

Сложные ситуации в вопросах и ответах

dovosp.ru
«Дошкольное воспитание»

А. Бучкова,

детский психолог, кандидат социологических наук, Москва

Актуальный разговор посвятим вопросам адаптации к детскому саду и готовности к школе. Июнь – наиболее подходящее время для начала психологической подготовки к таким серьезным изменениям в жизни ребенка. Кроме ответов на ваши вопросы, предлагаем две психотерапевтические сказки по этим темам. Истории универсальные, поэтому подойдут любому малышу и даже для коллективного прочтения группе детей.

? В каком возрасте психологи рекомендуют отдавать ребенка в детский сад?

Однозначного ответа на этот вопрос не существует. Но определенные границы исследователи все же отмечают. С физиологической и психологической точек зрения оптимальный возраст начала посещения детского сада наступает после двух с половиной лет, ближе к трем годам, когда малыш становится достаточно самостоятельным. До этого возраста навыки самообслуживания крайне несовершенны, ребенок нуждается в значимом взрослом и не испытывает особой потребности в общении со сверстниками. Такая потребность актуализируется к четырем годам. То есть с этого возраста посещение образовательной организации наиболее эффективно с точки зрения развития, в том числе навыков общения.



Важно помнить, что развитие и воспитание ребенка – это в первую очередь задача родителей, которые являются для него значимыми взрослыми. До трех лет в детском саду малыш получит только присмотр и уход, позже добавится образовательная программа, но разностороннее развитие – это дело семьи. Не стоит перекладывать его на дошкольную организацию.

И еще один важный момент, касающийся времени начала посещения детского сада. Физиологические и психологические особенности, во-первых, индивидуальны у каждого малыша, а во-вторых, материальные потребности семьи никто не отменял. Если по каким-либо причинам маме необходимо выходить на работу, то детский сад может стать выходом в любом возрасте ребенка. Просто это потребует от родителей усиленного внимания к малышу по вечерам и на выходные.

О том, как создать условия для того, чтобы адаптация прошла успешно в кратчайшие сроки, читайте в рубрике «Актуальный разговор» (Дошкольное воспитание. 2018. № 8).

? **Когда лучше начинать подготовку к школе и на что обратить внимание в первую очередь?**

Продолжительность подготовки к школе зависит от индивидуальных особенностей малыша. Оптимально пройти диагностику его психологической готовности за полгода до начала обучения. На основании полученных результатов уже определяются основные направления подготовки и время, которое на нее потребуется, – от полугода до нескольких недель. В большинстве случаев на это уходит около трех месяцев. Полученные в ходе диагностики рекомендации можно и нужно использовать для того, чтобы уделить повышенное внимание проблемам ребенка. Также важно за три месяца до поступления воссоздать режим, максимально приближенный к школьному. Если мы заранее готовим малыша к такому распорядку дня, то тем самым частично снижаем тревогу, связанную с предстоящей неизвестностью, и создаем дополнительные условия для лучшей адаптации к обучению.

Психологическая готовность включает в себя мотивационный, интеллектуальный, личностный, социальный и эмоционально-волевой компоненты. Особое внимание важно обратить на мотивацию. Многие специалисты считают, что ее сформированность является главным показателем психологической готовности ребенка к школе.

Основные направления мотивационной подготовки:

- Спокойные и понятные ответы на все вопросы «почемучек».
- Подкрепление и стимулирование познавательной активности ребенка (домашние эксперименты, знакомство с окружающим миром, проблемные задачи).



- Освоение малышом простейших способов работы с книгами и интернетом как с источниками информации.
- Рассказы о школе (что значит быть учеником, почему школьник уже взрослый, какие обязанности его ждут; интересной для ребенка будет аналогия между детским садом и школой с обоснованием преимуществ последней), о своем опыте (в том числе и о не совсем удачном, но положительные примеры должны преобладать).
- Демонстрация уважительного отношения к профессии учителя.
- Игры в «школу зверей», психотерапевтические сказки по этой тематике.

Подробную информацию об этом, а также о других составляющих психологической готовности можно найти в рубрике «Актуальный разговор» (Дошкольное воспитание. 2017. № 4).

? Ребенку с трудом дается изучение стихов, он невнимательный и неусидчивый. Можно ли это изменить? Ведь в следующем году сыну идти в школу.

Зачатки произвольности появляются только к третьему году жизни ребенка одновременно с формированием потребности в достижении успеха. Однако возможность управлять своим поведением в этом возрасте крайне ограничена, малышу не только трудно сдерживать возникающие желания, но еще сложнее выполнять действия, которые ему неинтересны. Невнимательность и неусидчивость могут быть также связаны с проблемами со здоровьем и сном, несоблюдением режима, несбалансированностью питания ребенка.

Хотя развитие произвольного внимания, памяти и усидчивости начинается в дошкольном возрасте, данные процессы еще несовершенны и будут формироваться уже в младшем школьном. Поэтому ориентируемся на возрастные нормы, помним, что на этом этапе ребенку очень тяжело заниматься одной деятельностью более 20 минут. Чтобы обеспечить волевою подготовку малыша к школе и формирование произвольности, можно продолжать заучивать стихотворения, предлагая ребенку логические приемы запоминания, например использовать картинки, находить сходство и различия между запоминаемыми предметами или рисунками, распределять их на группы по существенным признакам (опосредованное запоминание, смысловое соотнесение и смысловая классификация доступны старшим дошкольникам), заниматься продуктивными видами деятельности (конструирование, лепка, рисование, моделирование) и работой по дому (помощь в убор-



ке, уходе за растениями), а также использовать задания и игры, развивающие внимание, память и усидчивость (например, головоломки и настольные игры). Развитие произвольности поведения должно быть постепенным; следует начинать с простых занятий, далее переходить к более трудным.

Психотерапевтические сказки на темы адаптации к детскому саду и психологической подготовки к школе

«Тигренок и дружелюбный детский сад»

Проблема. Недостаток представлений о детском саде, тревожность и страх перед расставанием с родителями, нежелание посещать детский сад.

Сказка рассчитана на возраст от двух до четырех лет.

(Если части II и IV неактуальны для ребенка, то их можно опустить. – Авт.)

Часть I

В далеком волшебном лесу жил-был Тигренок. (Если сказка предназначена девочке, то главная героиня – маленькая Тигруля, а все зверята, которые появляются в ходе сказки, – тоже девочки. – Авт.) Он был совсем маленьким, но уже умел завязывать шнурки и убираться в своей комнате. А еще очень любил строить из кубиков пирамиды, домики и длинные мосты. (Вставляем то, что ребенок хорошо умеет делать и что он любит больше всего, в том числе любимые игрушки. – Авт.)

Летом мама рассказала Тигренку, что, когда наступит осень и листья на деревьях начнут желтеть, он пойдет в детский сад.

– Тебе обязательно понравится там, – добавила она. – Детский сад – дружелюбный и веселый, он любит детей. Каждый день он с нетерпением ждет ребят, хранит для них игрушки и помогает дружить с другими зверятами.

Тигренку стало интересно, но он забеспокоился:

– А мне точно понравится? Скучно не будет? Получится подружиться с другими ребятами? Вы не забудете прийти за мной вечером? – завалил он вопросами маму.

Она объяснила Тигренку, что в детском саду много интересных и веселых занятий. Он может взять туда свои любимые игрушки, например кубики. Детей в саду тоже много, поэтому он обязательно подружится с кем-то. Некоторых ребят Тигренок уже знает, например маленького Зебру, который живет по соседству. Вечером в детском саду никого не остается, потому что всех забирают домой. И конечно, родители придут за ним после работы. А потом все вместе будут ужинать.

Тигренок успокоился и обрадовался. Он с нетерпением ждал начала осени.

Незаметно лето закончилось. Тигренок повзрослел, и пришло время идти в детский сад. Он вместе с папой и мамой



встал рано утром, умылся, оделся и в сопровождении родителей отправился в путь.

Детский сад выглядел дружелюбно, он был чистым и светлым. Воспитатель Кенгуру показала Тигренку его шкафчик, на который была наклеена картинка – красивая разноцветная пирамидка. На каждом шкафчике была своя картинка, чтобы их не перепутать. Тигренок переобулся в удобные тапочки, и Кенгуру повела его в группу.

На завтрак была вкусная манная каша и сладкий чай с булочкой. А после ребята приступили к играм. Тигренок сразу же начал строить домик из кубиков, которые мама разрешила ему взять с собой. Его друг Зебра помогал ему. Тигренок подружился еще с Волчонком и Жирафиком. Они играли в машинки, а на прогулке – в салочки. Было весело.

«Детский садик оказался очень добрым и уютным», – думал Тигренок, засыпая после обеда в новой для него кроватке.

Часть II

(Если страха перед расставанием с родителями нет, то эту часть можно опустить. – Авт.)

Когда Тигренок проснулся, то забеспокоился: «Мама точно придет за мной вечером? Не забудет?». И загрустил. Но воспитатель Кенгуру объяснила ему, что на ночь детский сад остается один. По-другому не бывает. Она давно работает, но ни разу ночью никто из детей не оставался, всех забирали мамы и папы. Тогда Тигренок решил, что оставит детскому саду на ночь часть своих кубиков, чтобы ему не было так одиноко.



Он заметно повеселел, и игры с друзьями продолжились.



Часть III

Вечером за малышом пришла мама. На прощанье воспитатель Кенгуру похвалила Тигренка за то, что он так хорошо умеет завязывать шнурки.

Все случилось так, как рассказывала ему мама. Вся семья собралась за ужином. Родители спрашивали сына, как прошел его первый день в саду, понравилось ли ему. А он с большой радостью рассказывал о том, как все было. И с нетерпением ждал следующего дня. Он знал, что дружелюбный садик тоже ждет его.

Часть IV

(Если ребенок охотно посещает детский сад, то эту часть можно опустить. – Авт.)

Наступила зима, выпал первый снег. На улице стало холодно. Тигренок решил, что не будет больше ходить в детский сад. Он попросил у мамы разрешения остаться дома, и она согласилась. Но предупредила его, что родители будут уходить на работу, а он – оставаться совсем один. Так прошло несколько дней.

На выходных Тигренок с папой пошел на каток. И встретил там маленького Зебру.

– Мы так ждали тебя, Тигренок, – воскликнул Зебра. – Твои кубики пропали, и детский сад грустит без тебя, он перестал сиять, его окна потускнели.

– Как так?! – возмутился Тигренок. – Завтра я приду в детский сад, нужно ему помочь и кубики найти.

Рано утром он позавтракал, сам собрался и попросил маму отвести его в детский сад.

Кубиков нигде не было. Но сначала он решил порадовать детский сад. Вместе с ребятами они вымыли все окна и вытерли пыль в группе. Детский сад снова засиял. Еще зверята решили убрать все игрушки на свои места. Так они нашли неваляшку и потерянную деталь от пожарной машины. Но кубиков в группе не оказалось.

Во время прогулки Тигренок внимательно осмотрел площадку. Ура! Кубики лежали у ограды.

– Как вы сюда попали, мои любимые кубики? – поинтересовался он.

– Мы искали тебя, – ответили они. – Но не смогли перелезть через ограду и решили дожидаться тебя тут. Почему ты не приходил?

– Я... – растерялся Тигренок. Ему было стыдно признаться, что он ленился. И что дома одному ему было очень скучно. – Это уже не важно. Не убегайте больше. Я буду ходить в детский сад. Идемте строить крепость.

И малыш сдержал свое слово.



Часть V

Каждый день Тигренок приходил в дружелюбный детский сад, играл вместе со зверятами, занимался с воспитателем и гулял.

В твоём садике тоже много игрушек и ребят, с которыми ты подружишься. Он ждёт тебя с твоей любимой игрушкой. Будет радовать тебя, помогать, когда трудно, а каждое утро с нетерпением ждать твоего возвращения в группу.

Ритуал. Рассказываем малышу, что он сможет брать в детский сад свою любимую игрушку. Она поможет ему преодолеть грусть и страхи.

Вопросы

- Расскажи, что умел хорошо делать Тигренок? (После ответа комментарий: «Представляешь, как вы с ним похожи? Ты тоже хорошо умеешь это делать».)
- О чем Тигренок забеспокоился, когда узнал, что скоро пойдет в детский сад?
- Как на самом деле все оказалось?
- Что случилось, когда Тигренок решил не ходить в детский сад?
- Тигренку понравилось в детском саду?
- Как ты думаешь, что ему понравилось больше всего?
- А тебе понравится в детском саду? Какую игрушку ты возьмешь с собой туда?

«Школа пингинов»

Проблема. Недостаток представлений о школе, тревожность, связанная с предстоящим началом обучения, профилактика неуважительного отношения к учителю и отрицательной мотивации обучения.

Сказка рассчитана на детей шести–семи лет. В этом возрасте можно ее не только рассказывать, но и разыгрывать.

За глубокими морями, за высокими горами, там, где круглый год холодно и снежно, жил пингвиненок Эдрик. (Если сказка предназначена девочке, то главную героиню зовут Синти. – Авт.)

Он рос добрым и веселым. С каждым годом становился все умнее и сильнее. И вот, когда ему исполнилось семь лет, настало время идти в школу.

Эдрик очень волновался: понравится ли ему там, получится ли хорошо учиться, справится ли он с заданиями. Родители успокоили его. Оказалось, что он будет учиться по чуть-чуть, постепенно, поэтому все точно получится. Папа рассказал сыну историю из своего детства. Он так переживал в первый день, что даже забыл свой портфель дома. Но это не помешало папе выполнить задания, которые дал учитель. Главное, внимательно слушать его и делать все, о чем он просит. (Можно вставить сюда интересную историю из детства одного из родителей ребенка. – Авт.)

Это не всегда удастся, но когда хочется отвлечься, очень помогает заклинание, о котором папа узнал от своего отца. Нужно три раза про себя сказать: «Снуп-креп-трурре». И внимание к тебе вернется. Заклинание помогало папе много раз. Став постарше, он даже победил в нескольких олимпиадах по математике.

Первого сентября Эдрик проснулся рано, сделал зарядку, умылся, оделся, позавтракал, взял красивый портфель с нарисованной на нем синей машиной и пошел в школу.

Учитель Серафима Кузьминична показала Эдрику, где он будет сидеть, и познакомила с другими учениками. Некоторых пингвиненок уже знал, с кем-то он ходил в детский сад, а с другими играл на площадке. На уроках было очень интересно. Они учили цифру 1 и букву А. На третьем уроке Серафима Кузьминична рассказала о далеких теплых странах, где живут верблюды.

На переменах было весело, ребята катались с ледяной горки, ели замороженную рыбу и даже немного мороженого.

По дороге домой Эдрик помог малышам из детского сада перейти дорогу. Так приятно было стать взрослее. А еще самостоятельнее. Потому что уроки он делал сам. К родителям подходил, только если появлялись вопросы. А иногда даже находил ответы без их помощи в Пингвинете.



Так проходил день за днем. Эдрик узнавал все больше. У него всегда было много вопросов. Серафима Кузьминична отвечала на все. Казалось, не было того, чего бы она не знала. Уроков становилось все больше, добавлялись новые предметы. Благодаря физкультуре Эдрик становился сильнее. Он не только помогал малышам переходить через дорогу, но и защищал их от хулиганов. Пингвиненок сдружился с ребятами из класса. По выходным они играли в хоккей и ходили в музеи и театр. Но особенно ему нравился планетарий, где можно было увидеть далекие звезды.

Однажды по дороге в школу Эдрик встретил птицу Буревестника. Она не окончила школу, поэтому очень не любила все, что с ней связано. Эдрик и не заметил, как птица заколдовала его. Она хотела, чтобы как можно больше учеников остались безграмотными. Пингвиненок стал считать себя совсем взрослым и самым умным. Поэтому, когда он пришел в школу, он сказал, что сам теперь будет учить всех. А Серафима Кузьминична может отправляться домой. Мудрая учительница сделала вид, что идет домой, а сама спряталась за дверью.



– К доске! – скомандовал Эдрик своему другу Тинки. (Если сказка предназначена девочке, то подруге Тинки. – Авт.)

Тинки никак не мог решить пример из учебника, он не до конца разобрался со сложением. А Эдрик никак не мог ему объяснить основные правила. На следующем уроке он должен был рассказывать детям о северном сиянии. Эдрик прочитал по слогам параграф из учебника, но не смог ответить ни на один вопрос одноклассников.

Однако все это не расстраивало Эдрика, а только злило его. И он ставил двойки всем подряд, даже тем, кто обращался к нему за помощью. Чего еще ждать от заколдованного пингвиненка?

В конце дня одноклассники были очень недовольны Эдриком. Тихий и даже немного застенчивый Тинки сказал:

– Ты плохой учитель. Мы не будем ходить к тебе на уроки. Сначала тебе нужно выучиться самому.

Ребята собрали портфели и ушли домой.

Только Серафима Кузьминична не торопилась. Она поняла, что Эдрика заколдовали. Она была мудрым и опытным учителем и уже однажды сталкивалась с таким случаем. Она поговорила с Эдриком, объяснила ему, что со временем он сможет учить других. Но ребята правы – сначала нужно окончить школу самому. Чтобы расколдовать пингвиненка, она произнесла заклинание: «Снуп-креп-трурр». И Эдрик стал прежним. Добрым, веселым учеником.

– Как? Это заклинание и тут действует? – удивился он.

– Оно действует всегда, когда ты перестаешь слушать учителя, – объяснила Серафима Кузьминична. (Ребенка можно спросить: «Как еще можно расколдовать

Эдрика?» – или предложить придумать способ слушать учителя самому. Например, один раз крепко закрыть и открыть глаза, крепче сжать ручку или совершать любые другие действия, которые позволят вновь сосредоточиться. – Авт.)

Эдрик попросил прощения у учителя, а на следующий день и у одноклассников.

И все вернулось на свои места. Эдрик хорошо учился, Серафима Кузьминична часто хвалила пингвиненка. Заклинание много раз выручало его. Каждый день он с радостью спешил в школу. И всегда обходил буревестников стороной.

Ритуал. Знакомим ребенка с распорядком дня школьника и предлагаем заклинание, которое поможет быть внимательным и слушать учителя: «Снуп-креп-трурре».

Вопросы

- О чем волновался Эдрик, когда узнал, что скоро пойдет в школу?
- А ты волнуешься? Что тебя беспокоит?
- Что рассказал Эдрику папа?
- Что он делал в школе? Ему понравилось там?
- Что однажды случилось с пингвиненком? К чему это привело?
- Кто помог Эдрику?
- Что еще можно было сделать?
- Хочешь, поиграем в школу пингвинов? (Важно, чтобы ребенок примерил на себя разные роли – ученика и учителя. – Авт.)

Очередное **задание** по составлению психотерапевтической сказки в конце года: предложить актуальную для вашего малыша проблему и способы ее преодоления, которым можно научить ребенка. Важно учитывать, что это сказка, поэтому можно предлагать символические варианты разрешения, например эликсир для храбрости. Но также подойдут и вполне реальные, например расслабление на выдохе перед уколом.



Анонс

В следующем номере рассмотрим актуальные вопросы, связанные с непослушанием детей и манипулированием. Также вы сможете взять на вооружение психотерапевтические сказки по этим темам.

Как и прежде, ждем ваших предложений и вопросов по адресу: info@dovosp.ru
Рубрика «Актуальный разговор».

До встречи в следующем месяце!