

*Проект по организации работы педагога с детьми раннего возраста и их родителями в адаптационный период.*

## *Взаимодействие педагога с родителями в адаптационный период детей раннего возраста.*



*Выполнила: Пожидаева Ольга Николаевна*

## ***Взаимодействие педагога с родителями в адаптационный период детей раннего возраста.***

Ранний возраст признан особо важным периодом в развитии ребенка, который Е. О. Смирнова называет «возрастом нераскрытых резервов». Как подчеркивал Л.С. Выготский, ранний возраст «сензитивен во всем». Именно в этот период развитие ребенка исключительно зависимо от социальных условий его жизни.

***В то же время значительное количество современных детей до трех лет находится в зоне риска по неблагоприятному психическому, социальному, нервно-психологическому развитию.***



***Находясь вне системы дошкольного образования, дети не попадают вовремя в поле зрения специалистов и не получают необходимой ранней помощи, которая позволила бы оптимизировать их развитие.***



В современных условиях становится все более заметными деформации института семейного воспитания. ***Нарушается преемственность воспитания как функции разных поколений.*** В связи с этим многие современные родители испытывают потребность в повышении своей педагогической и психологической культуры, которая помогла бы им продуктивно взаимодействовать со своими маленькими детьми, позволила бы осмысливать и обогащать свой жизненный опыт их воспитания.

Нередко можно услышать от современных родителей, а иногда от педагогов и психологов, что ***кризис трех лет «помолодел»***: его симптомы взрослые начинают замечать в возрасте около двух лет. Однако такой вывод является заблуждением. Для кризиса трех лет наступит свой психологический возраст.

А вот негативизм, агрессивность, капризность, упрямство двухлеток, которые ставят родителей в педагогический тупик, являются индикаторами нарушения детско-родительских отношений.



*Ранний возраст является самым благоприятным периодом для того, чтобы заложить основы развития человека как личности.* В период до 3 лет ребенку присущи огромные потенциальные ресурсы развития. Малыш развивается так стремительно, как никогда в последующие возрастные периоды.



*Мода на ранее развитие малыша вызывает у родителей неустойчивое стремление как можно раньше научить его читать, считать, развивать у него логическое мышление, память и внимание, что, по их мнению, поможет «вырастить гения».*

#### Актуальность проекта

Идеи раннего развития пропагандируются в СМИ, рынок книжной продукции переполнен литературой по так называемому **«раннему развитию способностей»** к рисованию, музыке, хореографии и пр. У родителей возникает мысль о том, что чем раньше начнется непосредственная подготовка ребенка к школе, тем лучше результаты она принесет.

Таким образом, у современных родителей детей раннего возраста в их воспитательной практике возникает существенное **противоречие: с одной стороны они понимают, что ребенка необходимо обучать, а не только присматривать и ухаживать за ним, а с другой стороны** – отсутствие у родителей представлений и достоверных знаний о возрастных возможностях и потребностях ребенка, педагогически и психологически оправданных методах воспитания и обучения, организации повседневного общения с ним приводит к тому, что *их попытки взаимодействовать с ребенком, придать этому взаимодействию развивающий характер сводятся к дрессуре, механическому приобретению знаний и умений, зачастую не пригодных для усвоения ребенком раннего возраста.*

**Между тем, уникальность раннего возраста определяется совсем другими основаниями.** Это период формирования доверительных и продуктивных контактов ребенка с миром, в том числе со взрослыми.

**Актуальность проблемы:** состоит в том, чтобы успешно **адаптировать** детей и родителей к условиям детского сада. Изменения, происходящие сегодня в сфере дошкольного образования, направлены, прежде всего, на улучшение его качества. Оно, в свою очередь, во многом зависит от согласованности действий семьи и детского сада.

**Детский сад – первый социальный институт, первое** воспитательное учреждение, с которым вступают в контакт родители, и где начинается их систематическое **педагогическое просвещение**. Как бы глубоко не продумывались формы воспитания детей в детских садах, какой бы высокой ни была квалификация **педагога**, невозможно достигнуть поставленной цели без постоянной поддержки и активного участия родителей в воспитательном процессе.

**На разрешение обозначенного противоречия и направлен наш проект**  
**Взаимодействие педагога с родителями в адаптационный период раннего возраста**

- **Цель проекта:** создать условия для обеспечения психологического благополучия детей раннего возраста на основе оптимизации детско-родительских отношений; Создание условий для успешной **адаптации детей** раннего возраста к условиям ДОО через взаимодействие с родителями.

*Центральным моментом для разработки нашего проекта послужили идеи Е. О. Смирновой, Л.Н. Галигузовой, С.Ю. Мещеряковой, которые показали: задачи воспитания, обучения и развития ребенка раннего возраста состоят в том, чтобы стимулировать активность каждого ребенка, вызвать его желание действовать, общаться, играть.*  
*Длительность проекта: 3 месяца (сентябрь, октябрь, ноябрь).*



#### Задачи в сфере работы с родителями

- раскрыть роль семьи в адаптации детей раннего возраста;
- познакомить родителей единым методом воспитания и общения с ребенком в детском саду и семье;
- создать условия, чтобы у родителей возникло желание принять активное участие в образовательном процессе.
- учить ребенка устанавливать продуктивные контакты с окружающим миром, действуя вместе со взрослым и самостоятельно;
- развивать у детей интерес к играм и игрушкам, игровые умения и навыки, формы игрового взаимодействия со взрослыми и сверстниками;
- стимулировать психическое развитие ребенка посредством игр с разными видами игрушек;
- обеспечить профилактику проблем развития у детей, развитие их адаптационных возможностей;
- создать условия для развития детско-родительских отношений на основе их содержательного игрового взаимодействия посредством психолого-педагогического просвещения, социально-психологического обучения и консультирования родителей.

Участники проекта: родители, дети, педагоги

Формы работы с родителями:

- Консультирование — повышение психолого-педагогической компетенции родителей в вопросах воспитания, обучения и развития детей раннего возраста в период адаптации.
- Подбор специальной психолого-педагогической литературы по вопросу адаптации детей к детскому саду
- Выпуск памяток, информационных листов об особенностях данного возраста, рекомендуемых развивающих игр.
- Беседы.

#### Ожидаемый результат

*Результатами представленного психолого-педагогического сопровождения в период адаптации ребенка к детскому саду является позитивизация детско-родительских отношений, которая проявляется: в адекватном отношении родителей к своему ребенку и другим детям; в заинтересованности семьи в полноценном психосоциальном и физическом развитии ребенка; в родительском участии в процессе воспитания и образования; в понимании базовых процессов, происходящих в современном детстве в условиях трансформации российского общества. В заключении можно сделать следующие выводы: проводимая работа с семьей в условиях адаптации ребенка к детскому саду позволит оптимизировать условия развития ребенка, укрепит взаимодействие родителей со всеми специалистами детского сада. Понимая специфику детско-родительских отношений, владея методиками, технологиями и*

*применяя различные подходы в психолого-педагогическом сопровождении можно оказать значительную помощь в адаптации семьи к новым социальным условиям, предупредить возможные отклонения в развитии личности ребенка и способствовать оптимизации детско-родительских отношений для создания полноценной среды жизни дошкольника.*

**Проект включает следующие разделы**

- Групповое и индивидуальное консультирование родителей - повышение психолого-педагогической компетенции родителей в вопросах воспитания, обучения и развития детей раннего возраста в период адаптации.
- Консультирование с практическими рекомендациями игр, игровых упражнений в период адаптации детей к детскому саду. (Список сайтов с информацией о детском развитии с идеями для домашних игр).
- Подбор специальной психолого-педагогической литературы по вопросу адаптации детей к условиям детского сада.
- Анкетирование родителей. Выпуск памяток, информационных листов об особенностях данного возраста.



***Что такое адаптация?***

**Адаптация** - это приспособление или привыкание организма к новой обстановке.

Дома ребенок привык к определенному образу жизни, режиму, видам деятельности, характеру пищи, взаимоотношениям с окружающими, правилам поведения и т.д. В детском саду большинство условий будет новыми и непривычными для ребенка, к ним малышу придется приспосабливаться и привыкать.

***В процессе приспособления – адаптации – поведение и реакции на многое у ребенка могут резко меняться: чаще всего меняются:***

- эмоциональное состояние (ребенок много плачет, раздражается);
- нарушается аппетит (ребенок ест меньше и реже, чем обычно);
- нарушается сон (ребенок не может заснуть, сон кратковременный, прерывистый);
- утрачиваются приобретенные навыки (малыш может вернуться к соске или перестать проситься на горшок, речь может затормозиться);
- в период адаптации дети нередко заболевают (это связано и с психическим напряжением, и с тем, что ребенок сталкивается с новыми вирусами).

***Но эти изменения являются естественной реакцией на новые условия жизни, поэтому к ним нужно отнестись с пониманием.***

*Трудности адаптации испытывают чрезмерно опекаемые в семье дети, дети, у которых не развиты элементарные навыки самообслуживания, самостоятельности. Родители, несмотря на стремление ребенка сделать что-то самостоятельно, стараются помочь ему – так быстрее, меньше хлопот. Ребенок чувствует себя в детском саду беспомощным и не приспособленным к новым условиям.*

Дети, привыкшие к общению только с родителями, лишенные возможности общаться со сверстниками, также испытывают трудности, потому что навык общения уже



сформирован (ребенок должен видеть, что существуют такие же, как он, дети, со своими потребностями, желаниями). Наличие у ребенка стереотипов, которые формируются в семье, и накладывают отпечаток на его поведение, и затрудняют процесс адаптации.

**Чтобы помочь ребенку по возможности безболезненно привыкнуть к условиям детского сада предлагаем вам ряд рекомендаций:**

1. Старайтесь не нервничать, не показывать свою тревогу по поводу адаптации ребенка к д/саду, он чувствует Ваши переживания.
2. Готовьте ребенка к общению с другими детьми и взрослыми. Посещайте парки, детские площадки, приучайте к игре в песочницах, ходите на дни рождения друзей, праздники...
3. Максимально приближайте домашний режим к распорядку дня в детском учреждении, при выполнении режимных моментов поощряйте и развивайте детскую самостоятельность.
4. О предстоящем поступлении в д/с беседуйте с ним, как о радостном событии. Воздержитесь говорить о собственных опасениях в присутствии ребенка.
5. В присутствии ребенка избегайте критических высказываний и замечаний в адрес д/сада и его сотрудников.
6. Придите заранее в детский сад и познакомьтесь с обстановкой, с детьми, с воспитателями... Лучше это сделать, когда дети гуляют на улице или играют в групповой комнате. Вначале следует прийти на вечернюю прогулку, посмотреть, как дети играют, как расходятся по домам.
7. Чем больше ребенок будет знать о дошкольном учреждении, чем лучше будет с ним знаком, тем легче пройдет его период адаптации.
8. Познакомьтесь с воспитателями группы заранее, расскажите об индивидуальных особенностях вашего ребенка (заполните предлагаемую вам анкету).
9. Дайте ребенку в д/сад любимую игрушку, уговорите оставить ее переночевать в садике, а наутро снова с нею встретиться. Если ребенок не соглашается, пусть игрушка ходит вместе с ним ежедневно и знакомится там с другими детьми.
10. Будьте спокойны и не проявляйте своего беспокойства, особенно когда уходите. Расставайтесь с ребенком легко и быстро, чтобы не вызвать у него тревогу.
11. Придумайте и отрепетируйте несколько различных способов прощания, ребенку легче будет вас отпускать
12. Ребенок спокойнее переживает разлуку с матерью, если в первые несколько недель его в д/сад будет приводить отец, бабушка или дедушка.
13. Уменьшите нагрузку на нервную систему: на время прекратите посещение с ребенком многолюдных мест, цирка, театра; сократите просмотр телевизионных передач.
14. Эмоционально поддерживайте малыша: общайтесь с ребенком больше, чаще обнимайте его, поглаживайте, называйте ласковыми именами.
15. Будьте снисходительны, терпимее к его капризам. При явно выраженных невротических реакциях оставьте дома.

16. В выходные дни резко не меняйте режим дня ребенка.
17. Постоянно обращайте внимание на отклонения в поведении и здоровье малыша.
18. Не отучайте ребенка от вредных привычек в адаптационный период.
19. Создайте спокойную, бесконфликтную обстановку в семье.
20. Одевайте ребенка в детский сад в соответствии с температурой воздуха в группе. Обращайте внимание на аккуратность и опрятность его внешнего вида.
21. Выполняйте предписания врача, советы и рекомендации педагога и психолога.
22. Не наказывайте, «не пугайте» детским садом, забирайте домой вовремя.
23. Следует снизить уровень требований. Не ругать и не наказывать ребенка. Лучше не сравнивать его поступки с другими детьми.
24. Когда ребенок привыкнет к новым условиям, не принимайте его слез при расставании всерьез - это может быть вызвано просто плохим настроением.

### ***Консультация для родителей «Дети раннего в период адаптации».***

#### ***Уважаемые родители!***

Знакомство ребенка с миром, где он остается один на один со сверстниками, не может немедленно прибегнуть к защите (а порой просто совету, ласке мамы, папы, бабушки), для многих малышей бывает непростым.

И далеко не все дети готовы к этому событию. Возникает вопрос, а стоит ли вообще отдавать малыша в садик? Да и так ли хорошо в детском саду?

Каждому ребенку рано или поздно приходится "социализироваться", т.е. становиться способным жить среди других людей. Это необходимый этап.

Значит, вопрос состоит только в том, когда и в каких условиях желательно проводить социализацию ребенка. В детском саду маленький человек, попадая в коллектив своих ровесников, вступает с ними в жизненные взаимодействия. Здесь он приобретает опыт общения, понимания других людей, привычку не теряться. Этот опыт пригодится и позднее, в школе. *Возникает вопрос, а стоит ли вообще отдавать малыша в садик? Да и так ли хорошо в детском саду?*

***Каждому ребенку рано или поздно приходится "социализироваться", т.е. становиться способным жить среди других людей. Это необходимый этап.***

*Значит, вопрос состоит только в том, когда и в каких условиях желательно проводить социализацию ребенка. В детском саду маленький человек, попадая в коллектив своих ровесников, вступает с ними в жизненные взаимодействия. Здесь он приобретает опыт общения, понимания других людей, привычку не теряться. Этот опыт пригодится и позднее, в школе.*

Однако, уже с первых дней жизни у ребенка в семье формируются привычки, привязанности, определенное поведение.

К 2-3 годам стереотип становится довольно устойчивым. При поступлении в дошкольное учреждение привычные условия жизни (режим, характер питания, микроклимат помещения, приемы воспитания, характер обучения) меняются. Это требует от ребенка перестройки ранее сложившегося стереотипа поведения, что является очень трудной задачей и часто приводит к стрессу.

### **В чем же проявляется стресс?**

У детей в период адаптации (привыкания) могут нарушаться аппетит, сон, эмоциональное состояние, иногда повышается температура тела. У некоторых малышей наблюдается потеря уже сложившихся положительных привычек и навыков. Например, дома просился на горшок - в детском саду этого не делает, дома ел самостоятельно, а в детском саду отказывается. Понижение аппетита, сна, эмоционального состояния приводит к снижению иммунитета, к ухудшению физического развития, потере веса, иногда к заболеванию.

К сожалению, многие родители не знают, что эти явления временные, и забирают малыша из сада, так и не дав ему возможности полностью адаптироваться, обвиняя в нерадивости работников детского сада и ругая саму систему "садовского" воспитания в целом.

### **Проблемы адаптации**

**От чего же все-таки зависят характер и длительность адаптационного процесса?**

**1. От возраста ребенка.** Труднее всего адаптируются к новым условиям дети в возрасте от 1 года до 2,5-3 лет;

**2. От состояния здоровья и уровня развития ребенка.** Здоровый, хорошо развитый ребенок легче переносит трудности социальной адаптации.

**3. От индивидуальных особенностей.** Даже дети одного и того же возраста и пола по-разному ведут себя в первые дни пребывания в детском саду. Одни с первого же дня плачут, отказываются есть, спать, на каждое предложение взрослого реагируют бурным протестом. Но проходит несколько дней, и поведение ребенка в корне меняется: аппетит, сон восстанавливаются, ребенок с интересом следит за игрой товарищей. Другие, наоборот, в первые дни внешне спокойны, без возражения выполняют требования воспитателя, а в последующие дни с плачем расстаются с родителями, плохо едят, спят, не участвуют в играх.

**4. От уровня тренированности адаптационных механизмов.** Необходимо заранее создавать условия, которые требуют от ребенка новых форм поведения. Малыши, которые до поступления в детский сад неоднократно



попадали в разные условия (посещали родственников, знакомых, выезжали на дачу и т.п.) легче привыкают к дошкольному учреждению.

**5. От опыта общения ребенка со сверстниками и взрослыми.** Важно, чтобы в семье у ребенка сложились доверительные отношения со взрослыми, прививалось умение положительно относиться к требованиям старших (идти спать, принимать пищу, убирать за собой игрушки и т.п.).

**Итак, уважаемые родители, факторы, влияющие на характер и длительность адаптации Вам известны.**

**Но решить эту проблему, обеспечить более безболезненное привыкание ребенка к условиям детского сада можно только совместными усилиями!**

**Как помочь малышу в адаптации?**

**Что же должны делать родители?**

**Прежде всего, сохраняйте радостный, приподнятый тон, показывайте малышу, как нравятся Вам дети в детском саду и то, чем они там занимаются.**

**1. Не забудьте заранее познакомиться с режимом детского сада, в который поведете кроху, и максимально приблизить к нему условия воспитания в семье (более ранний подъем, время дневного сна и приема пищи, характер питания и пр.). В период адаптации необходимо быть к малышу особо внимательным и чутким, но без излишнего «заласкивания».**

**"Пустяковая" проблема несамостоятельности может стать едва ли не главной причиной трудной адаптации детей к детскому саду.**

**Задачу самообслуживания малышу, особенно если ему предстоит уже скоро стать детсадовцем, стоит облегчить простой стрижкой, удобной одеждой. Главный принцип - чем проще, тем лучше. Обувь лучше выбирать на липучках.**

**2. Немалую роль в процессе адаптации ребенка к саду играет осведомленность крохи о жизни детского сада. Поэтому необходимо приводить ребенка в садик заранее - для знакомства с территорией, помещением группы, игрушками, спальней. Не спешите, придите несколько раз. Обсуждайте с ребенком, комментируйте увиденное. Это процесс длительный и может занять пару недель.**

**3. Для того чтобы помочь малышу преодолеть коммуникативный барьер, целесообразно заранее выучить имя и отчество воспитателя и, придя в сад, представить кроху и воспитателя друг другу.**

**4. Важно, заранее постараться научить ребенка общаться со сверстниками (попросить игрушку, поделиться своей; подождать, пока другой ребенок поиграет и т.п.). При предварительном знакомстве с**

*обстановкой группы постарайтесь положительно настроить малыша (как много детей, много игрушек, дети весело играют, воспитательница - хорошая и пр.). Дайте время малышу спокойно все осмотреть, покажите, где он будет спать, раздеваться, кушать, играть.*

*5. Впервые столкнувшись с необходимостью ложиться спать в незнакомом месте, в "чужую" кроватку, без мамы, ребенок, безусловно, испытывает стресс едва ли не более сильный, чем вообще сам факт расставания с мамой. Ведь дети относятся ко сну, как ко времени, когда они теряют контроль над окружающей действительностью. Поэтому психологи не рекомендуют в первые дни пребывания в детском саду оставлять ребенка на дневной сон.*

*В дальнейшем же не забудьте принести из дома "мамозаменителя" - любимую мягкую игрушку малыша, с которой он спит, или просто простынку с "родным запахом"; пижаму, к которой привык кроха (первое время приносите в сад только уже знакомые ему вещи и игрушки, покупку нового отложите на потом), любимую книжку.*

**Источник:** Овсепян Карина Робертовна. Я иду в детский сад. М.: изд-во «Карапуз», 2015.

### ***Консультация для родителей, особенности раннего возраста.***

Дети раннего возраста в это особая категория детей. Слезы при расставании с мамой, нежелание идти в детский сад, да еще откуда-то взялись необоснованные капризы и упрямство.

В чем же причина задаются вопросом родители? Может малышу плохо в детском саду или его кто-то обидел? ***Просто весь первый год посещения малышом детского можно считать адаптационным.*** Малыш учится взаимодействовать с большим количеством новых взрослых и детей, выполнять определенные правила поведения, а это дело не одного месяца. ***Вспомните себя, когда Вы устраиваетесь на новую работу!*** Сколько времени нужно, чтобы найти общий язык с начальником, разглядеть единомышленников среди коллег.

А тут еще и кризис 3-х лет подбирается! Ребенок заявляет всему миру «Я сам!». У кого-то раньше у кого-то позже, у кого-то явно выраженный, у кого-то почти незаметный, но с 2-х-2,5 до 3-х-3,5 родителям стоит быть начеку. Негативизм, упрямство, капризы – основные симптомы кризиса 3-х лет.

Итак, выяснили, что совсем про адаптацию первый год забывать не стоит. Уезжали отдыхать? Долго болели? Возможно возвращение проявлений дезадаптации.

В продолжение об особенностях детей раннего возраста хочется привести слова Джеймса Болдуина:

*Дети не очень внимательно  
слушают старших,  
но не упускают ничего*

в подражании им.

Эти слова касаются детей вообще, но малыши от 1 г до 3 лет особенно склонны к подражанию, как детям, так и взрослым. **Так как у детей раннего возраста еще очень крепка связь с мамой, они с легкостью считывают ее эмоциональное состояние и как-бы «заражаются» им.** Вот почему во время адаптации к детскому саду мы призываем родителей в первую очередь контролировать собственные эмоции, не показывать свою тревогу и переживания ребенку.

**А если родители недовольны детским садом, у них есть претензии к сотрудникам, они постоянно чем-то обеспокоены, то будьте уверены, ваше раздражение и нервозность передадутся ребенку и не стоит надеяться на легкую степень его адаптации к ДОО.**

Вот, что пишут Джон Кехо и Нэнси Фишер в своей книге «Сила разума для детей»:

«Наши мысли и убеждения в сочетании с привычными действиями - это то, что мы передаем своим детям на повседневной основе. Мы служим моделью, на которую они смотрят снизу вверх. И это может иметь как положительные, так и пагубные последствия. Хорошо, когда мы сами служим образцом поведения, которое мы хотели бы видеть в своих детях. Но порой бывает, что вопреки своим самым благим намерениям мы внушаем детям вредные идеи.

Например, в тех случаях, когда мы ощущаем беспокойство и пытаемся оградиться от внушающих тревогу обстоятельств защитным барьером, мы, сами того не желая, приучаем детей бояться незнакомых ситуаций, а не преодолевать их. Напротив, когда мы сами ощущаем подъем и проявляем готовность завоевать весь мир, мы передаем эту мужественную установку и своим детям».

Очень верные слова не так ли?!  
И еще: **«Если мы хотим, чтобы наши дети были терпеливы, мы на собственном примере должны демонстрировать терпение в житейских делах - и не изредка, а регулярно и последовательно. Если мы хотим, чтобы у наших детей было много друзей, мы сами должны иметь много друзей. Если мы хотим, чтобы они были участливыми и заботливыми к другим, мы сами должны быть образцом заботливости и участия.** Поэтому мы сами должны быть тем, кем хотим видеть своих детей. Другого пути нет. Подход "Делай то, что я говорю, а не то, что я делаю сам" обречен на провал. Познав себя и поняв, что дети во всем подражают нам, мы можем при необходимости корректировать свое поведение. Мы должны пристально всмотреться в себя и, не преувеличивая своих достоинств и недостатков, разобраться, что своим поведением сообщаем своим детям. Ирония жизни в том, что даже если мы не готовы измениться к лучшему ради самих себя, мы сделаем это ради детей. Таким образом, дети делают нам еще один неожиданный подарок - они побуждают нас проявлять себя с самой лучшей стороны».

## Консультация для родителей "Как бороться с нытьем и хныканьем"

*Коротко о главном:* **главная цель хныканья – добиться нашего внимания. Это раздражающее поведение будет продолжаться, если уступить, поскольку ребенок поймет, что это срабатывает. Поэтому не уступайте!**

Хныканье – жалобное, громкое, изматывающее – один из самых раздражающих типов поведения детей. Тон хныканья – невыносимая смесь плача и нытья – изводит, как бормашина. Если этого недостаточно, дети прибегают к удивительному приему – растягивают слоги так, что они почти бьют вас по лицу: "Пожа-а-а-алуйста!" или "Ну, ма-а-а-а-ма!" Более того, хныканье может быстро превратиться в полноценную истерику. Начинается оно достаточно рано и, хотя его пик приходится примерно на четыре года, это может продолжаться и в школьном возрасте. Однако есть и хорошая новость: **хныканью учатся, значит, от такого поведения можно отучить.** И чем скорее вы займетесь перевоспитанием ребенка, тем меньше вероятности, что это станет раздражающей, назойливой привычкой.

### ***Четыре шага к избавлению от хныканья***

#### **Воспользуйтесь следующими четырьмя шагами в борьбе с хныканьем.**

**Шаг 1. Установите абсолютную нетерпимость к хныканью.** Будьте уверены, все дети время от времени хнычут, но самое верное средство превратить эту раздражающую уловку для привлечения внимания в укоренившуюся привычку – позволить маленькому капризуле победить. Как только вы отступите и сдадитесь, дети станут и впредь пользоваться этим средством, чтобы получить желаемое. Хуже того, хныканье, если его не остановить вовремя, часто перерастает в дерзость, привычку перечить и истерики. Итак, не допускайте, чтобы ребенок подумал, что это срабатывает.

Лучший способ остановить подобное поведение – совершенно отказаться выслушивать просьбы, которые произносятся ноющим тоном, и воспринимать только нормальные интонации. При первых же звуках жалобы хныкающим тоном нужно твердо сказать: "Прекрати! Я не стану слушать нытье. Скажи о том, что ты хочешь, нормальным голосом". После этого уйдите или отвернитесь и не обращайтесь на ребенка внимания. Обернитесь только тогда, когда хныканье прекратится (даже на несколько секунд) и скажите: "Теперь, когда ты говоришь нормально, я слушаю. Чем я могу тебе помочь?" Главное – не показывать раздражения и не реагировать.

**Шаг 2. Продемонстрируйте нормальные интонации.** Выберите спокойную минутку и поговорите с ребенком, объяснив, почему хныканье неприемлемо. Важно, чтобы ребенок понял разницу между хныканьем и нормальным тоном. Можно сказать: "Тон, которым ты говорил, чтобы привлечь мое внимание, называется хныканьем. Я буду слушать тебя только тогда, когда ты будешь говорить нормально". Затем продемонстрируйте

ребенку, как звучит более приемлемый тон. Не думайте, что он знает это. Хныканье может стать привычкой потому, что ребенок не понимает, что оно раздражает. Выберите минутку и покажите ему, каким тоном он должен говорить, например: "Вот я говорю хныкающим голосом: "Я не хочу-у-у де-е-елать это". А теперь я скажу это хорошим голосом: "Не могла бы ты мне помочь?" Если ты хочешь о чем-то попросить, говори таким же хорошим голосом. Давай-ка, попробуй". Постарайтесь не передразнивать ребенка. Ваша цель – добиться, чтобы он понял, чего вы от него хотите, не подвергаясь при этом насмешкам.

**Шаг 3. Установите правила поведения.** Объявите ребенку, что отныне каждый раз на хныканье он будет получать отказ. Затем откажитесь слушать даже первые звуки хныканья, сорвавшиеся с губ ребенка. Как правило, хныканье прекращается, когда ребенок понимает, что оно безрезультатно, поэтому он должен усвоить, что введенное вами правило не обсуждается.

**Шаг 4. Введите штрафные санкции, если хныканье продолжается.** Вероятно, вы станете спрашивать себя: "Почему же ребенок не перестает хныкать?" Ответ прост: вы немедленно должны ввести штрафные санкции, чтобы ребенок знал, что вы не станете этого терпеть. То же относится и к дерзости, драчливости, плевкам или пререканиям. Не совершайте ошибки, думая, что можно пока подождать, а, вернувшись домой, исправить поведение ребенка. Штрафные санкции нужно применять немедленно, независимо от того, где ребенок начал хныкать. Это может причинить массу неудобств: вам придется изменить планы, если ребенок захныкает, когда вы делаете покупки в магазине. Но если вы действительно хотите положить этому конец, то должны тут же сказать: "Ты хныкаешь. Тебе известно правило. Мы сейчас же уходим". **Штрафные санкции эффективны лишь тогда, когда применяются каждый раз при плохом поведении.** Учтите, если вы не будете следовать этому правилу, хныканье усугубится. И это произойдет потому, что ребенок поймет: вы можете уступить. Не проявляйте эмоций, применяя штрафные санкции, – не отчитывайте ребенка, не высказывайте злости или раздражения. **Не забывайте также хвалить ребенка, когда он пользуется правильным тоном.** Для того чтобы поломать привычку, требуется время, поэтому поощряйте ребенка. И самое главное – не сдавайтесь.

### ***Консультация для родителей «Как справиться с капризами ребенка при расставании с родителями»***

*«Почему ты плачешь?» Этот вопрос тысячу раз задают родители своим маленьким детям, которые цепляются за них и рыдают, не позволяя выйти из дому.*

- Машенька, мама пойдет на работу, заработает денежек и купит Машеньке ботиночки. Машенька хочет ботиночки?..

- Да! Аа-а!!! - А Машенька будет с бабушкой. Машенька любит бабушку?

- Да! Аа-а!!!

- А бабушка даст Машеньке конфетку! Машенька хочет конфетку?

- Да! Аа-а!!!

- Ну почему же ты плачешь?!!  
- Аа-а!!!

Понять, почему ребенок плачет, если, казалось бы, его все устраивает (и ботиночки хочет, и бабушку любит, и от конфетки не отказывается), почти невозможно.

Сам ребенок тоже ни за что не сможет объяснить причину того, почему он не хочет отпустить маму и остаться с бабушкой. Даже спрашивать его об этом по меньшей мере бесполезно, а иногда и вредно (по интонации вопроса он чувствует, что им недовольны, и переживает, что расстроил или обидел маму). Почему же он плачет?

Он плачет, потому что слезы - единственный способ, которым ребенок может показать, что он беспокоится.

Ребенок не боится остаться без мамы, он не думает, что ему будет плохо с бабушкой, его просто беспокоит ситуация расставания. А еще он беспокоится за маму: как она там, без него?

Взрослые наделяют слезы более трагическим смыслом, чем дети. Взрослые плачут в тяжелом горе, в отчаянии, при сильной боли. При виде плачущего ребенка взрослый теряется: он знает по своему опыту, как трудно утешить горюющего человека, слезы ребенка затрагивают болезненные чувства и воспоминания взрослого, и он готов сделать все, лишь бы слезы прекратились.

Ребенок же слезами «разговаривает». Фактически разговор с Машенькой был таким:

- Машенька, мама пойдет на работу, заработает денежек и купит Машеньке ботиночки. Машенька хочет ботиночки?..

- Да! Но при чем тут ботиночки, неужели я должна менять тебя на ботиночки? Аа-а!!!

- А Машенька будет с бабушкой. Машенька любит бабушку?

- Да! Если я плачу о тебе, получается, что я не люблю бабушку! Я ее так этим обижаю! Это ужасно! Аа-а!!! Бабушку жалко!!!

- А бабушка даст Машеньке конфетку! Машенька хочет конфетку?

- Да! Ты думаешь, что бабушка даст мне конфетку, но я так ее обидела! Я такая плохая девочка, разве кто-нибудь даст конфетку такой плохой девочке! Аа-а!!! Конфетку хочется!!!

- Ну почему же ты плачешь?!!

- Из-за тебя! Из-за ботиночек! Из-за бабушки! Из-за конфетки! Аа-а!!!

Мама Машеньки может думать, что девочка переживает ее уход, однако, предлагая так много других тем, она сама отвлекает дочку от переживания расставания, и ситуация отношений мамы и дочки превращается в ситуацию отношений ребенка со множеством других людей и вещей - и ребенок теряется!

Ребенок хочет говорить именно о расставании, а то, что он плачет, показывает, как сильно он хочет об этом говорить. Об уходящей маме, о том, что с ней будет, о том, когда она вернется, о том, как она его любит и



сочувствует ему, маленькому человеку, который осваивает новый опыт расставаний и встреч.

Мама, которую плачущий малыш «вернул с порога», которая решила «не травмировать» ребенка и вопреки своим планам, и желаниям осталась дома, тем самым просто «откладывает» разговор о расставаниях и встречах.

Такой разговор обязательно рано или поздно состоится, и ребенок снова будет использовать для разговора все свои возможности: слова, слезы, капризы, манипуляции...

### **Зачем прощаться?**

Наверно, многие взрослые переживали огромный соблазн вообще избегать прощаний: ребенок отвернулся, а ты на цыпочках и - в двери. Конечно, после таких расставаний на душе кошки скребут и хочется вернуться посмотреть, как он там (что, конечно, не улучшает настроение на работе), зато слез не было (или, по крайней мере, при тебе не было). Такой способ строить отношения с ребенком совсем не хорош ни для малыша, ни для родителей.

Вот четыре причины того, почему убежать не прощаясь плохо для ребенка: ребенок видит, что родители боятся прощаний, и делает вывод, что расставания - это что-то очень страшное, поэтому он сильнее старается удерживать около себя привычные и любимые вещи, очень много сил тратит на контроль того, что у него есть, и ему не хватает сил на новые знакомства; он может сторониться нового или быть агрессивным в новых контактах; ребенок переживает, что родители считают его слишком слабой личностью для того, чтобы справляться с серьезными чувствами; он может смириться с тем, что он «слабенький» и «ранимый», вести себя капризно и подражать маленьким, а может начать активно доказывать, какой он сильный и самостоятельный через агрессивное поведение с теми, с кем он остается без родителей. И то, и другое, к сожалению, - ложное лицо маленького человека, а какой он на самом деле - ему еще предстоит понять; ребенок ревнует родителей к их делам (к работе, друзьям, магазинам и парикмахерским); ему кажется, что если родители тайно убегают от него куда-то, значит, они любят что-то ТАМ больше, чем его ЗДЕСЬ; ему трудно будет научиться уважать работу родителей из-за этой ревности; ребенок чувствует себя неполноценным членом семьи: его обманывают, с его чувствами не считаются.

***А вот четыре причины того, почему убежать не прощаясь плохо для родителей:***

- ребенок, который опасается новых контактов, будет сильнее и сильнее привязывать к себе маму, не позволяя ей отходить от себя (иногда ни на шаг);
- ребенок, который с помощью агрессии доказывает, что он достаточно большой и сильный, чтобы с ним говорили серьезно, причиняет много хлопот, ссоря мам и пап с бабушками, нянями и воспитателями;
- ребенок, который ревнует родителей к работе и другим делам, вынуждает их делить жизнь на «семью» и «работу» и испытывать чувство вины;

- ребенок, который заметит, что его обманывают, может начать манипулировать и всегда найдет способ заставить родителей переживать, нервничать и опаздывать на свои важные встречи: слезами, жалобами, плохим сном, аппетитом и поведением.

***Возможно, кто-то скажет: ну уж это вы слишком! Неужели все эти проблемы могут обрушиться на родителей из-за такой мелочи! Подумаешь, не попрощался с годовалым шкетом!***

А вот для ребенка умение прощаться и отпускать - вовсе не мелочь, а важный аспект истинно человеческих отношений. Может быть, первый в его жизни опыт отношений в социуме, где ты - важен, но ты - не один.

### **Как лучше прощаться**

Попробуем найти рецепт хорошего и полезного для ребенка прощания. Для этого вспомним, что мы знаем о желаниях малыша, и решим, чего хочет взрослый.

Итак, ***ребенок хочет***: знать, куда уходит мама; знать, когда она придет; быть уверенным, что с ним ничего не случится; быть уверенным, что с ней ничего не случится; быть уверенным, что она получает удовольствие от того, что делает, и ей там не хуже (хотя и не лучше), чем здесь.

В то же время ***взрослый хочет***: обеспечить безопасность ребенка; не опоздать туда, куда идет; оставить ребенка в достаточно хорошем настроении; вернувшись, увидеть радость встречи в глазах своего малыша.

Постараемся совместить эти пожелания в одной стратегии.

Чтобы не опаздывать и иметь возможность попрощаться с ребенком, соберитесь на *5-10 минут раньше* (больше не надо, чтобы не превращать прощание в самостоятельное событие дня). Скажите честно ребенку, куда и зачем вы идете (только очень просто, например: «Я иду в парикмахерскую стричь волосы», или «Я иду на работу печатать на компьютере», или «Я иду к тете Лене пить чай»). Не бойтесь, что ребенок не поймет слов: спокойная, открытая интонация подскажет ему, что-то место, куда идет мама, достаточно хорошее, и дело, которое она будет делать, - полезное и приятное. Скажите точно малышу, когда вы вернетесь. Для этого не нужно говорить время по часам (это маленькому ребенку может быть не совсем удобно и понятно). Можно сказать: «Я приду, когда ты покушаешь, погуляешь, поспишь». Ребенку понятнее конкретные описания событий, по которым он и определит время. Расскажите сыну или дочке, с кем он останется и, главное, что будет делать: «Ты будешь с бабушкой. Вы покушаете, потом погуляете, потом поиграете, а потом будете меня вместе встречать». Не сулите ребенку «призов» за то, что он вас отпускает, но если он попросит ему что-то принести, не отказывайте. Если же выполнить его просьбу невозможно, сразу скажите ему об этом: «Ну нет, живого цыпленка я не смогу тебе принести...» Даже если ребенок ни о чем не просит, приносите ему время от времени какую-нибудь маленькую приятную вещицу (печенье, конфетку, яблоко, тетрадку), чтобы он

чувствовал, что где-то далеко от него вы о нем помните и готовитесь к встрече.

### **Сцены и манипуляции**

*«Я начала приучать сына прощаться и говорить (то есть сначала махать ручкой) „пока-пока“ еще до года. Я специально прощалась с ним и говорила „пока“ даже тогда, когда выходила буквально на минутку к соседке, чтобы он привыкал и потом не плакал, когда я выйду на работу. Он действительно через пару недель привык и даже воспринимал „пока-пока“ как веселую игру. А вот в два года, когда я вышла на работу, ребенка будто подменили. Как будто и не было веселой игры в „пока“! Ревет, цепляется за меня! У меня сердце разрывается. Что я сделала не так? Ведь я же так готовилась к этому времени!..»*

**Печаль и тревога ребенка** - обязательная часть его понимания того, что он становится самостоятельнее, а у мамы появляется все больше времени и желания заниматься разными делами, о которых он еще ничего не знает. Он плачет не потому, что «не подготовлен», а потому, что теперь он понимает: расставание - это грустно. Он стал взрослее!

**Но вот вопрос: как справляется каждый ребенок со своей тревогой? Какие способы применяет и какие слабости взрослых использует?**

*«Есть вещь, которой я совершенно не выдерживаю, - это когда дочка, увидев, что я собираюсь на работу, кричит: „Мамулечка, не уходи! Миленькая, ну пожалуйста, не уходи!“ У меня внутри все сжимается, я готова в этот момент бросить работу и все свои дела... Но самое ужасное знаете что? Как только я ухожу и за мной закрывается дверь - она тут же спокойно идет играть с дедом или смотреть свои мультики! То есть эта ужасная сцена - только для меня? Зачем она так делает? Я же потом работать полдня не могу!»*

Сцены, которые дети устраивают родителям, говорят о том, что малыши достаточно хорошо знают «слабые» места взрослых.

Например, если мама тревожится и чувствует вину из-за того, что работает, то ребенок с удовольствием переложит всю свою тревогу, связанную с расставанием (плачем и жалобами), на нее же. Устраивая сцены, он как бы думает: «Теперь за все тревожится мама, я могу быть спокоен!» - и действительно, потом спокойно играет и ждет маму. Так ведут себя многие дети. И об этом хорошо знают воспитательницы в детских садах, которые уговаривают мам (порой даже ругают): «Идите, все будет хорошо!»

Эта сцена - для того, чтобы освободиться от своей тревоги и передать ее маме.

А вот если мама сама не очень уверена в том, что ее дела нужны и важны для нее, сомневается в выбранной профессии или месте работы, не чувствует себя достаточно энергичной, чтобы выйти из дома, то ребенок обязательно остановит ее! Малыш, решая свои проблемы, еще и о маме заботится: тебе не очень хорошо там - не ходи! И он устраивает такую истерику! Или обижает няню или бабушку, или плохо ведет себя в садике, или даже болеет, или... Словом, он ведет себя так, что мама «разводит руками» и говорит: «Ну разве

я могу выйти на работу: он у меня такой тревожный (боязливый, непослушный, болезненный, драчливый и т. д.)». Мама огорчается, что сын или дочка ее от себя не отпускает, но, возможно, даже рада, что так решилась проблема с ее собственным определением.

### **Как избежать сцен и манипуляций**

Ребенок чувствует, что «сцены» портят его отношения с родителями, а манипуляции мешают ему активно развиваться, поэтому он будет рад, если родители смогут с этим справиться. Сам он «остановиться» не может, ведь таким поведением он защищает себя от тревоги!

### ***Победить «сцены» помогут «ритуалы».***

«Ритуал» - это порядок действий, который взрослые повторяют раз за разом. Например, уходя, мама всегда:

на три минутки берет малыша на руки; целует и говорит, куда уходит и когда придет; просит принести сумку (ключи, платочек и т. д.); говорит «спасибо» и «пока-пока»; если ребенок плачет - говорит, что ей очень жалко, что он грустит, но ничего не поделаешь, приходится расставаться; передает ребенка тому взрослому, с которым он остается; уходит.

Такое поведение помогает ребенку не с первого дня, а именно тогда, когда становится ритуалом, то есть привычным поведением. Ритуал помогает потому, что учит ребенка доверять взрослым: ребенок хорошо знает, что мама уйдет, как она уйдет и когда вернется. Это доверие и знание снижает тревогу малыша.

***Справиться с манипуляциями можно только всей семьей:*** взрослые перед тем, как «воспитывать самостоятельность» ребенка, должны определиться, как они сами хотят (и действительно ли хотят) строить свою деловую жизнь. Если мама или папа не уверены в своих планах, ребенок, который лучше чувствует себя в присутствии взрослых, а не со своими сверстниками, обязательно воспользуется их сомнениями и не будет пытаться справиться сам со своей проблемой взросления.

### **Фразы, которые ухудшают ситуацию**

***Вот 5 фраз, которые мамы произносят, отчаявшись убедить ребенка в том, что им нужно уйти по делам:*** «Ты же сам говорил (говорила), что с бабушкой хорошо, почему ты теперь не хочешь с ней оставаться?»; «Не пускаешь меня на работу - не будет денег тебе на новую машинку!»; «Ну пожалуйста, можно мама пойдет на работу?!»; «Ты же большой мальчик (большая девочка)! Как тебе не стыдно плакать!»; «Если будешь так реветь - уйду от тебя и вообще не приду!».

***Важно помнить:*** эти фразы не только не помогают ребенку, но даже вредят, потому что в них есть УПРЕК. Упрек ребенку в том, что он МЕШАЕТ маме делать какие-то ее дела. Мамы говорят такие слова просто потому, что не знают, как успокоить малыша, а ребенок слышит, что он - помеха маме в ее жизни, и еще больше переживает, тревожится и, как следствие, капризничает.

### **Искусство успокаивать ребенка**

Успокаивать встревоженного расставанием ребенка - довольно непростое занятие. Оно требует времени, терпения и уверенности в своей правоте.

Первое и самое главное, что нужно помнить родителям, успокаивающим ребенка, это то, что они именно успокаивают ребенка, а не обеспечивают себе спокойный день, не оберегают бабушку от капризов или соседей от крика.

Ребенок нуждается в успокоении, потому что он маленький и не может справиться со своими переживаниями сам. Взрослый всегда может успокоить ребенка, потому что ребенок надеется на взрослого, считает его более сильным, более опытным, более терпеливым. Ребенок устраивает самые бурные сцены самым близким и любимым именно потому, что доверяет им, их силе и мудрости.

Чтобы успокоить ребенка, нужно ему сочувствовать и верить, что малыш ничего не делает «назло», он просто переживает еще непонятное ему взросление.

**Предлагаем три способа показать ребенку, что вы ему сочувствуете.**

***Взять ребенка на руки*** (посадить на колени, прижать к себе), покатать, как маленького, погладить и сказать, что вам действительно жаль его, ведь он так сильно расстраивается! ***Подумать, отчего именно ваш ребенок расстроен больше всего, и сказать ему об этом*** (ведь сами дети чаще всего не могут рассказать словами о своих переживаниях). Например: «Тебе так не хочется идти в садик!», или «Ты так боишься, что я поздно вернусь!», или «Тебе грустно, что ты остаешься один (одна) без меня...», или что-нибудь еще, ведь каждая мама очень хорошо чувствует, что именно тревожит ее малыша, только не всегда говорит об этом вслух. ***Выслушать все сердитые и обидные слова***, которые говорит ребенок, не оправдываясь, ведь главное сейчас - это переживания ребенка, а не переживания сочувствующего взрослого.

***Важно помнить, что при расставании именно ребенок нуждается в утешении, а вовсе не взрослый, озабоченный собственными переживаниями.*** Успокаивая ребенка, не ждите от него прощений, разрешений и оправданий для себя!

Каждый маленький ребенок очень хочет, чтобы мама и папа были спокойны и веселы. Он плачет, когда видит плачущую маму. Он сжимается от страха, когда мама и папа ссорятся. Он хотел бы помочь своим любимым, но ему трудно нести ношу сочувствия взрослым. Невыносимость этой ноши делает одних детей капризными, тревожными, других - раздраженными, пугливыми, а третьих - даже агрессивными.

Сочувствуя ребенку, нужно постараться не начать сочувствовать себе, меняясь с ребенком ролями.

Если же маме или папе самим тяжело дается успокоение ребенка, если они сами слишком сильно переживают и им хочется прижаться к малышу, пожаловаться ему и утешиться около него, то им лучше поговорить об этом друг с другом, с хорошими друзьями, а может, даже с психологом.

***Эффективным средством оптимизации детско-родительских отношений, оказания родителям действенной помощи в воспитании***

*детей до трех лет является игра*, которую следует рассматривать не только как особую деятельность ребенка, но и как особое содержание усвоения, социально-педагогическую форму организации детской жизни (Г. П. Щедровицкий). В игровых ситуациях происходит реальный процесс развития и обучения ребенка. А взрослый получает возможность, с одной стороны направлять данный процесс, а с другой—обеспечивать саморазвитие подрастающей личности. Мы подготовили проект, с учетом современных исследований развития ребенка раннего возраста и специфики детско-родительских отношений родителей с детьми до трех лет.

В качестве ***ожидаемого результата*** рассматривается социализация ребенка раннего возраста на основе оптимизации детско-родительских отношений в процессе продуктивного игрового взаимодействия родителей с детьми.