

Психологическая поддержка выпускников детского сада.

Рекомендации родителям.

Дети, которые переходят из детского сада в школу, нуждаются в психологической поддержке родителей. Мамы и папы могут помочь будущему первокласснику избежать негативных переживаний. При переходе из детского сада в школу ребенок испытывает стресс: взрослые оценивают его способности, когда распределяют роли на выпускной и проверяют готовность к школе. Дети беспокоятся, капризничают, плохо едят и спят. У них портится настроение и формируются негативные ожидания.

Рекомендация 1. Не требуйте многого

К ребенку, который посещает подготовительную группу, взрослые относятся как к будущему ученику и предъявляют повышенные требования. Они контролируют его работу на занятиях, оценивают способности и достижения, сравнивают с другими детьми. Воспитатели дают родителям рекомендации, на что обратить внимание (больше читать, тренироваться письму или заниматься счетом). Родители усиливают давление на ребенка, так как беспокоятся за его будущие успехи, начинают водить на дополнительные занятия дошкольника, а дома заставляют считать, читать, писать. Ребенок чувствует неуверенность в себе, своих возможностях и способностях, в результате начинает бояться школы: «В школе ничего хорошего нет, в детском саду лучше».

Как этого можно избежать?

Чтобы не допустить негативных переживаний и страхов, не предъявляйте к успехам ребенка повышенных требований. Не говорите о том, что он не оправдывает ваших ожиданий, не сравнивайте с другими детьми. Для профилактики тревоги и страхов насыщайте жизнь будущего первоклассника позитивными впечатлениями. Проводите с ребенком больше времени, играйте, беседуйте на интересующие его темы, организуйте прогулки и занятия спортом. Проявляйте больше внимания к его переживаниям и настроению. Обсудите тревоги дошкольника и опасения. Чтобы повысить уверенность в себе, напомните о прошлых успехах, например: «Ты прекрасно справился с тренировочным тестом». Убедите ребенка в его хорошей подготовке: «ты много занимался, многое умеешь», дайте позитивную установку: «Ты готов к школе, у тебя все получится».

Рекомендация 2. Говорите о школе положительно

Если родители не радуются тому, что их ребенок идет в школу, то они усиливают опасения дошкольника. Он представляет, что в школе будет трудно, не интересно или «могут поставить двойку, потом мама будет ругать».

Как этого можно избежать?

Постарайтесь не употреблять фраз: «Все, кончилась твоя свободная жизнь, в школе тебе покажут», «Гуляй пока в школу не пошел», «Ты такой несамостоятельный, к ты будешь в школе учиться?». Постарайтесь сформировать у ребенка положительное отношение к школе в разговорах с ним подчеркивайте значимость того, что он скоро станет учеником, узнает много нового и интересного, подружится с одноклассниками. Расскажите о своей школе, друзьях, которых вы там встретили.



Рекомендация 3. Не показывайте свое беспокойство

Родители часто тревожатся о том, что ребенок сделает ошибки, окажется хуже других при тестировании и др. или что на медосмотре врач может обнаружить, что с ребенком что-то не так. Они беспокоятся, что на выпускном в детском саду их ребенку дадут второстепенную роль или он плохо выступит. Опасения взрослых негативно повлияют на ребенка. Он эмоционально напряжен, начинает бояться тестирования или выпускного.

Как этого можно избежать?

Не проявляйте в присутствии ребенка озабоченности и беспокойства по поводу прохождения медосмотра, тестирования, поступления в школу и т.д. Выражайте положительное отношение к тому, что ребенок участвует в празднике выпуска из детского сада. Помогите ему разучить роль, подготовить костюм. Приходите на праздник в качестве зрителя или поучаствуйте в нем сами.