

Проблема: Не хочу и не пойду!

«Нет! Не-е-е-т! Я не пойду!» – этот душераздирающий вопль вы и ваши соседи слышите примерно около 7 часов утра каждый будний день. Повод банален – ребенок не желает идти в детский сад. Он упорно не хочет просыпаться, делая вид, что сон так крепок, что хоть из пушки пали – не услышит. Проснувшись, он решает рыдать, дабы вас разжалобить. Затем, поняв, что в садик все равно идти придется, никак не может дойти до ванны (надеть колготки, найти игрушку, выбрать платье, застегнуть ботинки – нужное подчеркнуть). А ведь вам на работу! Вы опаздываете! Да и он тоже. С горем пополам собираетесь, бежите, вручаете дитя воспитателю и уже за дверью выдыхаете – все, можно на работу.

Иногда тягостные сцены начинаются уже с вечера. «Мама, а завтра в садик?» – «Да». – «А можно я не пойду?» Здесь, в зависимости от настроения родителей и их педагогической позиции, возможны варианты от «Ну потерпи, скоро пятница» (даже если разговор в понедельник) до «Не начинай тут! Я на работу, а ты в садик!!!». И утренние, и вечерние сцены повторяются изо дня в день, изматывая и родителей, и детей.

В книге «Что делать, если ребенок не хочет ходить в детский сад» вы найдете 5 историй из практики, иллюстрирующих 5 главных причин нежелания ребенка посещать детский сад. Как и в других книгах этой серии, вам предлагаются мини-тесты, которые помогут точнее определить причину проблемы, а также рекомендации для ее скорейшего решения. Ведь именно к этому мы стремимся?

Нужно определиться и с терминами. Каких-то детей воспитывают оба родителя, у кого-то есть только мама или папа, кто-то живет с отчимом или мачехой, а некоторые попали в приемную семью. Чтобы не путаться, в книге я буду называть всех взрослых «родителями», иногда «мамой» и «папой», имея в виду, что они могут быть неродными ребенку по крови. Ведь то, для чего они находятся рядом с ним, от «родства крови» почти не меняется.

Вам тягостно видеть ребенка грустным от того, что он должен идти туда, куда не хочет. И вы прекрасно его понимаете: в своей взрослой жизни каждый наверняка бывал в ситуации, когда нужно, но не хочется идти на опостылевшую работу или неинтересную учебу. Но также вы уверены: иного выхода нет, и в садик ему ходить придется.

SOS! Он не хочет в детский сад!

Итак, ваш ребенок не хочет ходить в детский сад. Причины мы разберем ниже, в следующей части, которая будет наполнена примерами и рекомендациями. Но как именно может проявляться нежелание? Иногда оно столь замаскировано, что сразу и не поймешь, оно ли это.

...пытается уговорить родителя. Он ищет аргументы от «я болею, кхе, кхе» до «бабушке без меня дома скучно». Он пытается выяснить, действительно ли мама уходит на работу, и если выясняет, что нет, то усиливает свой натиск.

...активно сопротивляется. Ребенок кричит и плачет: «Не пойду в садик! Не хочу!» Чаще это происходит утром, иногда вечером. Ситуация вполне определена и для ребенка, и для родителей, от которых требуются какие-то действия.

...затягивает утренний ритуал. То его невозможно разбудить, то он капризничает, не желая вставать, умываться, одеваться. Он «теряет» свою одежду и обувь, витает где-то в облаках, доводя вас до белого каления. Если вы его спросите, хочет ли он в садик, он, возможно, и ответит «нет».

Но работающие родители не могут позволить себе этот вопрос, ведь идти все равно нужно.

...его поведение меняется. Раньше он был веселым и оптимистичным, а теперь вы замечаете, что стал более замкнутым, меньше улыбается и часто грустит. Причин для таких изменений может быть немало помимо посещения детского сада, но будьте внимательны!

...не желает говорить о садике. Вы не можете от него добиться, чем он сегодня занимался, что кушал, как спал и с кем дружил. Он не рассказывает ни о чем, как будто детского сада в его жизни просто не существует, как будто он хочет полностью отвлечься даже от мыслей о нем.

...постоянно жалуется. Ребенок рассказывает, но все истории носят негативный подтекст: один его обидел, второй ударил, третий задел, четвертый в игру не взял, а воспитательница ругалась. Судя по его рассказам, в детском саду с ним ничего хорошего вовсе не происходит!

...много болеет. Частые ОРВИ говорят о низких резервных возможностях организма. Но наше тело и психика – часть одной и той же системы. Если ребенок не желает ходить в детский сад, тело ему «помогает»: оно не борется с инфекциями, так как это позволит получить необходимую передышку и побыть дома с любимой мамой.

Иногда все эти признаки выступают вместе, порой – в разных сочетаниях. Но все они достойны того, чтобы задуматься. Почему же он не хочет в детский сад и как можно ему помочь? Игнорировать проблему ни в коем случае нельзя.

Не спешите отказываться

Столкнувшись с нежеланием ребенка ходить в детский сад, родители задаются вопросом: «Что делать?» Вариантов несколько. Можно отказаться от детского сада и, забыв о своей карьере, сидеть с ним дома. Можно пожертвовать работой бабушки, если она на это согласится. Можно нанять няню, что стоит недешево.

Но бегство в этом случае – не лучшая стратегия. Гораздо эффективнее разобраться в причинах такого отношения ребенка к детскому саду.

Возможно, он просто еще не адаптировался. Или есть проблемы в отношениях с воспитателем. В этом случае можно перейти в другую группу или сменить садик. Бывает, у малыша слишком сильная связь с домом и родителями, которая мешает ему выйти в мир. Тогда период «отрыва» будет сложным, но отказ от детского сада лишь усугубит личностную проблему.

Я убеждена, что в большинстве случаев родители способны помочь ребенку. Иногда сами, а иногда с помощью психолога, который поможет найти ориентиры. Детский сад – это хороший опыт для всей будущей жизни и стоит того, чтобы постараться преодолеть временные трудности.

Разберемся в причинах

В своей практической деятельности я не раз сталкивалась с нежеланием детей посещать детский сад. Но, даже если ребенок любит ходить туда, он никогда не откажется провести время дома, если предоставить ему выбор.

Большинство детей очень любят дом и своих родителей. И как бы ни был прекрасен детский сад, они все равно не «изменяют» тому, что им по-настоящему дорого.

Не стоит путать эту ситуацию с нежеланием посещать садик. А теперь – к истинным причинам и историям из практики!

История первая: Настенька, или Первый раз в детский сад

Когда Настя, которой недавно исполнилось три годика, первый раз пришла в садик, ее мама Оксана не могла нарадоваться. Дочка потребовала побыстрее ее раздеть и побежала в группу смотреть новые игрушки. Мама сказала Насте: «Пока, дочка!», но девочка даже не услышала, так была занята. Когда через два часа мама пришла за ней, Настя спокойно играла, и казалось, что даже не хочет уходить. На следующий день Оксана не ждала никаких проблем, считая, что девочка привыкла сразу. Но не тут-то было! Дочка устроила в раздевалке настоящий бой, не давала себя раздевать, плакала и просила маму: «Не уходи!» Она упиралась и не хотела заходить в группу, пока на помощь не подошла воспитательница, которая взяла девочку на руки. Уходила Оксана совершенно в другом настроении, чем вчера. Придя за дочкой, она обнаружила ее с заплаканными глазами. Оказалось, что Настя все время просидела в уголке, ничего не ела и даже не подходила к игрушкам. Оксана задумалась: было ли ее решение отдать ребенка в детский сад правильным и сможет ли Настя привыкнуть к нему? Последующие несколько дней стали кошмаром для всех: по утрам малышка упиралась и плакала, у мамы тоже глаза были на «мокрой месте». В очередной раз, отведя дочку в группу, Оксана решила зайти к психологу, чтобы узнать: может, Настя «несадовый» ребенок?

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 «несадовый», а остальные малыши якобы чувствуют себя лучше. Но это не так. Вот распространенные изменения в поведении ребенка в период адаптации.

1. Эмоции. В первые дни пребывания в детском саду гораздо сильнее выражены отрицательные эмоции: от хныканья «за компанию» до постоянного приступообразного плача. Дольше всех сохраняется хныканье, с помощью которого ребенок стремится выразить протест против расставания с родными. Особенно яркими становятся проявления страха (малыш явно боится идти в садик, боится воспитателя или того, что мама за ним не вернется), гнева (когда он вырывается, не давая себя раздеть, и даже может ударить взрослого, собирающегося оставить его), депрессивные реакции («замороженность», «заторможенность», эмоций как будто нет вообще). Поначалу ребенок испытывает мало положительных эмоций. Он очень расстроен расставанием с мамой и привычной средой. Если он и улыбается, то в основном это реакция на новизну или на яркий стимул (необычная игрушка, «одушевленная» взрослым, веселая игра). Наберитесь терпения! На смену отрицательным эмоциям обязательно придут положительные, свидетельствующие о завершении адаптационного периода. А вот плакать при расставании ребенок может еще долго, и это не говорит о том, что адаптация проходит плохо. Если ребенок успокаивается в течение нескольких минут после ухода мамы, то все в порядке.

2. Контакты со сверстниками и воспитателем. У ребенка снижается социальная активность. Даже общительные, оптимистичные дети становятся напряженными, замкнутыми, беспокойными. Нужно помнить, что малыши 2–3 лет играют не вместе, а рядом. У них еще не развита сюжетная игра, в которую включались бы несколько детей. Лучше всего в этом возрасте им удаются такие «игры», как совместный визг, беготня, повторение друг за другом стереотипных действий. Поэтому не стоит расстраиваться, если ваш ребенок пока не общается с другими детьми. Об успешной адаптации можно судить по тому, что малыш все охотнее взаимодействует с воспитателем в группе, откликается на его просьбы, следует режимным моментам. Он начинает осваивать пространство группы, играть с игрушками. Общение с другими детьми, однако, может не проявляться еще долго, и это норма для малышей до 3 лет.

3. Познавательная активность. Первое время познавательная активность бывает снижена или и вовсе отсутствует на фоне стрессовых реакций. Иногда ребенок не интересуется даже игрушками. Многим требуется посидеть в сторонке, чтобы сориентироваться в окружающей обстановке. Постепенно «вылазки» к игрушкам и другим ребятам станут более частыми и смелыми. В процессе успешной адаптации ребенок начинает интересоваться происходящим, задавать вопросы воспитателю.

4. Навыки. Под влиянием новых внешних воздействий малыш может *на короткое время* «растерять» навыки самообслуживания (умение пользоваться ложкой, носовым

платком, горшком и т. д.). Успешность адаптации определяется тем, что ребенок не только «вспоминает» забытое, но вы с удивлением и радостью замечаете новые достижения.

5. Особенности речи. У некоторых детей словарный запас скудеет или появляются «облегченные» слова и предложения. Не волнуйтесь! Речь восстановится и обогатится, когда адаптация будет завершена.

6. Двигательная активность. Она редко сохраняется прежней. Некоторые дети становятся «заторможенными», а некоторые – неуправляемо активными. Это зависит от темперамента ребенка. Хорошим признаком является восстановление нормальной активности дома, а затем и в садике.

7. Сон. Если ребенка оставить на дневной сон, то первые дни он будет засыпать плохо. Малыш может вскакивать («Ванька-Встанька») или, уснув, вскоре просыпаться с плачем. Дома может отмечаться беспокойный дневной и ночной сон. К моменту завершения адаптации сон и дома, и в саду обязательно нормализуется.

8. Аппетит. Поначалу может быть пониженный аппетит. Это связано с непривычной пищей (непривычен и вид, и вкус), а также со стрессовыми реакциями – малышу просто не хочется есть. *Нормальной считается даже небольшая потеря веса.* Хороший признак – восстановление аппетита. Пусть малыш съедает не все, что есть на тарелке, но он начинает кушать. Вес к концу адаптационного периода восстанавливается и затем только повышается.

9. Здоровье. Снижается сопротивляемость организма инфекциям, и ребенок болеет в первый месяц (а то и раньше) посещения садика. Однако болезнь, как правило, протекает без осложнений.

Конечно, многие мамы ждут, что негативные моменты поведения и реакции ребенка исчезнут в первые же дни. И расстраиваются или даже сердятся, когда этого не происходит. Обычно адаптация проходит 3–4 недели, а то и растягивается на 3–4 месяца. Не торопите время, не все сразу!

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

Проанализируйте утверждения и поставьте «галочку» в нужной графе.

№	УТВЕРЖДЕНИЯ	ВЕРНО	НЕВЕРНО
1	Ваш ребенок посещает детский сад не более 2–3 месяцев		
2	Вы замечаете, что дома ребенок «цепляется» за одного из взрослых (как правило, маму), «прогоняя» других		
3	Настроение ребенка неустойчивое, и он легко может расстроиться		

№	УТВЕРЖДЕНИЯ	ВЕРНО	НЕВЕРНО
4	В саду ребенок просит, чтобы вы остались вместе с ним		
5	Воспитатели говорят о том, что он достаточно быстро успокаивается и начинает играть		
6	Он плачет не только, когда вы уходите, но и когда вернулись за ним		
7	После начала посещения сада у него были нарушения сна (ночные просыпания, плач)		
8	Он старается выяснить, что именно вы делаете, когда он находится в саду		
9	Облеичается ли ситуация, если вы обещаете ему принести конфету или пойти вместе в магазин		
10	Отмечаете ли вы, что, несмотря на трудности, постепенно становится легче		

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 заразит его хорошим настроением.

2. *Пусть малыша отводит тот родитель или родственник, с которым ему расстаться легче.* 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.

А как же Настя?

Я выслушала Оксану и ее историю. И конечно, сказала о том, что многое из того, что происходит, типично и обязательно пройдет. Но самой маме явно требовалась помощь! Ведь мамы переживают в этот момент ничуть не меньше детей: «пуповина» – это двусторонняя связь. И важно, чтобы вовремя была оказана поддержка. Оксане нужно было поверить, что Настя, как и другие дети, вовсе не «слабое» создание и вполне способна справиться с ситуацией. И действительно, уже через несколько недель девочку было не узнать. «Я пойду завтра в садик! Там мои детки и тетя Ивановна», – говорила она с гордостью папе по вечерам. Рассказывала про детей, игрушки, занятия. И на вопрос, нравится ли ей в садике, уверенно отвечала «Да!».

...

РЕЗЮМЕ: Он обязательно привыкнет!

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!

История вторая: «Вредный» Никита, или Не сошлись характерами

Никите 5 лет, и он под любым предлогом готов остаться дома. Он даже пытается симулировать плохое самочувствие, лишь бы не ходить в садик. А если по-настоящему заболит, то не скрывает своей радости. Маме Никиты, Марине, понятно, почему так происходит. У Никиты «не сложились отношения» с воспитателем в группе, Ириной Семеновной. Она, по мнению мамы, слишком строга к мальчику. Конечно, Никита очень

активный, непоседливый и всегда дает сдачи, если его кто-то тронет. Воспитатель часто рассказывает маме о том, что «натворил» ее сын. А позитивной информации она не слышала очень давно. По рассказам сына Марина поняла, что Ирина Семеновна относится к нему с предубеждением, заранее не ожидая от него ничего хорошего. Марина хотела поговорить с педагогом, но боялась, что отношение к ребенку станет еще хуже.

Причина: Сложные отношения с воспитателем

Когда вы оставляете ребенка в детском саду, самый важный вопрос: с кем вы его оставляете? Никто, думаю, не поспорит с тем, что личность педагогов, с которыми ребенок проводит большую часть дня, пока вы на работе, имеет первостепенное значение. Странно, но приходится наблюдать, как одного и того же воспитателя некоторые дети обожают, а другие – почти ненавидят. Первые будут обнимать, ласкаться, заглядывать в глаза и слушаться беспрекословно. Вторые – игнорировать, стараться не попадаться на глаза, а то и демонстративно нарушать запреты и правила. Поэтому и родители первой группы не понимают, о чем речь: их-то дети с удовольствием ходят в садик именно к этому воспитателю! Впрочем, иногда ситуация складывается по принципу «шила в мешке не утаишь», когда почти все родители считают, что им достался не лучший педагог. А некоторые готовы его терпеть, не более. В этом случае большинство детей к посещению садика относятся «прохладно» и уж тем более не рвутся туда.

Почему у ребенка «сложные» отношения с воспитателем? Истоки проблемы нужно искать либо в ребенке, либо в воспитателе. В результате возникает ситуация, которую можно охарактеризовать известным выражением «не сошлись характерами». По моим наблюдениям, так бывает, если педагог придерживается *авторитарного стиля общения*: достаточно жестко регламентирует правила, шаг влево или вправо считается побегом, а за «неверно» нарисованный цветочек следует убийственный взгляд. Такие воспитатели желают, чтобы все дети были идеально послушны, делали бы все сразу и быстро, никогда не отвлекались, громко не кричали, быстро бегали только на физкультуре, рисовали идиллические картинки, но ни в коем случае не роботов, играли бы в настольные игры, чинно сидя за столами. Что за прелесть! Но дети – иные существа и не вписываются в столь прекрасный план. И чем строже ожидания педагога, тем больше детей «не впишутся». И тем больше они получают порицаний. И тем меньше у них будет желания вновь встретиться с этим воспитателем.

Дети наши, конечно, тоже не ангелы. Очень непоседливые, не желающие выполнять общие правила. Некоторые постоянно нарушают «границы» других людей (и взрослых, и детей), не заботясь о том, приносит ли это тем неприятности. Все больше детей с самостоятельным мышлением, а значит, с ними труднее договориться и даже понять их мнение. Часто они не желают шагать строем и делать то, что предложено всем. И чем в более «обязательном порядке» предложено, тем меньше желания у них выполнять это. Им вообще непросто в рамках детского сада, а у жесткого педагога – тем более. Но «сложный» характер ребенка вовсе не гарантирует проблем. Напротив, у лояльного воспитателя-демократа такие дети просто расцветают.

Как может педагог выразить свое негативное отношение к ребенку?

...делать замечания только ему одному, даже если не правы были оба ребенка. А чаще – не разбираться в ситуации вообще, повесив на него «ярлык»;

...при других детях отпускать в отношении его язвительные фразы;

...наказывать сильнее, чем в той же ситуации другого ребенка;

...игнорировать его вопросы, просьбы, желание высказаться, а особенно – позитивные поступки.

Иногда отношение воспитателя очевидно для родителей: она регулярно жалуется на ребенка, просит «повлиять», но никогда не подсказывает, как именно это сделать. И не обещает поддержку со своей стороны. Порой отношение к ребенку остается за дверьми группы, и родители могут узнать о нем только из рассказов самого малыша.

Справедливости ради стоит заметить, что необязательно педагогу быть монстром, чтобы отношения не сложились. Иногда достаточно небольшой бестактности, невнимания или окрика – и ребенок, особенно чувствительный, обидится. А тревожный малыш получает массу негативных эмоций, даже если воспитатель кричит на другого ребенка, хотя его самого и «не трогают». Порой маленькие дети просто боятся громкого голоса, особенно если в их семье принят спокойный стиль общения.

Мини-тест: Отношения с педагогом

Проанализируйте утверждения и поставьте «галочку» в нужной графе.

№	УТВЕРЖДЕНИЯ	ВЕРНО	НЕВЕРНО
1	Зная, что с утра будет определенный воспитатель, ребенок ищет повод не пойти в садик или капризничает		
2	Вы замечаете, что ребенок старается избежать контакта с воспитателем, даже когда та подчеркнуто дружелюбна		
3	Ребенок прямо говорит, что ему не нравится воспитатель		
4	Воспитатель часто жалуется на плохое поведение ребенка		
5	Воспитатель редко или вообще никогда не хвалит ребенка		
6	Воспитатель при вас старается быть дружелюбной с ребенком, но у вас остается ощущение неискренности		
7	Ребенок предпочитает только одного воспитателя		
8	В разговорах с родителями вы слышали, что другие дети тоже недолюбливают «того» воспитателя		
9	Вам кажется, что воспитатель даже не пытается найти контакт с ребенком		
10	Вы сами слышали, как воспитатель повышает голос на детей		

Подведем итоги. Чем больше раз вы сказали «верно», тем больше вероятность того, что причина нежелания ребенка ходить в садик связана с воспитателем. Нужно действовать!

Поговорить с воспитателем: нужно!

Часто родители не хотят разговаривать с воспитателем из опасений, что та потом «отыграется» на ребенке. Но такая позиция лишь маскирует их неуверенность в себе и неумение отстаивать свою точку зрения. Иногда события принимают такой оборот, что родители просто обязаны во всем разобраться и, если нужно, защитить интересы малыша. Ребенок должен чувствовать, что вы готовы прийти к нему на помощь. Ведь он на вашем примере учится, как действовать в конфликтных ситуациях. И если родители предпочитают «спрятать голову в песок», то не стоит потом удивляться бесхребетности своего чада. Ребенок не может сам «бороться» с воспитателем. Есть хорошее правило: если у тебя конфликт с другими детьми, справляйся сам, мы можем помочь только советом; но если тебя обижает взрослый, то тут наша очередь действовать. В каких ситуациях необходимо разговаривать с педагогом?

1. *Если произошел единичный, но серьезный случай*, который повлек или мог повлечь физический или моральный вред для ребенка. Например, оскорбление или унижение перед остальными детьми, халатность, в результате которой ребенок заболел или пережил стресс.

2. *Если что-то тревожащее повторяется систематически*: беспричинные, на ваш взгляд, наказания, предвзятое или неуважительное отношение к ребенку.

Конечно, начинать разговор стоит только в том случае, если вы можете четко сформулировать суть своего недовольства и предложить рациональный путь выхода из ситуации.

Поэтому, если проблема, на ваш взгляд, достойна обсуждения, нужно подготовиться. Для начала настройтесь на разговор на равных. Попытка учить педагога, ставить себя выше его вызовет защитную реакцию и помешает рациональному общению.

Так же как и просительная позиция, когда вы ставите педагога выше себя. Подумайте о месте и времени: лучше всего обсуждать ситуацию один на один.

И пожалуйста, не распяйте себя перед беседой! Вы не будете выглядеть убедительнее, а вот ясность мысли потеряете наверняка.

Алгоритм беседы

Разговаривая с педагогом о том, что вас взволновало или возмутило, нужно придерживаться определенного алгоритма, который позволит достичь взаимопонимания и разрешить конфликт. В течение всей беседы следует держать в голове две цели: *проблема больше не должна причинять вреда вашему ребенку, и добрые отношения с воспитателем должны быть по максимуму сохранены*. Любое свое слово «примеряйте» на эти цели, и вы поймете, что стоит говорить, а что нет.

Шаг первый: правильное начало. Прежде всего, нужно поблагодарить педагога за готовность встретиться с вами и обсудить проблему. Достаточно одной или нескольких фраз, выражающих признательность: «Спасибо, что, несмотря на позднее время, вы готовы обсуждать со мной то, что меня беспокоит». Такое начало настраивает на позитивное общение и снимает излишнее напряжение как у воспитателя, так и у родителя.

Шаг второй: выражение надежды на урегулирование ситуации. Например: «Я надеюсь, мы найдем решение, которое будет устраивать нас обоих. Я уверена, что мы готовы к конструктивному общению». Этот шаг закрепляет позитивную позицию и дает возможность для дальнейшего обсуждения волнующего вас вопроса.

Шаг третий: формулирование проблемы. К моменту разговора вы должны четко сформулировать проблему, которая привела вас к воспитателю. Не нужно долгих монологов, в ходе которых обычно лишь нарастает эмоциональное напряжение, мешающее беседе. Чем четче обозначена проблема, тем больше возможностей для ее решения.

Шаг четвертый: приглашение к обсуждению. Это фраза, приглашающая воспитателя высказать собственное мнение по сформулированной вами проблеме. Например: «Пожалуйста, расскажите мне, как вы видите ситуацию».

Шаг пятый: диалог. Главные условия успеха – сохранение уважения, умение слушать и слышать собеседника, обсуждение только сути вопроса, отсутствие «силовых» воздействий (шантажа, угроз), преодоление чувства безнадежности, если оно возникает. Чувство безнадежности может возникать у не слишком уверенных в себе родителей и мешает продолжению разговора. Вы словно слышите «внутренний голос», говорящий: «Все равно ничего не получится, разговор слишком тяжелый, заканчивай побыстрее». Этому не стоит поддаваться, нужно продолжать беседу в выбранном русле. Дайте понять воспитателю, что вы занимаете позицию «Мы против проблемы», а вовсе не «Я против тебя». Предлагайте свои пути решения. Покажите, чем это выгодно для педагога. Возможно, вы вместе найдете «серединный» вариант, и если он обеспечит комфорт ребенку и поможет сохранить добрые отношения с воспитателем, то это хороший результат. Умейте извиняться и принимать извинения. Возможно, в процессе беседы вы поймете, что погорячились и оказались не совсем правы. Например, воспитатель расскажет о том, о чем умолчал ребенок, или пояснит правила поведения в группе. Не стесняйтесь сказать, что были не правы, и поблагодарите за разъяснения.

Шаг шестой: резюме. Как бы ни прошел разговор, подведите в конце краткое резюме, в котором обозначьте основную позицию, к которой вы пришли в результате. Например: «Итак, нам удалось договориться, что...» Если разговор не получился, также констатируйте это: «К сожалению, мы не смогли найти общего решения».

Шаг седьмой: подведение итогов. Если вам удалось прояснить ситуацию и найти решение проблемы, обязательно поблагодарите еще раз воспитателя за то, что она нашла время с вами встретиться: «Я рада, что мы смогли поговорить. Надеюсь, что и в будущем у нас будут конструктивные отношения».

Если договориться не получилось

Даже если диалог, по вашему мнению, не получился, не отчаивайтесь. Может казаться, что разговор окончился «ничем» и она «ничего не поняла», но это необязательно так. Исходя из практики, могу утверждать: воспитатели стараются уважительно и внимательно относиться к детям даже с непростым характером, если их родители постоянно держат «руку на пульсе». Чем решительнее выглядят родители, готовые отстаивать интересы ребенка, тем меньше воспитатель захочет «связываться» с ними. Поэтому не стесняйтесь говорить о том, что вам не по душе, не бойтесь ухудшения отношения к ребенку.

С большой долей вероятности ситуация улучшится. Воспитатель, обдумав спокойно ваши слова и поняв, что вы настроены решительно, скорее всего постарается пойти на компромисс. Выждите после разговора хотя бы 7–10 дней, чтобы дать возможность педагогу сделать правильные выводы. Если же, несмотря на попытки договориться, недопустимые, с вашей точки зрения, случаи повторяются, придется идти выше: к заведующей, а потом и в местный Департамент образования. В этом случае нужно строить разговор, применяя ту же стратегию. Оптимальным вариантом решения проблемы может стать перевод ребенка в другую группу. Помните, что главное – защита интересов вашего малыша, его физического и психологического благополучия.

А как же «вредный» Никита?

Мама Никиты, Марина, была в растерянности. Она понимала, что разговор с воспитателем необходим, но сама была человеком, избегающим конфликтов. Однако вечно от проблем бегать не будешь, тем более если речь идет о ребенке. Конечно, она попыталась договориться со мной, психологом, чтобы я обсудила проблему с Ириной

Семеновной. Я, разумеется, пообещала взять ситуацию под контроль, но сказала, что самоустраниться Марина не может. Действовать или бездействовать – это решение родителя. Посоветовав, как лучше построить разговор, я пожелала ей удачи.

Через некоторое время ситуация начала меняться. Отношение воспитателя к Никите стало гораздо спокойнее. А мальчик даже иногда стал говорить о том, что хочет в садик, к своим друзьям! Маме он рассказал, что Ирина Семеновна начала его хвалить, и этого было достаточно, чтобы он «оттаял» и тоже изменил отношение к воспитателю. Что повлияло на это? Во многом – беседа мамы с педагогом. Марина выстроила разговор правильно, хотя и очень волновалась. Она старалась не обидеть воспитателя, но при этом настоять на своем. И через некоторое время изменения стали очевидны!

...

РЕЗЮМЕ: Путь к диалогу

Итак, воспитатель – это не только профессия. Воспитатель – человек со своими жизненными принципами, установками, стереотипами и даже предрассудками. У него, как и у каждого из нас, бывает плохое настроение, недомогание и нежелание идти сегодня на работу. Воспитатели выстраивают отношения с детьми, руководствуясь не только понятиями этики, должностной инструкции и педагогической науки, но и своими собственными жизненными установками, приправленными особенностями характера.

Далеко не всегда вы будете довольны действиями воспитателя. Это могут быть небольшие инциденты, но не исключено, что возникнет ситуация, требующая обязательного разговора. Всегда соблюдайте правило субординации: сначала встречайтесь с воспитателем, а уж потом выходите на администрацию. Не избегайте этого разговора. Если родители не попытаются восстановить справедливость, малыш будет чувствовать себя незащищенным. Помните о двух целях: сделать пребывание ребенка в саду комфортным и сохранить отношения с педагогом. Постарайтесь занять позицию «мы против проблемы», а не «я против тебя». Тогда и интересы ребенка будут защищены, и мирные отношения с воспитателем гарантированы.

История третья: Малоежка Вера

Вере 5 лет, и она уже два года посещает детский сад. И все эти два года воспитатели жалуется, что девочка плохо ест. Точнее, не ест вообще. Что только не делали: пытались кормить с ложки – Вера плотно закрывает рот, а когда ложку удается всунуть, возникает рвотный позыв. Пытались и грозить, что она из-за стола не выйдет, гулять не пойдет, но нельзя же сидеть бесконечно за столом, закапывая еду слезами. Пытались не обращать внимания – Вера стала спокойнее, но есть не начала. А сейчас в группу пришла особенно настойчивая воспитательница, которая во что бы то ни стало решила заставить ребенка есть. Вот только Вера стала отказываться ходить в садик, говоря, что ей там нравится, но там нужно кушать.

Причина: Нелюбимая еда

Каждому из нас нужен завтрак, обед и ужин для поддержания сил и здоровья. Наши дети в детском саду обеспечены четырехразовым питанием: первый завтрак, второй завтрак (фрукты или сок), обед и полдник. Казалось бы, родителям только и остается, что покормить дитя дома ужином, и полноценное питание становится реальностью! Но все не

так просто. Проблемы начинаются тогда, когда ребенок по каким-то своим внутренним причинам отказывается от садовой еды. Иногда настолько, что готов быть голодным целый день. Порой идет на компромисс, соглашаясь пожевать хлеба с компотом или съесть кусочек яблока. Впрочем, чаще дети просто плохо, медленно и неохотно едят, оставляя много на тарелках.

Мало кто задумывается, насколько питание может стать краеугольным камнем для желания или нежелания посещать детский сад. Ведь родители приводят ребенка именно к завтраку. Это тот самый режимный момент, с которого начинается день в детском саду. А если он связан с отрицательными эмоциями? Дальше – больше. Процесс принятия пищи занимает значительное время каждый день. А еще есть подготовка к нему: помыть руки, посидеть на стульчиках, пока нянечка расставляет еду, убрать за собой тарелку, снова помыть руки.

Вспомните, какое первое ощущение возникает, когда вы входите в детский сад? Даже в субботу, когда никого нет и кухня не работает, там все равно пахнет едой! А что говорить про будние дни? Этот запах встречает ребенка, сопровождает в течение дня и провожает его вечером. Хорошо, если ребенку нравится еда. А если нет? Весь день может превратиться почти в пытку.

Воспитатели, как правило, не могут принять ситуацию, когда ребенок не желает даже попробовать блюдо. Они боятся голодных обмороков и реакции родителей. Поэтому стараются накормить всеми возможными способами. И признаюсь, часто их методы связаны со значительной невротизацией ребенка и закреплением проблемы. Окрики, сравнения с другими детьми, упоминания о том, что он не вырастет или заболеет, угрозы – и так каждый день по несколько раз. В остальном же воспитатель может вполне быть доволен ребенком, но как дело доходит до еды...

Почему он не хочет есть?

Почему же некоторые дети отказываются от еды в саду с упорством, достойным иного применения? По моим наблюдениям, в каждой группе есть 1–2 ребенка, о которых говорят: «Он очень плохо ест». Это значит – очень избирательно: с трудом пробует новые блюда и никогда не ест то, что ему однажды не понравилось.

Как правило, эти дети и дома крайне капризны в еде, и родители мучаются с ними, так как их трудно накормить, просто приготовив что-то для семьи. Они постоянно требуют пищи, которая для них приемлема. В детском саду, как вы понимаете, это сделать невозможно. Они словно руководствуются принципом: лучше быть голодным, чем есть что попало. Для них, к сожалению, еда в саду – это «что попало».

Основу питания в детском учреждении составляют каши, супы, разного рода запеканки, тушеные овощи и котлеты. Сейчас, конечно, рацион меняется в сторону большего разнообразия. Меняется и форма: стали появляться на столах так милые детскому сердцу йогурты и творожки в стаканчиках, джемы, масло, зефир в индивидуальных упаковках. И это один из шагов, чтобы привлечь ребят к еде. Тем не менее супы и каши тут как тут. Чем же они так неуютны детям?

Каждый ребенок индивидуален, с этим никто не спорит. Индивидуальность проявляется в том числе и в степени ощущений. Для кого-то неприятны очень громкие звуки (и он реагирует на повышенный тон воспитателя, пугаясь, даже если обращались не к нему). Кого-то раздражает яркий свет. Кого-то – колючая или некомфортная одежда. А кто-то

особенно тонко чувствует запахи и вкус пищи. Каша варится на молоке, а молоко, особенно в больших кастрюлях, нередко подгорает. И это создает резкий неприятный запах и привкус.

И если один ребенок, не обладающий повышенной чувствительностью, вполне спокойно будет есть подгоревшую кашу, то другому достаточно одного раза, чтобы потом не захотеть пробовать даже нормальную. С супом тоже не все так просто. В нем много жира, а также не слишком аппетитный лук, морковь и разваренная крупа. Многие дошкольники не переносят «мешанины», хотя по отдельности готовы съесть все эти продукты. Блюдо для них должно быть понятным. Если же там много чего намешано, ребенок с тонкими вкусовыми ощущениями может отказаться его есть.

Взрослым только кажется, что он отказывается есть из-за упрямства. На самом деле, чтобы включился нормальный физиологический процесс переваривания пищи, нужно немало. Во-первых, чтобы нравился запах (обонятельная система). Во-вторых, чтобы блюдо выглядело аппетитным (зрительное восприятие). Уже в этот момент начинается выработка слюны и желудочного сока.

Если же еда не нравится, ни слюноотделения, ни желудочного сока не будет. А значит, даже засунутую ложку пищи, особенно не жидкой, ребенку сложно прожевать. Да и желудок начинает сокращаться, выталкивая еду, которую он не готов принять. Поэтому сложно кормить ребенка «через силу»: пользы от этого вряд ли больше, чем от воздержания. Детей, которых насильно кормят, часто «рвет» за столом, что доставляет всем массу неприятных моментов.

Иногда тревожные дети, даже с обычными ощущениями, тоже закрепляют нежелание кушать в саду. В общем-то, они готовы есть если не всю пищу, то хотя бы часть.

Например, они отказались бы от нелюбимого молочного супа с пенками, но съели бы макароны с котлетой. Но можно считать невезением, если им попался особенно «принципиальный» воспитатель, который требует от всех, чтобы тарелки сверкали чистотой.

В результате тревожный ребенок привыкает есть через силу, а затем может просто отказаться от еды.

Мини-тест: Ребенок и еда в саду

Проанализируйте утверждения и поставьте «галочку» в нужной графе.

№	УТВЕРЖДЕНИЯ	ВЕРНО	НЕВЕРНО
1	Ребенок говорит, что ему не нравится еда в саду		
2	Воспитатели жалуются, что он плохо ест, и беспокоятся за его здоровье		
3	Приходя домой, ребенок «отъедается»		
4	Иногда в саду у него бывает рвота во время еды		
5	Он замыкается, когда вы спрашиваете, как он сегодня ел, или начинает в красках рассказывать, как ему не понравилось то, что было на тарелке		
6	Воспитатели говорят, что ребенок во всем хорош, «вот только еда»...		
7	Ребенок говорит, что ему нравится в садике (друзья, игрушки, воспитатели), «вот только еда»...		

№	УТВЕРЖДЕНИЯ	ВЕРНО	НЕВЕРНО
8	У него и дома избирательный аппетит, его непросто накормить		
9	Вы замечали, что ребенок вообще остро реагирует на запахи, не только связанные с пищей		
10	Вашему ребенку сложно решиться на то, чтобы попробовать новую пищу		

Подведем итоги. Чем больше раз вы сказали «верно», тем больше вероятность того, что ребенок не хочет ходить в сад именно из-за проблем с едой. И с этим нужно что-то делать!

Что же делать с малоежкой

Многое, конечно, зависит от воспитателей. Именно с ними разговариваем мы, психологи, чтобы повысить их психологическую грамотность. Ее основы заключаются в простых принципах: не заставлять, не пугать, не сравнивать, не наказывать бесконечным сидением над тарелкой, а лишь доброжелательно предлагать и стараться вызвать к еде интерес и положительные эмоции. Не получается – оставить все, как есть. Не ест сейчас, значит, поест потом дома. Что же могут сделать родители?

Рекомендации для ситуации, когда проблема только-только проявилась

1. Пока ребенок адаптируется к детскому саду, не нужно утром кормить его дома. Логика проста: голодный малыш более настроен попробовать еду в детском саду, чем

плотно накормленный. К тому же завтрак сразу станет важной частью его дня в новом месте. В первые дни можно давать ему дома кусочек яблочка или хлеба с чаем. Даже если он в садике не поест, вы его все равно скоро заберете. Но к моменту, когда ребенок находится в саду хотя бы до обеда, домашние завтраки стоит отменить.

2. *Лучше подготовиться заранее.* При подготовке ребенка к детскому саду нужно знакомить его с едой, которую там будут давать. Не так уж редко встречаются дети, которые кашу раньше не видели, так как дома завтракают исключительно бутербродами. Так вот, хорошо, если каши и супы хотя бы периодически будут появляться в рационе вашей семьи. Ребенок, увидев в саду знакомое блюдо, попробует его гораздо охотнее. Не поздно начать это делать, если вы уже столкнулись с проблемой: начинайте готовить дома то, что он не решается попробовать в саду. Возможно, процесс пойдет!

3. *Не делайте из еды культа.* Иначе говоря, не делайте тему питания напряженной. Не спрашивайте постоянно, что он ел или почему не ел снова. Это может лишь закрепить проблему, ведь ребенок чувствует вашу тревогу. Получается связь: «тревога – тема еды – ощущение опасности – нежелание есть».

4. *Не ругайте ребенка!* Приходилось общаться с родителями, которые старались решить проблему силовыми методами. Ругали ребенка и наказывали, например, не разрешая дома есть то, что он любит. Грозил тем, что он не вырастет или заболеет. Сравнивали с другими детьми, которые «так не расстраивают свою маму, а хорошо кушают». Некоторые и до рукоприкладства доходили! Все эти методы недопустимы. Но главное, они совершенно неэффективны. Даже если ребенок начинает есть, будучи запуганным, ему это на пользу не пойдет. Ни физически, ни психологически.

Если ребенок продолжительно отказывается от еды в саду (например, в течение нескольких недель) и прогресса не наблюдается, то в силу вступают иные рекомендации

1. *Перестройте режим питания и нахождения ребенка в детском саду.* Обязательно кормите его с утра, чтобы он не был голоден хотя бы первую часть дня. Если возможно, договоритесь о том, чтобы приносить ему обед в термосе (в государственных садах на это идут редко, а в частных – без проблем). Без полдника можно как-то обойтись, особенно если вы забираете его не слишком поздно. Дома кормите его полноценно.

2. *Обязательно посетите гастроэнтеролога.* В случаях с «плохим аппетитом» нередко выявляются особенности функционирования желудочно-кишечного тракта. Для этого сдаются анализы, проводится УЗИ и другие исследования. Затем врач даст вам рекомендации и назначит курс препаратов, которые смогут улучшить аппетит.

3. *Обязательно поговорите с воспитателями!* Они часто стараются накормить ребенка любой ценой, боясь претензий родителей. Так вот, они должны знать о том, что претензий по этому поводу у вас не будет! Напротив, настраивайте их на спокойное восприятие ситуации и настоятельно просите не трогать ребенка, если он не ест. В остальном – стройте разговор по схеме, данной в прошлой главе. Самая главная задача, чтобы воспитатели не внесли свою лепту в невротизацию ребенка, которому и так несладко. И не бойтесь идти к администрации, если вас «не слышат». Возможно, вам предложат перейти в другую группу, к более лояльным воспитателям.

Сон и прогулка

Мы поговорили о том, что еда может быть серьезной причиной для нежелания ходить в детский сад. Но не менее важны и другие «режимные» моменты. Это дневной сон и, как ни странно, прогулка.

Многие дети с трудом укладываются днем, а от выпускников часто приходится слышать: «А в школе спать не нужно!»

Принуждение ко сну «по режиму» – непростое испытание для любого дошкольника, когда нужно лежать тихо, чтобы не навлечь на себя гнев, но сделать это почти невозможно из-за активности натуры.

Если краеугольный камень нежелания – сон, то справиться с этим будет непросто. Вы вряд ли сможете уговорить воспитателя государственного садика разрешать вашему ребенку не спать днем. Варианта два: или забирать до сна, или пойти в частный садик, где дневной сон необязателен.

Прогулка тоже может стать неприятным моментом. А точнее – одевание и раздевание. Есть дети, чья моторика не позволяет им одеться и раздеться в том ритме, который ожидается. Есть дети с несложившимися навыками по причине слишком большой опеки со стороны взрослых.

Малыш «не одевается», воспитатель нервничает, сравнивает его с другими, ругает, а порой и поминает родителей, которые «не научили». Все это может вызвать у ребенка переживания и ощущение своей никчемности. А от этого захочется сбежать!

Выход один: нужно приобретать необходимые навыки. Не помогать ребенку в том, что он должен делать сам. Проявить разумную требовательность дома. И постепенно он научится делать все быстрее, что снизит напряженность и в саду. А воспитателю скажите, что это у вас под контролем. Этого бывает достаточно, чтобы воспитатель перестала возмущаться и просто набралась терпения.

А как же малоежка Вера?

Я, поговорив с мамой Веры, дала ей самую важную рекомендацию: «отпустить» ситуацию, связанную с едой. Прекратить длинные разговоры о том, как это важно – хорошо есть. Перестать вообще ходить вокруг да около этой темы при общении с дочерью. По возможности, кормить ее по утрам и пораньше забирать вечером.

С воспитателями сначала должна была поговорить мама, перестав занимать виноватую позицию «извините-моего-ребенка-за-причиненные-неудобства». Маме следовало проявить активность и высказать, наконец, свою точку зрения: не хочет – пусть не ест! Тем более что при таком режиме питания Вера не была изможденным ребенком и весь день в саду сохраняла активность.

Я тоже поговорила с воспитателями. И услышала: «Если мы Веру не будем заставлять, как же другие дети? Они тоже не будут есть, глядя на нее!» Я рекомендовала не заставлять никого – всем спокойнее будет.

Мало-помалу обстановка начала меняться. Вера стала гораздо спокойнее, и слова «не хочу в садик» постепенно исчезли. Теперь она собиралась туда с удовольствием, с вечера готовя кукол, которых возьмет для игры с подружками.

Хотелось бы закончить историю тем, что Вера начала хорошо есть в саду. Но, увы и ах, этого не случилось. Она стала есть хотя бы некоторые блюда, что уже было достижением. Но, по крайней мере, девочка перестала нервничать и тревожиться.

...

РЕЗЮМЕ: Его Величество Режим

Все, что касается еды, сна, прогулок, занятий, относится к Его Величеству Режиму, великому и ужасному. И родителям не под силу изменить его, сколько ни говори об индивидуальном подходе. Как говорится, подход подходом, «а их у меня больше двадцати».

Если садик вам необходим, помогите своему ребенку приспособиться. Ищите поддержки у воспитателей. Они любят, когда родители проявляют заинтересованность в том, чтобы улучшить ситуацию.

Нежелание ходить в детский сад, связанное с едой, сном или другими элементами режима, в общем-то, преодолимо.

Очень важно, чтобы у ребенка были позитивные стимулы, которые помогут смириться с некоторыми неприятными моментами. Например, дружба, интересные игры или любимые занятия. Найдите их вместе с ним, и «режимные» трудности будет преодолеть гораздо легче!

История четвертая: Нежная Таня

Таня пришла в детский сад в среднюю группу в возрасте 4,5 года. Она с первого дня покорила воспитателей своей правильной речью и скромностью. «Какая замечательная девочка к нам пришла!» – сказали они в один голос. Но дальше начались проблемы. У Тани плохо получалось одеваться самостоятельно. Но помощи она не просила, а заливалась слезами, когда ей что-то не удавалось. С едой тоже были проблемы – Таня была крайне настороженна. К тому же она знала, что за ней придут после обеда (на сон девочку не оставляли), и понимала, что дома ее накормят. Она грустила, редко улыбалась и, казалось, только ждала момента, когда же бабушка постучится в дверь группы. Но больше всего ее мама расстроилась, когда Таня на празднике в саду (первом в ее жизни) громко расплакалась и побежала к ней. Мама пришла ко мне с вопросом: «Что делать?» Она только вышла на работу, а бабушке предстояла длительная госпитализация. Тане просто необходимо было ходить в садик. Вот только она не хотела, плакала и просила остаться дома.

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 переживает 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 пайнкой, а теперь – нормальный ребенок с озорными бесенятами в глазах. Иногда такими, что воспитателю непросто их сдерживать!

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.

№	УТВЕРЖДЕНИЯ	ВЕРНО	НЕВЕРНО
1	Я считаю, что хорошие родители должны уделять максимум сил своему ребенку, а собственные дела могут и подождать		

№	УТВЕРЖДЕНИЯ	ВЕРНО	НЕВЕРНО
2	Если ребенок расстроился, лучше сделать так, как он хочет, лишь бы у него было хорошее настроение		
3	Иногда мне кажется, что мы с ребенком — одно целое		
4	У меня разрывается сердце, если ребенок плачет		
5	Я быстро прощаю ребенка, что бы он ни натворил		
6	Я считаю, что ребенок должен начать посещать детский сад как можно позже		
7	Иногда мне кажется, что глава нашей семьи — это ребенок		
8	Про моего ребенка в детском саду говорят, что он очень несамостоятельный		
9	У моего ребенка слабое здоровье		
10	Я стараюсь предусмотреть все опасности, которые могут угрожать моему ребенку		