

Детский сад или семейное воспитание

Рано или поздно перед родителями встает вопрос о том, стоит ли отдавать ребенка в ясли или детский сад. Сторонники "домашнего воспитания" выдвигают множество аргументов не в пользу детских дошкольных учреждений, основными среди которых являются частые болезни ребенка. Кроме того, многие склонны считать детский сад причиной едва ли не всех нарушений в поведении ребенка. "Плохие слова", обман, попытки воровства, агрессивное поведение — все это считается следствием подражания дурному примеру других детей. С другой стороны, те родители, которые предпочитают воспитанию в домашних стенах детский сад, в первую очередь аргументируют свою точку зрения тем, что детский сад — это первая школа общения, которую ребенок обязательно должен пройти. Ведь умение общаться с людьми — одно из главных условий того, что столкнувшись в дальнейшем с более взрослым коллективом сверстников, ребенок не потеряется в нем, а сумеет отыскать свое место.

Безусловно, последняя точка зрения гораздо более основательна.

Главное преимущество детского сада — это общение.

Находясь в коллективе сверстников, ребенок учится общаться с другими детьми, отстаивать свое собственное мнение и прислушиваться к чужому.

Он учится жить в коллективе, учится самостоятельности. Особенно важен детский сад для ребенка, который в семье единственный, а также для тех детей, которые по тем или иным причинам не имеют возможности проводить свободное время в кругу своих ровесников.

Некоторые дети, поступая в детский сад, на самом деле начинают часто болеть. Частые простуды бывают вызваны тем, что организм адаптируется к новым условиям существования. Ребенок чаще болеет, посещая детский сад, совсем не потому, что воспитатели за ним плохо смотрят, как считают многие. Как правило, количество заболеваний и их продолжительность существенно сокращаются уже на втором году посещения детского сада, когда период адаптации завершается.

В каком возрасте лучше отдавать ребенка в дошкольное учреждение?

Самое подходящее время для начала посещения детского дошкольного учреждения — это трехлетний возраст.

В этот период дети гораздо быстрее приспосабливаются к детскому саду и проявляют большее желание ходить туда, чем в более старшем возрасте. В два-три года ребенок начинает испытывать потребность в общении со сверстниками. Как правило, до этого возраста дети обращают мало внимания друг на друга и предпочитают играть самостоятельно. Общения с родителями и другими членами семьи малышу вполне хватает. Однако со временем границы его мира расширяются, и ребенок начинает проявлять интерес к другим детям. Интерес этот постепенно переходит в настоящую потребность.

Исключительно важно уловить этот момент в развитии ребенка. Если интерес к общению со сверстниками в нем еще не проснулся, если ребенок очень сильно привязан к матери и не испытывает потребности в том, чтобы расширить свой мир, ему будет очень сложно адаптироваться в детском саду.

Частые случаи заболеваний в младших группах детского сада или в яслях, повышение нервной возбудимости, обидчивость, плаксивость и боязливость — все эти неприятности, как правило, являются следствием того, что родители поторопились отдать ребенка в детский сад или ясли. Как показывают наблюдения, дети, поступающие в дошкольное учреждение "по собственному желанию", адаптируются в детском саду гораздо быстрее, чем те, которые не испытывали потребности в том, чтобы расширить свой круг общения.

Чем сильнее эмоциональная связь матери и ребенка, тем сложнее будет протекать период адаптации в детском саду.

Определенные психологические проблемы, возникающие у ребенка в период адаптации к детскому учреждению — явление вполне нормальное и естественное.

Более того, в определенной степени возникновение этих проблем свидетельствует и о высоком интеллектуальном и психическом уровне развития ребенка, о его способности испытывать сильные эмоции. Проблем адаптации в детских учреждениях, как правило, полностью избегают только умственно не полноценные дети или же дети алкоголиков, у которых отсутствует глубина переживаний. И все же следует различать нормальные эмоциональные переживания и невроз, который может развиваться у ребенка, психика которого травмирована стрессовой ситуацией.

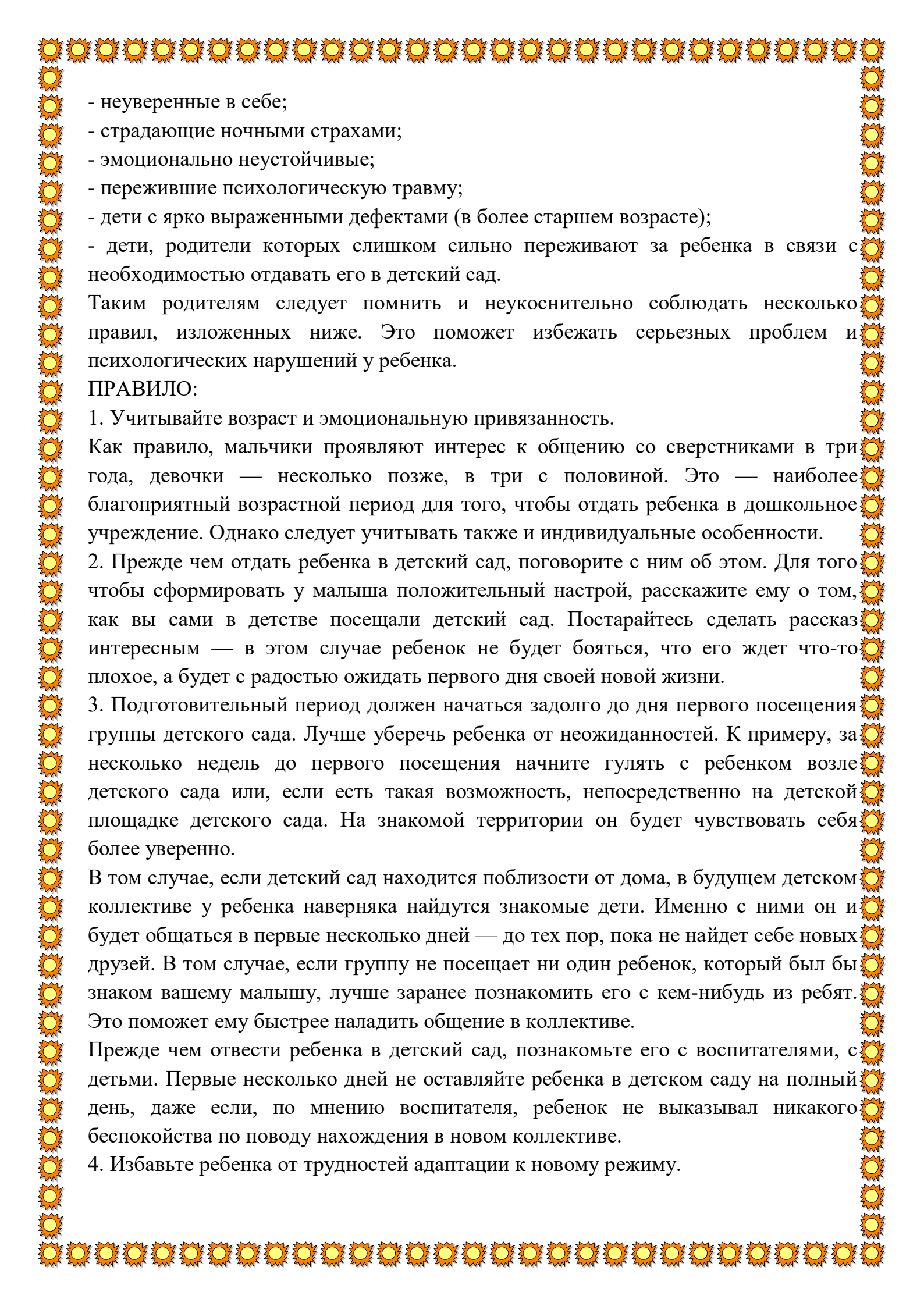
Нормальной может считаться адаптация, не выходящая за рамки временных ограничений.

Чем старше ребенок, тем дольше он адаптируется к новым условиям. В яслях этот период не должен превышать семи - десяти дней, в детском саду, для детей в возрасте около трех лет — две-три недели, в старшем дошкольном возрасте — один месяц.

Для периода адаптации могут быть характерны различные психофизиологические реакции — беспокойство, страх, заторможенность или, напротив, повышенная возбудимость (в зависимости от темперамента ребенка, капризность, раздражительность и упрямство).

Гораздо сложнее и дольше адаптируются в детском саду дети, которые:

- являются единственными в семье;
- чрезмерно опекаемые родителями или бабушками;
- привыкшие к тому, что их капризам потакают;
- пользующиеся исключительным вниманием взрослых;
- не имеющие элементарных навыков самообслуживания;

- 
- неуверенные в себе;
 - страдающие ночными страхами;
 - эмоционально неустойчивые;
 - пережившие психологическую травму;
 - дети с ярко выраженными дефектами (в более старшем возрасте);
 - дети, родители которых слишком сильно переживают за ребенка в связи с необходимостью отдавать его в детский сад.

Таким родителям следует помнить и неукоснительно соблюдать несколько правил, изложенных ниже. Это поможет избежать серьезных проблем и психологических нарушений у ребенка.

ПРАВИЛО:

1. Учитывайте возраст и эмоциональную привязанность.

Как правило, мальчики проявляют интерес к общению со сверстниками в три года, девочки — несколько позже, в три с половиной. Это — наиболее благоприятный возрастной период для того, чтобы отдать ребенка в дошкольное учреждение. Однако следует учитывать также и индивидуальные особенности.

2. Прежде чем отдать ребенка в детский сад, поговорите с ним об этом. Для того чтобы сформировать у малыша положительный настрой, расскажите ему о том, как вы сами в детстве посещали детский сад. Постарайтесь сделать рассказ интересным — в этом случае ребенок не будет бояться, что его ждет что-то плохое, а будет с радостью ожидать первого дня своей новой жизни.

3. Подготовительный период должен начаться задолго до дня первого посещения группы детского сада. Лучше уберечь ребенка от неожиданностей. К примеру, за несколько недель до первого посещения начните гулять с ребенком возле детского сада или, если есть такая возможность, непосредственно на детской площадке детского сада. На знакомой территории он будет чувствовать себя более уверенно.

В том случае, если детский сад находится поблизости от дома, в будущем детском коллективе у ребенка наверняка найдутся знакомые дети. Именно с ними он и будет общаться в первые несколько дней — до тех пор, пока не найдет себе новых друзей. В том случае, если группу не посещает ни один ребенок, который был бы знаком вашему малышу, лучше заранее познакомить его с кем-нибудь из ребят. Это поможет ему быстрее наладить общение в коллективе.

Прежде чем отвести ребенка в детский сад, познакомьте его с воспитателями, с детьми. Первые несколько дней не оставляйте ребенка в детском саду на полный день, даже если, по мнению воспитателя, ребенок не выказывал никакого беспокойства по поводу нахождения в новом коллективе.

4. Избавьте ребенка от трудностей адаптации к новому режиму.

Дети, не посещающие детский сад, живут по своему собственному расписанию: кто-то просыпается рано, кто-то — поздно; в разное время разные дети ложатся спать, садятся за стол и т. д. В детском коллективе — свое расписание, свой режим, соблюдать который обязан каждый ребенок. Поэтому лучше приучить малыша заранее именно к такому режиму дня, который он будет соблюдать в детском саду.

5. Приучайте ребенка к самостоятельности. В детском саду его не будут кормить ложкой, уговаривать "скушать ложечку за маму, за папу". Совсем маленьким детям помогают одеться воспитатели; в более старшем возрасте ребенок должен уже кое-что уметь и сам. Безусловно, навыки самостоятельности прививаются не сразу. Однако в привычной домашней обстановке ребенку будет гораздо проще научиться надевать колготки, застегивать пуговицы и т. д. Самостоятельному ребенку будет проще, чем не приспособленному к самообслуживанию.

6. Любя, не воспитывайте эгоиста. Проявляя свою любовь к ребенку, восторгаясь им, старайтесь не спровоцировать возникновения в его сознании мысли о собственной исключительности. Ребенок должен знать, что родители и близкие люди с радостью выполняют его желания, а иногда и капризы, восхищаются им совсем не потому, что они обязаны это делать, а только потому, что любят его. Уступая ребенку, иногда просите и его пойти на уступки. Эгоистично настроенным детям в коллективе сверстников приходится порой туго. Не стоит забывать об этом.

7. Предоставьте ребенку возможность эмоциональной разрядки.

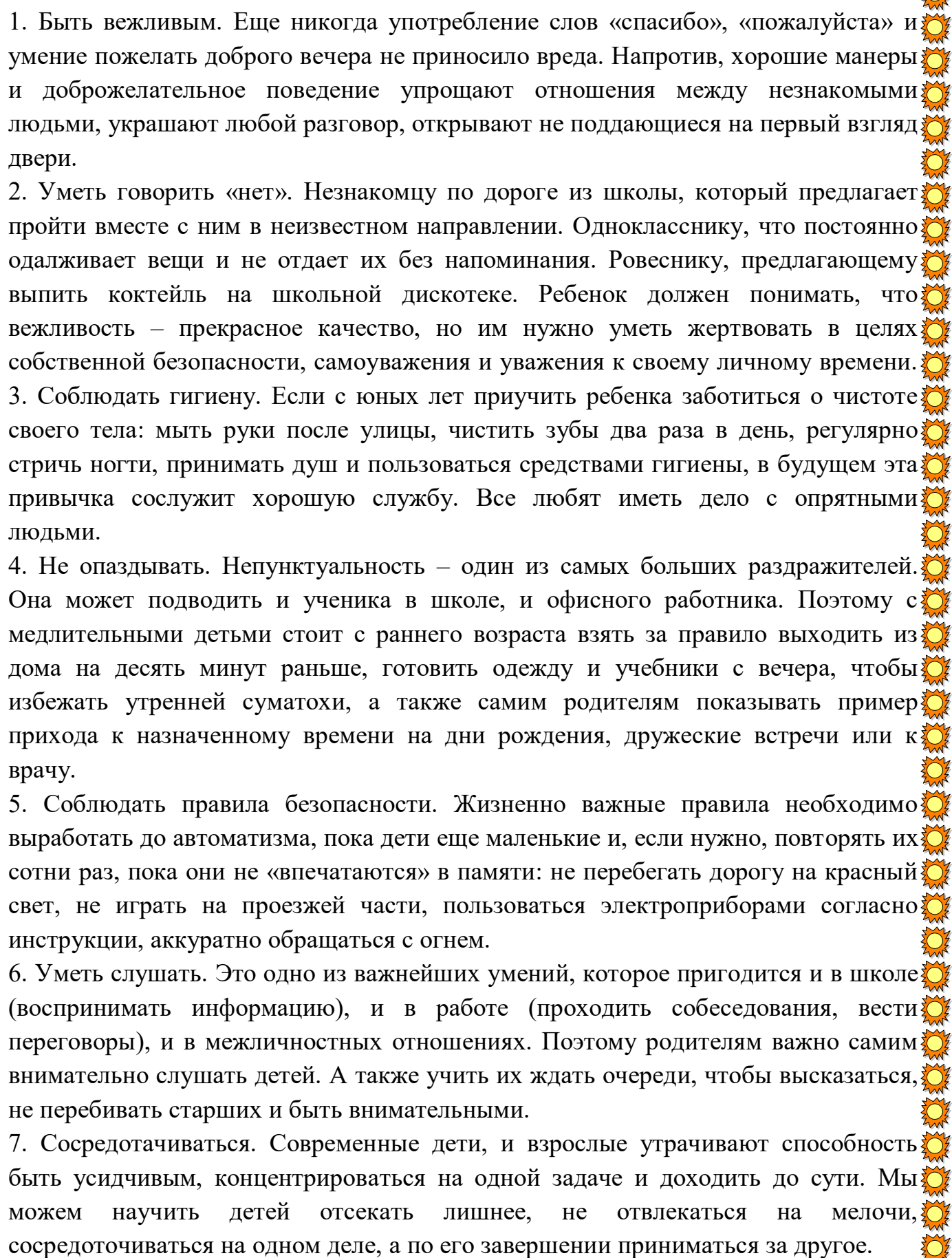
В первые несколько дней ребенок чувствует себя в детском саду скованно. Постоянное сдерживание эмоций может привести к нервному срыву, поэтому в период адаптации ребенку просто необходимо "выпускать" эмоции в привычной домашней обстановке, не вызывающей скованности. Не ругайте его за то, что он слишком громко кричит или быстро бежит — это ему необходимо.

В том случае, если адаптационный период проходит слишком остро и значительно превышает допустимые сроки, имеет смысл посоветоваться с психологом.

Чему необходимо научить ребенка

25 полезных вещей, которым мы можем научить детей

Прямо сейчас на наших глазах наши дети приобретают привычки. В зарождении каких-то из них мы не будем участвовать, их продиктует природа и среда, окружающая ребенка. Но есть вещи, которым мы можем научить детей в раннем возрасте, чтобы эти полезные навыки в будущем помогли им взаимодействовать с другими людьми и облегчали жизнь.

- 
1. Быть вежливым. Еще никогда употребление слов «спасибо», «пожалуйста» и умение пожелать доброго вечера не приносило вреда. Напротив, хорошие манеры и доброжелательное поведение упрощают отношения между незнакомыми людьми, украшают любой разговор, открывают не поддающиеся на первый взгляд двери.
 2. Уметь говорить «нет». Незнакомцу по дороге из школы, который предлагает пройти вместе с ним в неизвестном направлении. Однокласснику, что постоянно одалживает вещи и не отдает их без напоминания. Ровеснику, предлагающему выпить коктейль на школьной дискотеке. Ребенок должен понимать, что вежливость – прекрасное качество, но им нужно уметь жертвовать в целях собственной безопасности, самоуважения и уважения к своему личному времени.
 3. Соблюдать гигиену. Если с юных лет приучить ребенка заботиться о чистоте своего тела: мыть руки после улицы, чистить зубы два раза в день, регулярно стричь ногти, принимать душ и пользоваться средствами гигиены, в будущем эта привычка сослужит хорошую службу. Все любят иметь дело с опрятными людьми.
 4. Не опаздывать. Непунктуальность – один из самых больших раздражителей. Она может подводить и ученика в школе, и офисного работника. Поэтому с медлительными детьми стоит с раннего возраста взять за правило выходить из дома на десять минут раньше, готовить одежду и учебники с вечера, чтобы избежать утренней суматохи, а также самим родителям показывать пример прихода к назначенному времени на дни рождения, дружеские встречи или к врачу.
 5. Соблюдать правила безопасности. Жизненно важные правила необходимо выработать до автоматизма, пока дети еще маленькие и, если нужно, повторять их сотни раз, пока они не «впечатаются» в памяти: не перебегать дорогу на красный свет, не играть на проезжей части, пользоваться электроприборами согласно инструкции, аккуратно обращаться с огнем.
 6. Уметь слушать. Это одно из важнейших умений, которое пригодится и в школе (воспринимать информацию), и в работе (проходить собеседования, вести переговоры), и в межличностных отношениях. Поэтому родителям важно самим внимательно слушать детей. А также учить их ждать очереди, чтобы высказаться, не перебивать старших и быть внимательными.
 7. Сосредотачиваться. Современные дети, и взрослые утрачивают способность быть усидчивым, концентрироваться на одной задаче и доходить до сути. Мы можем научить детей отсекал лишнее, не отвлекаться на мелочи, сосредотачиваться на одном деле, а по его завершении приниматься за другое.

8. Класть вещи на место. Приучая ребенка убирать за собой игрушки и вешать на место одежду, в которой он пришел из школы, можно уменьшить энтропию разбросанных вещей сейчас и в будущем.

9. Извиняться. Важно не относиться к ошибкам как к чему-то постыдному, не вырабатывать у ребенка чувство стыда за любую оплошность. Но ввести в лексикон простое слово «извините», когда наступил кому-то на ногу, нечаянно толкнул или обидел, необходимо. Это слово ребенок должен слышать и от родителей. Способность попросить прощения у того, кому сделал больно, поможет не только наладить отношения, но и снять тяжелый груз с души, когда чувствуешь свою неправоту.

10. Слушать чтение книг. Любознательному человеку никогда не будет скучно, литература поможет и с кругозором, и с грамотностью. Поэтому чем раньше в руках ребенка появятся книги, тем интереснее и богаче будет его жизнь.

11. Питаться правильно. Дети перенимают пищевые привычки от родителей, поэтому если хочется, чтобы малыши ели здоровую пищу, начинать стоит с себя и с того, что мы ставим на стол. Привередливые дети и из правильного продуктового набора составят список исключений, но если в родительском рационе присутствуют только полуфабрикаты и сладости, сложно представить, чтобы ребенку захотелось съесть овощной салат.

12. Знакомиться. Начиная с детского сада можно учить ребенка подходить к другим детям и спрашивать, можно ли поиграть вместе. В первое время родитель может брать на себя функцию лидера и сам интересоваться у ребенка, играющего рядом на площадке, как его зовут, чтобы дети слышали и запоминали, как заводить новые знакомства и дружбу.

13. Уважать личное пространство. Некоторым тактильным детям ничего не стоит познакомиться с человеком и через пять минут сидеть на его коленках. Но совсем не многие люди готовы радостно принять столь доверительное к себе отношение. Поэтому и открытых, тактильных детей нужно мягко учить понятию личного пространства, подсказывать, как близко можно подходить во время разговора с незнакомым человеком, кого можно смело обнимать и трогать, а кого это может поначалу испугать.

14. Выражать свои чувства. В стрессовых ситуациях и родителям, и детям важно обозначать, что с ними происходит. И когда случаются ссоры, нужно обязательно рассказывать о своих чувствах и учить детей говорить, что им больно, обидно, неприятно или страшно. Умение выражать чувства поможет не закрываться и не держать переживания внутри.

15. Задавать вопросы. В возрасте почемучек необходимо поощрять детские вопросы и обязательно удовлетворять любознательность. Тогда в дальнейшем дети не побоятся задавать вопросы учителю, захотят узнавать природу тысяч

важных вещей, и тем самым будут проявлять свое равнодушие к окружающему миру.

16. Уметь сострадать и сочувствовать. Помощь больному котенку, покупка продуктов для одинокого соседа, благотворительный взнос, позволят ребенку понять, что он в этом мире не один. Честный разговор о сложных жизненных ситуациях и чужой боли помогут научиться ставить себя на место других людей и понимать, как по-разному могут складываться обстоятельства.

17. Содержать вещи в порядке. Умение организовать школьные принадлежности, аккуратно раскладывать одежду в шкафу, рассортировать свои творческие материалы, здорово упрощает быт. Родители сами могут решить с какого возраста доверить детям уборку своей территории, но до того, как этот вопрос окончательно положить под детскую ответственность, помощь по дому должна войти в привычку.

18. Готовить еду. Дети, которые умеют сделать бутерброд и простой салат, легко осваиваются в походах, могут помочь на семейных пикниках, да и просто не чувствуют себя беспомощными, если родитель занят или неважно себя чувствует.

19. Делать зарядку. Здорово, когда спорт с детства – часть жизни. Но если ваш ребенок больше тянется не к секциям и бассейну, а к книгам и моделированию, то даже простая привычка делать по утрам зарядку поможет проснуться, привести мышцы в тонус и быть со спортом если не на дружеской, то хотя бы на приятельской ноге.

20. Выступать на публике. Как бы ни противились некоторые родители муштре на детских утренниках, наивные четверостишия про зайчиков и елочку пушистую – это первый опыт публичных выступлений, которые будут практиковаться в школе и институте, а во многих случаях и на работе. Умению справиться со страхом выступлений психологи посвящают тома книг, мы же можем подбадривать и радоваться сначала стишкам для Деда Мороза, а в школьные годы – помогать продумывать концепцию выступлений и настраивать детей на успех.

21. Понимать природу денег. Первое представление о деньгах ребенок получит, играя в магазин, но настоящую цену заработанному он узнает не скоро. Родительская задача – до вступления детей в самостоятельную жизнь обучить их финансовой грамотности. Каждый сам решит, что именно нужно знать: как вести бюджет, оплачивать счета, экономить, откладывать часть дохода или инвестировать его. Важно чтобы, начав зарабатывать деньги, дети понимали, как умело ими распоряжаться.

22. Верить в лучшее. Оптимистам все-таки легче живется, в конце их тоннеля всегда есть свет. Мы не можем повлиять на то, какой темперамент достанется нашим детям, но можем вселять уверенность в загрустивших меланхоликов,

настраивать их на лучшее, верить в своих детей и собственным примером демонстрировать позитивное отношение к жизни.

23. Доводить дело до конца. Упорство и нежелание бросать на полпути то, что не получается – не самое распространенное детское качество. Но его все-таки стоит развивать, ведь в будущем предстоит встретиться с задачами, которые нельзя будет бросить как недостроенную башню. Чтобы ребенок учился добиваться поставленной цели, нужно давать ему простые задания и постепенно повышать их сложность. А при возникновении трудностей показывать, как можно просить о помощи, как искать способ решения проблем и доводить начатое до конца. И обязательно дать почувствовать удовлетворение от хорошо проделанной и завершенной работы.

24. Делиться. Сейчас нередко говорят о том, что не стоит заставлять ребенка делиться вещами, если он этого не хочет. И, в общем, с этим сложно не согласиться, достаточно лишь спроецировать на себя ситуацию, когда нас, взрослых, попросят отдать кому-то вещь, которая нужна самим. Но все-таки есть большой человеческий смысл в том, чтобы уметь разделить то, что у тебя есть, с другим человеком. Еще Джек Лондон писал, что милосердие – это кость, поделенная с собакой, когда ты голоден не меньше ее.

25. Заботиться о близких. Видеть, что кому-то необходима забота и участие (живущей одной бабушке, заболевшей тете, другу, сломавшему руку), и просто так предложить свою помощь – очень важно и для дружбы, и для будущей семейной жизни, и для того, чтобы, став родителем самому, уметь безусловно отдавать свою любовь, время и силы детям, не задумываясь о том, что получишь взамен.

Девять фраз, которые нельзя говорить ребенку...

Иногда мы автоматически что-то говорим детям, совершенно не задумываясь над часто употребляемыми в семье фразами. Эти фразы передаются из поколения в поколение, слетают с языка легко и незаметно, и часто наносят серьезный ущерб формированию личности ребенка. Причем фраза на первый взгляд может выглядеть совершенно безобидной, но, тем не менее... ее лучше не повторять:

1. Оставь меня в покое! Вариантов у этого посыла может быть много: «отстань от меня», «не мешай», «я сейчас занят», и так далее. В результате частого произнесения этих фраз у ребенка формируется модель детско-родительских отношений, в которых его место – далеко не первое. В дальнейшем это неизбежно скажется на взаимоотношениях родителей и подросших детей. В самых сложных случаях посыл «уйди отсюда, не мешай» может быть воспринят ребенком буквально: ребенок - помеха, им не дорожат.

2. Ты такой... Ярлык, повешенный на ребенка в детстве, с высокой долей вероятности окажет влияние на формирование его характера. Даже в уменьшительно-ласкательной форме такой ярлык неизбежно нанесет вред. «Глупенький», «капризный», «ленивый» – всего этого лучше не употреблять в общении с детьми. И ни в коем случае нельзя повторять такие слова по несколько раз.

3. Не плачь ... Наверное, это одна из наиболее часто употребляемых родителями фраз. Повторяя ее, вы даете понять ребенку, что его чувства или происшествия, из-за которых он плачет, недействительны, недостойны внимания, незначительны. Если ребенок плачет, то гораздо более действенным способом прекратить плач будет пожалеть ребенка, показать, что вы понимаете и принимаете его чувства.

4. Почему ты не можешь быть как ...? Подобные сравнения с сестрой, братом, соседским ребенком или кем-то другим опасны не только тем, что могут родить долгосрочную обиду и ревность, но и тем, что они в состоянии спровоцировать негативную реакцию, нежелание делать то, что вы от ребенка хотите.

5. Поторапливайся. Понятно, что особенно часто такая фраза звучит в тот момент, когда родители торопятся. В такие моменты хочется, чтобы ребенок шевелился как можно быстрее, а он, как назло, копается и возится, отвлекаясь на все подряд. Возможно, что точно такое же его поведение в более спокойные моменты не вызывает вашего раздражения, и вы его даже не замечаете. Если фраза постоянно произносится раздраженным или обвиняющим тоном, то заставляет ребенка чувствовать то, что родитель им недоволен, что он причиняет неудобство. Если такая ситуация повторяется ежедневно или даже по несколько раз в день, ни к чему хорошему это не приведет, может произойти падение самооценки ребенка.

6. Молодец! Что плохого может быть в этой распространенной поощрительной реплике? Однако психологи утверждают, что при частом употреблении одной и той же фразы в качестве похвалы, она становится обезличенной, обесценивается. Ребенок начинает воспринимать ее как некий механический ответ, и на подсознательном уровне перестает придавать ему какое-либо значение. То есть механически сказанное «молодец» равняется в его восприятии полному отсутствию какой-либо похвалы. Так что даже хвалить ребенка лучше каждый раз по-разному, не используя одних и тех же выражений.

7. Дай-ка я тебе помогу, у тебя не получается. Психологи считают, что такая фраза, повторяемая изо дня в день, программирует ребенка на неудачу. Он заранее готов к тому, что у него не получится, но мама все за него сделает. К слову сказать, в определенном возрасте у ребенка начинается период «я сам», во

время которого произнесение такой фразы даже может спровоцировать нешуточный конфликт!

8. Возьми, только успокойся! Частая перемена строгого запрета на вымученное разрешение подсказывает ребенку, что таким способом (нытьем, истерикой, капризами) он может добиться от родителей чего угодно.

9. Быстро прекрати! Немедленно помолчи, сейчас же успокойся, живо, скорее, кому сказали... Ни с кем, кроме ребенка, вы бы не позволили себе разговаривать в подобном тоне, правда ведь? Ребенок на такое обращение тоже обижается, чувствуя себя при этом еще и абсолютно бесправным. И вместо того, чтобы "перестать" и "успокоиться" начинает протестовать. Малыши плачут и капризничают, подростки бросают "отстань" и замыкаются в себе. В результате такой фразы мама получает прямо противоположный результат: вместо того, чтобы «прекратить», ребенок только усиливает нежелательное поведение.