



Как помочь ребенку адаптироваться в коллективе

Даже взрослый человек, отправляясь в первый раз на новую работу, испытывает некоторое волнение от предстоящей встречи с будущими коллегами. Что уж говорить о ребенке, для которого до недавнего времени мир ограничивался лишь родственниками и близкими друзьями? Как это ни печально, но иногда мы, родители, сами способствуем тому, что сын или дочь не умеют выстраивать отношения со сверстниками. Тщательно оберегаемые и выросшие в бесконечной заботе

ребятишки просто не готовы к принятию самостоятельных решений. И это не пустые слова: если чадо хочет поиграть, мы за руки ведем его к песочнице и знакомим с другими малышами, при первой же ссоре в той же песочнице первые бежим на помощь своему ненаглядному карапузу. Все это неизменно откладывается в подсознании крохи, и он убеждается: старшие всегда рядом, и бояться нечего.

К сожалению, с приходом в детский сад или школу малыша неминуемо ждет огромное и, возможно, первое крупное разочарование – он больше не центр вселенной, и постоять за него абсолютно некому. Тут недалеко и до настоящего стресса. Неслучайно ведь многие дети закатывают мамам и папам по утрам настоящие истерики: «Никуда не пойду!» А ведь всего этого могло бы и не быть, если бы с самого раннего детства чадо учили самостоятельности.

Как это сделать?

- Позвольте ребенку самому выбирать друзей. Даже если какое-то время ему придется играть в одиночестве – ничего страшного. Рано или поздно он сам с кем-то подружится.
- Не пытайтесь немедленно решить детские конфликты. Пусть он сам научится отстаивать свои интересы.
- Вмешивайтесь лишь в самом крайнем случае.
- Во время споров не стоит постоянно принимать сторону своего малыша. Будьте справедливы, иначе ребенок решит, что ему все и всегда будет сходить с рук.
- Когда малыш приходит к вам с жалобой, не переживайте и не давайте быстрых советов. Слезы от мелких споров закаляют характер. Самое правильное решение в данной ситуации – выслушать и вместе подумать над сложившейся ситуацией. Пусть ребенок наравне с вами ищет пути решения той или иной проблемы.
- Поручите крохе какие-нибудь обязанности по дому. Например, если малыш любит возиться в воде, пусть помоеет посуду. Это можно делать начиная с 3-х лет. Просто купите красивую яркую губку и вкусно пахнущую пену.
- Такое нехитрое занятие даст маленькому человечку почувствовать, что он за что-то отвечает сам.
- Также полезно будет подарить ребенку какую-то вещь из мира взрослых. Например, термометр. Повесьте его на окне в детской, и пусть чадо ежедневно сообщает взрослым, какая сегодня на улице температура.

- Поощряйте самостоятельность в принятии решений. Например, пусть малыш сам скажет, кого он хочет позвать на свой день рождения. Не противьтесь, если это будут друзья по песочнице, а не дети ваших приятелей. В конце концов, можно позвать и тех, и других. Главное, чтобы малыш ощутил, что его мнение учли.

- Все эти несложные действия помогут ребенку ощутить себя не только частью семьи, но и самостоятельным, взрослым человечком, готовым отправиться в новый, еще незнакомый коллектив своих ровесников.

Все такое новое вокруг

Вот и приближается дата, когда драгоценное чадо должно отправиться впервые в детский садик или школу. Как сделать так, чтобы первые дни в разлуке с семьей не стали для ребенка испытанием и не выработали стойкую неприязнь к новому месту? Кое-что в наших силах.

В первую очередь это подготовка малыша к грядущим переменам. Для этого объясните отпрыску, что такое детское учреждение и зачем туда ходят дети. Например, в садик, чтобы играть и ждать, пока родители вернутся с работы. А в школу, чтобы получать знания. При этом старайтесь создать как можно более положительный образ того или иного заведения, расскажите, как там весело и интересно. Так ребенок избавится от страха, а это уже полдела. Также не лишним будет познакомить малыша с садиком или школой заранее. Например, сходите туда во время дневной прогулки. Можете зайти на территорию, чтобы малыш на все посмотрел и немного освоился. Тогда ему останется лишь подружиться с ребятами.

Кроме того:

- Будет плюсом, если в коллективе, куда пойдет малыш, уже будет несколько знакомых детей (например, из тех, с кем он играет во дворе).

- Лучше заранее пройти медосмотр и начать пить витамины. Даже легкое простудное заболевание, за которым последует временное отсутствие, может навредить. Пока чадо будет поправляться, другие ребята успеют подружиться – вернувшись, он опять окажется «новеньким».

- И еще немаловажно, если малыш идет в первый класс – позаботьтесь, чтобы у него были минимальные знания по программе. Умение читать, писать, считать станет плюсом для ребенка. Его начнут уважать одноклассники.

- А значит, проблем с общением быть не должно.

И помните, период адаптации длится до полугода, поэтому стоит набраться немного терпения и не торопить события.

Ведь как известно, все бывает в первый раз!