где будет много учителей, затем преподавателей в институте, руководителей и начальников. Конечно, каждому из родителей хочется думать, что его ребенок сам станет «большим боссом». Но это произойдет далеко не сразу. Для начала предстоит получить большой опыт подчинения, который в будущем поможет стать мудрым руководителем. И легче всего принять авторитет постороннего человека именно в дошкольном детстве.

**Причина № 4: Развивается как личность.** Конечно, и дома, с бабушкой, мамой или няней, ребенок тоже развивается. Но дело в том, что для человека другой человек является «зеркалом»: поведение одного вызывает отклик другого. И если «зеркал» много (как в группе детского сада), развитие происходит быстрее. Близкие люди часто прощают то, что не станут прощать чужие. И ребенку хорошо бы понять это как можно раньше.

**Причина № 5: Получает знания и опыт.** Если вы выбрали хороший детский сад с квалифицированными педагогами, то можете быть уверены, что ребенок получит основы музыкальных знаний, станет более ловким благодаря занятиям физкультурой и ритмикой, немало узнает об окружающем мире, получит представление о культурных ценностях нашей страны (книги, народное творчество, музыкальные произведения и др.), подготовится к школе. С определенного возраста круглосуточное пребывание дома с одним или несколькими взрослыми перестает быть для ребенка благом еще и потому, что вряд ли эти взрослые являются дипломированными специалистами по указанным направлениям. И даже если так, то это скорее исключение, нежели правило.

**Причина № 6: Становится более самостоятельным.** В детском саду дети усваивают навыки самообслуживания гораздо быстрее, чем дома. Одеться, раздеться, помыть руки, убрать за собой, покушать – все это элементарные навыки, которые при домашнем воспитании вырабатываются позже и за счет большого числа нервных клеток взрослого. В саду же воспитатели, во-первых, не сомневаются в возможностях ребенка. Во-вторых, он тянется за другими детьми, не желая отставать. А в-третьих, воспитатели испытывают дефицит времени и сил, и у них нет возможности «обслужить» каждого ребенка. Поэтому капризов становится меньше, а навыки развиваются быстрее.

**Причина № 7: Это важно для семьи.** Родители ребенка, который посещает детский сад, могут работать. И если насчет отцов семейства вопросов не возникает, то мамы часто говорят о том, что слишком устали от быта и хотят развиваться еще и профессионально.

### Причина: Адаптационный синдром

Ситуация, описанная в этой истории, очень и очень типичная. Многие мамы, приводя малышей в детский сад впервые, удивляются тому, как легко они заходят в группу и расстаются с родителями. Но следующие дни показывают, что не все так просто, и малыш очень переживает. Конечно, есть дети, которые плачут с первого дня. Встречаются также дети, которые действительно не плачут и радостно бегут в группу как в первый, так и в последующие дни. Но таких очень мало. У остальных процесс адаптации проходит совсем не легко.

Адаптация – это приспособление организма к изменяющимся внешним условиям. Этот процесс требует больших затрат психической энергии и часто проходит с напряжением, а то и перенапряжением психических и физических сил организма.

Детям любого возраста очень непросто начинать посещать садик, ведь все меняется кардинальным образом. В привычную, сложившуюся жизнь буквально врываются следующие изменения:

● четкий режим дня;

● отсутствие родных рядом;

● необходимость постоянного контакта со сверстниками;

● необходимость слушаться и подчиняться незнакомому до этого человеку;

● резкое уменьшение персонального внимания.

Поведение ребенка поначалу пугает родителей настолько, что они задумываются: а сможет ли он вообще привыкнуть? Закончится ли когда-нибудь этот «ужас»? С уверенностью можно сказать: те особенности поведения, которые очень беспокоят родителей, являются типичными для всех детей в период адаптации. В это время почти все мамы думают, что именно их ребенок «несадовский», а остальные малыши якобы чувствуют себя лучше. Но это не так. Вот распространенные изменения в поведении ребенка в период адаптации.

### Мини-тест: Адаптация и «Не хочу в садик!»

Проанализируйте утверждения и поставьте «галочку» в нужной графе.





Подведем итоги. Чем больше раз вы сказали «верно», тем больше вероятность того, что причина нежелания ребенка ходить в садик – это синдром адаптации, а вовсе не «злые» воспитатели или его неготовность войти в коллектив. Постепенно вы сможете все преодолеть!

### Чем может помочь мама

Каждая мама, видя, насколько ребенку непросто, желает помочь ему быстрее адаптироваться. И это замечательно. Комплекс мер состоит в том, чтобы создать дома благоприятную обстановку, щадящую нервную систему малыша, которая и так работает на полную мощность.

1. В присутствии ребенка всегда отзывайтесь положительно о воспитателях и садике. Даже в том случае, если вам что-то не понравилось. Ребенку придется ходить в этот детский сад и эту группу, а значит, нужно сформировать у него позитивное отношение. Расскажите кому-нибудь в присутствии малыша, в какой хороший садик он теперь ходит и какие замечательные «тетя Валя» и «тетя Таня» там работают.

2. В выходные дни не меняйте режим дня. Можно дать поспать ему чуть дольше, но не нужно позволять «отсыпаться». Если ребенку требуется «отсыпаться», значит, режим сна у вас организован неверно, возможно, он слишком поздно ложится вечером.

3. Не отучайте малыша от «дурных» привычек (например, от соски) в период адаптации, чтобы не перегружать его нервную систему. У него в жизни сейчас слишком много изменений, и лишнее напряжение ни к чему.

4. Постарайтесь создать дома спокойную, бесконфликтную обстановку. Чаще обнимайте ребенка, гладьте по головке, говорите ласковые слова. Отмечайте его успехи, улучшение в поведении. Больше хвалите, чем ругайте. Ему сейчас так нужна ваша поддержка!

5. Будьте терпимее к капризам. Они возникают из-за перегрузки нервной системы. Обнимите малыша, помогите ему успокоиться и переключите внимание на что-то интересное.

6. Дайте с собой в садик небольшую игрушку (лучше мягкую). У детей формируется восприятие игрушки как «заместителя» мамы. Когда он прижимает к себе что-то пушистое, что является частичкой дома, то чувствует себя спокойнее.

7. Призовите на помощь сказку или игру. Вы можете придумать свою сказку о том, как маленький мишка впервые пошел в садик, и как ему сначала было неуютно и немного страшно, и как потом он подружился с детьми и воспитателями. Эту историю вы можете инсценировать с игрушками. И в сказке, и в игре ключевым моментом является возвращение мамы за ребенком. Ни в коем случае не прерывайте повествования, пока не дойдете до этого момента. Собственно, цель в том и заключается, чтобы малыш понял: мама обязательно за ним вернется.

8. Облегчите режим. Если вы видите, что ребенку сложно, он стал еще более капризным, скорректируйте режим. Например, сделайте дополнительный «выходной день» в среду или пятницу. Забирайте по возможности пораньше, лучше сразу после полдника.

### Спокойное утро

Больше всего родитель и ребенок расстраиваются при расставании. Как организовать утро, чтобы день и у мамы, и у малыша прошел спокойно? Главное правило таково: спокойна мама – спокоен ребенок. Он «считывает» вашу неуверенность и еще больше расстраивается.

1. И дома, и в садике разговаривайте с малышом доброжелательно, уверенно.Проявляйте дружелюбную настойчивость при пробуждении, одевании, а в саду – при раздевании. Говорите не слишком громко, но уверенно, озвучивая все, что вы делаете. Иногда хорошим помощником при пробуждении и сборах является та самая игрушка, которая идет с малышом в садик. Видя, что зайчик «так хочет в садик», малыш заразится его хорошим настроением.

2. Пусть малыша отводит тот родитель или родственник, с которым ему расстаться легч е. Воспитатели давно заметили, что с одним из родителей ребенок расстается относительно спокойно, а другого (чаще всего маму) никак не может отпустить от себя, продолжая переживать и после ухода. А вот забирает лучше пусть тот, с кем эмоциональная связь сильнее!

3. Обязательно скажите, что вы придете, и обозначьте когда (после прогулки, или после обеда, или после того, как он поспит и покушает). Малышу легче знать, что мама придет после какого-то события, чем ждать ее каждую минуту. Не задерживайтесь, выполняйте свои обещания!

4. У вас должен быть свой ритуал прощания (например, поцеловать, помахать рукой, сказать «пока»). После этого сразу уходите: уверенно и не оборачиваясь. Чем дольше вы топчетесь в нерешительности, тем сильнее переживает малыш.

Итак, главный принцип, который поможет вам преодолеть трудности адаптации: «Спокойна мама – спокоен ребенок!» Чем меньше у родителей сомнений в целесообразности посещения сада, тем больше шансов, что ребенок рано или поздно обязательно справится. Малыш, чувствуя уверенность мамы и папы, привыкает гораздо быстрее.

Адаптационная система ребенка достаточно сильна, чтобы выдержать испытание, даже если слезы текут рекой. Парадоксально, но факт: хорошо, что плачет! Хуже, когда он настолько зажат тисками стресса, что не может плакать. Плач – это помощник нервной системы, он не дает ей перегружаться. Поэтому не стоит бояться детских слез и сердиться на ребенка за «нытье».

Будьте уверены, что воспитатели и психологи в детском саду решают задачу комфортной адаптации детей. Проводятся специальные игровые занятия. Постепенно дети начинают раскрываться, больше улыбаться, смеяться, разговаривать, с удовольствием включаются в совместные забавы. И вскоре утренний плач становится исключением.

Но необходима и помощь родителей, их внимательное отношение к ребенку в этот период, стремление понять его чувства и принять их. И малыш привыкнет, а потом и полюбит ходить в садик. Там на самом деле очень интересно!

### Причина: Гиперопека в семье

Привязанность и любовь ребенка к своим родным – неоспоримое благо. Именно эта взаимная любовь помогает ему расти и крепнуть, как цветку под ласковым солнышком. Но где та грань, когда привязанность становится слишком сильной, почти проблемной? Пока ребенок находится в домашнем мирке, это может быть неочевидным. Но как только он выходит в «большой мир» (а детский сад – это его часть), то многое становится ясным. Ребенок, привыкший быть ведомым, не может действовать активно. Он тревожен, безынициативен, пуглив в отсутствие «группы поддержки». Он «замирает» и пережидает ситуацию, где он один, никак не пытаясь вписаться в нее. Часто такие дети идут в сад позже, в 4–5 лет, и на контрасте с другими ребятами заметно, как неразвиты их навыки самообслуживания. Действительно, их родные многое брали на себя, стараясь облегчить то процесс одевания «непослушной» одежды, то еды, то уборки.

Хорошо ли такому ребенку в детском саду? Бывает по-разному. Если в нем есть активное начало и здоровое «хулиганство», то он вздыхает с облегчением, когда мама скрывается за дверью. Он быстро адаптируется, осознав преимущества детского сада. Да, режим, да, правила, но свободы тут гораздо больше! Еще минуту назад он был несамостоятельным паинькой, а теперь – нормальный ребенок с озорными бесенятами в глазах. Иногда такими, что воспитателю непросто их сдержать!

Но бывает, как в случае с Таней. Связь между тремя женщинами – бабушкой, мамой и Таней – была столь сильна, что ее можно назвать симбиозом. Если выразиться образно, то при привязанности-симбиозе мама воспринимает ребенка так, как будто он еще не родился, как будто их еще соединяет пуповина. На разлуку, даже кратковременную она реагирует сильной депрессией. Мама (иногда бабушка) слишком опекает его, не позволяя ему то, что он способен делать по возрасту, а на прогулке никогда не отпускает далеко от себя. Конечно же, на ситуацию «отрыва» при поступлении в сад у женщин проявляется собственная тревога, столь сильная, что она передается ребенку по необрезанной «пуповине».

Симбиотические отношения являются нормой для матерей и детей до года. Остатки можно еще наблюдать у малышей ясельной группы и их мам. Но когда речь идет о 3–4–5-летних карапузах, это становится проблемой.

Дети, находящиеся в симбиотической привязанности, реагируют на разлуку очень остро. Плачут так, что кажется, будто разверзлись небеса. Для них это настоящее горе. Но их родные на вопрос «Почему он не хочет в садик?» редко обращаются за ответом к себе. Сначала они ищут внешние причины: не нравится воспитатель, грубое обращение, нет индивидуального подхода. Их тревожность рисует безрадостные картины: ребенок сидит в уголке, никому не нужный, и плачет. И борются с ветряными мельницами, вместо того чтобы увидеть истинную причину.

### Мини-тест: Есть ли гиперопека?

Проанализируйте утверждения и поставьте «галочку» в нужной графе.

 

Подведем итоги. Чем больше раз вы сказали «верно», тем больше вероятность того, что причина нежелания ребенка ходить в садик – слишком сильная привязанность к родным, а вовсе не «злые» воспитатели или отсутствие индивидуального подхода. Вам предстоит большая работа!

### Любовь без слова «слишком»

Итак, ребенок не хочет в садик. И причина – не «плохой» детский сад, воспитатели и отношение к нему, а то, что он скучает без родных, без привычного мира с его сложившимся распорядком и заботой. Это нормально, пока не становится «слишком». Ребенок так любит вас, что это мешает ему перейти на новую ступеньку независимости и самостоятельности. Как действовать, чтобы и любовь осталась, и садик перестал быть враждебным местом?

1. Предоставьте ребенку самостоятельность. Конечно, это нужно было бы сделать гораздо раньше. Но и сейчас не поздно. Не нужно «облегчать» ему жизнь, одевая, кормя с ложечки и убирая его игрушки. Любовь – это вовсе не мелочное служение. Напротив, настаивайте на том, чтобы у него появились обязанности. Все, что по возрасту он должен делать, обслуживая себя, должно войти в его и ваш быт. Конечно, это не слишком быстрый путь. Начните с того, что ему будет необходимо в первую очередь: самостоятельное одевание, еда, туалет, уборка. Одинаковые требования дома и в саду снизят напряжение.

2. Это – необходимость. Решив, что ребенку нужно посещать детский сад, очень важно оставить все сомнения. Дети, чьи родители уверены в правильности своего выбора, адаптируются быстрее и легче. Они ощущают себя частью семейной системы и, если посещение садика необходимо, принимают это. Гораздо хуже, когда ребенок чувствует неуверенность взрослых: то ли нужно ходить, то ли не нужно. Конечно, он будет противиться. Каким бы прекрасным садик ни был, дома ему все равно лучше. Особенно необходима уверенность тревожным и опекающим женщинам.

3. Доверяйте воспитателям. Чтобы снизить собственную тревожность, излишне опекающим мамам и бабушкам нужно знать, что они передают ребенка в хорошие руки. Поэтому особенно важно идти «к воспитателю». Это поможет и вам, и ребенку в первое время. В минуты сомнений напоминайте себе о том, что рядом с вашим крохой хорошие люди, которым можно доверять.

4. Переживите этот момент! В случае с гиперпривязанностью и гиперопекой адаптация никогда не бывает простой. Но не стоит отказываться от детского сада. Ребенок, поняв, что ходить туда придется, начнет искать преимущества. А они обычно такие: друзья, интересные игрушки, игры и занятия. Наберитесь терпения, приструните собственную тревожность и верьте в то, что ребенок обязательно привыкнет. А через некоторое время, возможно, будет ходить в садик с удовольствием.