
ОСОБЕННОСТИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ РАБОТЫ С РОДИТЕЛЯМИ В ПЕРИОД АДАПТАЦИИ ДЕТЕЙ К ДЕТСКОМУ САДУ

Н.С. Хомерики (Москва)

Аннотация. В статье описана деятельность психологической службы в *English Nursery & Primary School*, которая охватывает все моменты пребывания ребёнка в саду. Особенное внимание специалисты уделяют процессам адаптации ребёнка и родителей к детскому саду.

Ключевые слова: психологическая служба, адаптация, психологическая готовность.

Психологическая служба ENS своей деятельностью охватывает все этапы пребывания ребёнка в образовательном учреждении, а также оказывает психологическую помощь и поддержку родителям воспитанников. Для родителей предусмотрено сопровождение психологами в течение обучения ребёнка в саду в виде индивидуальных консультаций, тренингов для родителей, использования методических материалов. Особое внимание уделяется вопросам адаптации детей и родителей к детскому саду. Успешность адаптации ребёнка к детскому саду во многом определяется тем, насколько окружающие его взрослые психологически готовы к этому новому этапу жизни семьи. Психологическая готовность включает такие аспекты, как мотивационная готовность, компетентность в вопросах развития и воспитания, эмоционально-волевая готовность, адекватность представлений о детском саде.

Нами разработано «Руководство для родителей по адаптации детей к детскому саду». Оно содержит 5 разделов, в которых освещены различные аспекты адаптации: понятие адаптации и описание её этапов; характеристика адаптации ребёнка и факторов, провоцирующих

стресс; отмечены факторы успешной адаптации; освещена работа с родителями по вопросам адаптации детей; выявлены проблемы адаптации самих родителей, поскольку они всегда остаются «за кадром», хотя испытывают не меньший стресс и целый комплекс переживаний. Родителям требуется помощь в принятии и понимании переживаемых ими эмоций, связанных с сепарацией.

Брошюра содержит рекомендации для родителей, как помочь себе в период адаптации к саду. Поступление ребёнка в детский сад — это момент отделения ребёнка от родителей, а это испытание для всех. В связи с этим важно продумать, чем родитель заполнит освободившееся время, чтобы избежать растерянности и пустоты; нужно заручиться поддержкой окружающих, в том числе и других родителей, чьи дети посещают группу; стоит воспользоваться поддержкой психолога, который расскажет, как проходит адаптация, о людях, которые работают с ребёнком, методах воспитания.

Например, разработаны рекомендации для родителей «Как организовать утро в первые дни посещения детского сада», направленные на минимизацию стресса и у ребёнка, и у родителя:

1. «Спокойна мама — спокоен ребёнок». Чувствуя уверенность родителей, их позитивный настрой, ребёнку легче привыкнуть к изменениям. Если ребёнок «считывает» мамино спокойствие, то ему будет легче успокоиться самому.

2. Важно, чтобы ребёнка отводил в сад тот родитель или родственник, с которым ему легче расстаться.

3. Ребёнок должен знать, кто и когда его заберёт. Ему легче знать, что за ним придут после какого-то события, чем ждать каждую минуту, поэтому лучше мыслить событиями: «ты поиграешь, позанимаешься, погуляешь, пообедаешь — и я приду».

4. Пообещав ребёнку, что Вы заберёте его сразу после прогулки, важно сдержать слово. Отвечая на любые вопросы ребёнка, психологи также руководствуются принципом честности и опираются на Вашу с ним договорённость.

5. Нужно придумать свой ритуал прощания и встречи. Когда многое в жизни ребёнка меняется (круг общения, обстановка, требования), важно организовать ему «точки опоры», которые помогут чувствовать себя более уверенно.

Ещё одним материалом-подспорьем для родителей является заметка о типичных ошибках, затрудняющих адаптацию ребёнка.

Неправильно:

1) наказывать или сердиться на ребёнка за то, что он плачет при расставании или дома при упоминании необходимости идти в сад. Строгое напоминание о том, что «он обещал не плакать», абсолютно неэффективно. Дети дошкольного возраста ещё не умеют «держат слово»;

2) обманывать ребёнка, говоря, что его заберут очень скоро, если ему, например, предстоит оставаться в саду полдня или на полный день. Пусть лучше ребёнок знает, что мама придёт не скоро, чем будет ждать её целый день, так он может потерять доверие к самому близкому человеку;

3) пугать детским садом («Будешь себя плохо вести — пойдёшь в детский сад!» или «Если не будешь слушаться — я тебя тут навсегда оставлю»). Место, которым пугают, никогда не станет ни любимым, ни безопасным;

4) плохо отзываться о педагогах и саде при ребёнке. Это может навести малыша на мысль, что сад — это нехорошее место и его окружают плохие люди;

5) говорить о слезах ребёнка с другими членами семьи в его присутствии.

Психологическая служба ENS разработала целый перечень мероприятий, направленных на поддержку родителя, что играет ключевую роль в процессе адаптации ребёнка к детскому саду.