



Консультация для родителей

**«Когда трудности с адаптацией
исходят от родителей»**

**Подготовила:
педагог-психолог
Артюхина О.В.**

Когда трудности с адаптацией исходят от родителей

1. Неправильный настрой ребенка на посещение детского сада.

Некоторые родители рисуют малышу некую идиллию, другие угрожают детским садом как наказанием за непослушание. Лучше всего занять позицию осознанной необходимости. Формированию неправильного настроения способствует высказывание взрослыми негатива, недовольства садиком и его сотрудниками в присутствии ребенка. Стоит избегать разговоров о слезах малыша с другими членами семьи в его присутствии. Но обязательно показывать значимость его нового статуса.

2. Стремление развлечь ребенка в этот трудный для него период походами в цирк, зоопарк, кафе. Этим еще сильнее нагружается нервная система. Лучше больше проводить времени в привычной домашней обстановке, играя и разговаривая с малышом.

3. Наложение кризисов, когда начало посещения детского сада, совпадает с изменением состава семьи или переездом. Например, папа оставил семью, и маме необходимо выйти на работу. Или родился еще один ребенок. Отдавать в садик старшего ребенка желательно до появления малыша, чтобы он не воспринял это как изгнание, потому что новый ребенок занял его место.

4. Чрезмерная тревожность, озабоченность. Если мать с опаской ждет, что ребенок заболит, он непременно заболит, чтобы оправдать ее надежды. Если мать долго прощается с ребенком с обеспокоенным выражением лица, а приходя за ним, тревожно осматривает на предмет ушибов, покраснений, симптомов недомогания — ее тревога, несомненно, перейдет и ребенку. Прежде всего, в такой ситуации свое внутреннее состояние должна изменить мама.

5. Отсутствие необходимости в посещении детского сада. Родители сомневаются в целесообразности «садиковского воспитания», и любые колебания родителей ребенок использует для того, чтобы не пойти в садик.

6. Неготовность родителей к негативной реакции ребенка на дошкольное учреждение. Ребенок плачет, а родители переживают тревогу и чувство вины, только усугубляя ситуацию. Как бы это странно ни звучало, но плач при адаптации — это норма. И чем громче плач, тем

скорее он закончится. Ребенку нужно время и возможность «отгоревать», пережить потерю каких-то удовольствий домашней жизни

К чему может привести материнская тревожность.

Во-первых, большая вероятность того, что ребенок будет обладать повышенной тревожностью, с осторожностью и недоверием относиться к внешнему миру.

Продолжительное тревожное состояние может приводить к психосоматическим нарушениям: потере аппетита, нарушению сна и т. д.

Во-вторых, материнская тревожность может привести к замедлению психологического и физиологического развития. Постоянные запреты на проявление физической активности «не лезь на горку, дерево, лестницу» не дает ребенку развиваться физически.

Слишком теплая одежда ребенка, чрезмерное слежение за комнатной температурой и температурой воды, а также навязчивое мытье овощей и фруктов ослабляет естественный иммунитет ребенка. Запреты за встречи с друзьями, самостоятельные прогулки разрывают его социальные связи.

В-третьих, ребенок может подвергаться насмешкам сверстников из-за слишком сильной опеки родителя, что может привести к его снижению самооценки, комплексам, замкнутости в себе.

В-четвертых, многие дети, повзрослев, просто бегут от назойливой слежки за всеми действиями слишком тревожного родителя. Велика опасность потерять эмоциональную связь с ребенком. Такие мамы ограничивают свободу своих детей, не позволяют им стать самостоятельными и приобрести собственный жизненный опыт.

Реакция детей на излишнюю тревожность может быть двойкой - либо полное игнорирование (они считают, что все, что говорит мама это ее личные выдумки, так как многое, чем она пугала не сбылось); либо инфантилизм и неумение за себя постоять, а также полная несамостоятельность в жизни.

Постарайтесь не демонстрировать свою тревогу ребенку!

Но наигранной бодрости будет мало. Вам придется постараться взять себя в руки по-настоящему, т.к. дети безошибочно чувствуют истинное душевное состояние матери.