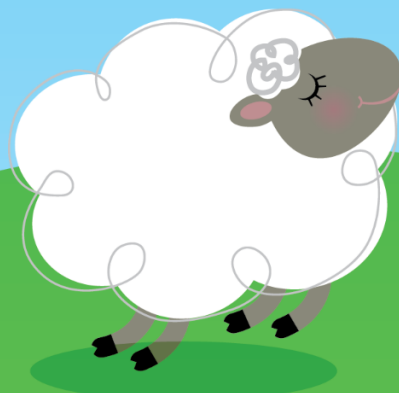




Насоки към родителите от психолога

За плавен преход и адаптация от
семејната среда към детската градина

ДГ79 „Слънчице“ – гр. София



НП „Успяваме заедно“, Модул 1 „Хубаво е в детската градина“

Бъдете откровени с детето си, не обещавайте неща, които няма да изпълните

Много родители използват лъжата, за да омекотят различни ситуации, особено ако очакват, че детето ще се разстрои от случващото се.

Ако винаги казвате истината детето ви ще развие неразрушима вяра във вашите думи.

Независимо от това дали смятате, че детето е малко и не ви разбира имайте предвид, че децата имат много силно развити умения да различават човешките емоции. Ако лъжете, те ще разберат. Затова не им казвайте, че ще бъдете там когато се събудят, ако нямате намерение наистина да го направите.





Започнете с отделянето на детето навреме

„Навреме“ или „когато детето е готово“ са две фрази, които са толкова широки, че започват да губят своя СМИСЪЛ

Ранното разбиране за изчезващия възрастен можете да направите и като използвате игри от рода на криеница.

При бебетата започва със скриване на лицето, а постепенно и със скриване изцяло. Изчезването и връщането на възрастния дори на игра може да бъде стресово за едно дете, но е добра подготовка.

Направете детето си независимо

Един от начините да намалите нуждата на детето от вашето присъствие е да го насърчавате да бъде независимо. Това включва уменията за самообслужване като обличане, събличане, хранене и хигиена.





Избягвайте дългите раздели на входа

Винаги има какво още да кажете за да успокоите детето на входа. Но то вече усещва, че му предстои нещо важно. Не подценявайте връзката си с детето. Ако вие сте разстроени и те се чувстват по същия начин (към майките – ако мислите, че няма да можете да въздържите и ще се разплачете – изгратете таткото). Не драматизирайте раздялата излишно!

Развийте уменията му да изразява своите чувства с думи

Научете своето дете да разказва за всичко, което го вълнува. Да говори за чувствата си, за преживяванията, да споделя. Може да използвате различни картинки, приказки, ако детето ви все още не умее добре да говори. Зад всеки рев, тръскане, викане или удряне стои емоция, която детето ви не може да изрази с думи. От много ранна възраст започнете да назовавате емоциите, които виждате, че заливат детето ви

Виждам, че си тъжен, защото...

Разбирам, че си гневен, защото...

Имаш право да си ядосан, защото...

Тук идва един момент, в който повечето родители се провалят.

Запомнете, че детето ви има право да изпитва всякаква емоция, но няма право на всякакво поведение. Вие също.

Ако детето ви се тръсне на пода с бурен рев и писъци, а вие се почувствате засрамени от неговото поведение и го ударите или заплашите, то вие не се справяте с емоционалната буря, която ви е застигнала.

Не приемайте поведението му като лично насочено към вас. Застанете до детето, грегърнете го и тихо му говорете. Кажете му какво се случва според вас като назовавате емоциите и обясните ситуацията. Предложете решение.



Дайте му време

Адаптирането на детето към група деца на неговата възраст може да отнеме време. Това означава, че детето ви има нужда да посещава редовно групата, за да свикне. Ако го водите един ден, после отсъства три и т.н. адаптацията няма да ви се случи.

Запознайте се с учителите, медицинската сестра и помощния персонал

За децата е много по-важно да познават възрастните, при които остават отколкото децата. Още преди физически да сте завели детето си в детската градина му разкажете за хората, които ще се грижат за него. Говорете за тях по интересен за детето начин, за да провокирате неговото любопитство и желание да се запознае.





Измислете си ритуал

Ритуалите, като повтарящи се действия, носят спокойствие не само на децата, но и на вас. Така както вие извършвате сутрешните си ритуали без да се замисляте, така и детето ви ще свикне с поредността и ще я очаква. Например: ставам, измивам се, обличам се, давам целувка и прегръдка, пожелавам ти прекрасен ден, отивам в детската градина. Можете да си измислите песничка или да си разказвате приказка.

Затвърждавайте у дома наученото в детската градина

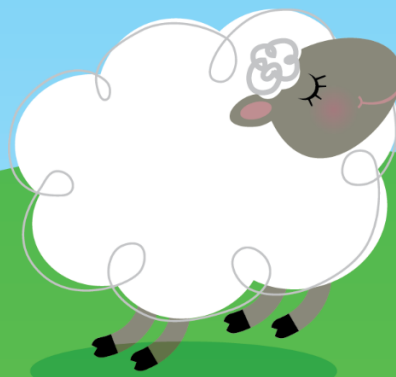
В детската градина децата се учат да споделят играчките си с останалите деца, да бъдат любезни, да разговарят да говорят тихо, да подреждат играчките и дрехите си. Настоявайте това да правят и в къщи – подсещайте ги, стимулирайте ги, поощрявайте ги. Това ще допринесе до развиване на съответните качества у тях.





НЕ ЗАБРАВЯЙТЕ!

Винаги може да разчитате на съдействието и подкрепата на педагогическите специалисти в детската градина – учителите, психолог, логопед – за всички въпроси, които ще ви вълнуват, и по които не се чувствате достатъчно подготвени за този етап от живота на вашето дете. А всъщност, това е важен етап и от вашият живот!



ДГ79 „Слънчице“ – гр. София

НП „Успяваме заедно“, Модул 1 „Хубаво е в детската градина“