

Ежегодно наблюдая за родителями вновь пришедших в дошкольное учреждение воспитанников, можно заметить у них не меньшее, чем у самих детей, беспокойство, тревожность, даже страх перед новыми обстоятельствами. Выяснилось, что **некоторые мамы испытывают чувство вины за то, что они отдали ребенка в образовательное учреждение в столь малом возрасте**, а не остались с ним дома или не поручили миссию ухода и присмотра бабушке. *Подобное эмоциональное состояние передается непосредственно ребенку.* Малыш становится беспокойным, капризным, настороженным, более подверженным нервным срывам, простудным заболеваниям уже в самом начале посещения детского сада. Поэтому вполне резонно *«адаптировать» самих родителей к условиям дошкольного учреждения.* **Проблема детской тревожности напрямую связана с родительскими взаимоотношениями с детьми**, даже на раннем этапе дошкольного детства. Именно родительская тревожность, как отмечают многочисленные исследователи, лежит в основе целого ряда психологических трудностей детства и проблем развития. В частности, **М. Прихожан** характеризует родительскую тревожность как **переживание эмоционального**

дискомфорта, связанного с ожиданием неблагоприятия, с предчувствием грозящей опасности

Большинство исследователей анализирует подобное родительское состояние с точки зрения проблем обеспечения условий для развития их ребенка в детском учреждении на этапе адаптации к нему. *Именно детско-родительские отношения могут быть основным фактором, обуславливающим обострения тревожности у детей.* Важнейшей характеристикой детско-родительских отношений является стиль, то есть типичный для родителей характер взаимодействия с детьми в период адаптации. **Индекс тревожности определяет два кластера**, которые объединяют дошкольников с разным уровнем тревожности: «высокий уровень тревожности» и «низкий уровень тревожности». Обнаружено, что родители «высокотревожных» детей более авторитарны, чаще требуют дисциплины, послушания, и относятся к своему ребенку как к неуспешному, несамостоятельному, неспособному (*стиль «маленький неудачник»*).

Восприятие детьми семейной ситуации также различно: показатели неблагоприятия, тревожности и чувства неполноценности в семейной ситуации выше в группе «высокотревожных» детей. Даже маленькие дети с высоким уровнем тревожности ощущают

собственную беспомощность и незащищенность, чаще пребывают в подавленном настроении, чаще плачут, капризничают, проявляют агрессию. *Дети с низким уровнем тревожности в большей мере воспринимают семейную ситуацию как благоприятную.* То есть у родителей отсутствует или мало выражена авторитарность, излишняя требовательности, строгость в отношении к ребенку, ярче выражено эмоциональное слияние с ним. Чем менее родители воспринимают своего ребенка как неудачника, тем меньшую тревогу он испытывает. Несмотря на то, что не обнаружено различий в стилях родительского отношения к детям разного пола, им необходимо помнить то, что, например, мальчики по сравнению с девочками характеризуются более высокой тревожностью в целом, а также тревожностью в семейной ситуации. *В целом же меньшая тревожность наблюдается у детей, родители которых проявляют принятие, стремление понять ребенка, искренне заинтересованы в его делах и достижениях,* оказывают помощь, если это необходимо. И наоборот, чем меньше проявляется взаимодействие родителей с ребенком, тем выше уровень его тревожности. Повышает тревожность, связанную с семейной ситуацией, и отношение родителей к

детям как неуспешным («маленьким неудачникам»).

Выводы по сказанному выше:

1. *Стиль детско-родительских отношений* влияет на эмоционально-личностные установки в выборках дошкольников с высокой и низкой тревожностью.
2. *Существует взаимосвязь показателей тревожности,* эмоционально-личностных установок детей и стилей родительского отношения.
3. *Существуют гендерные различия в проявлениях тревожности* и эмоционально-личностных установок дошкольников.

4 ошибки родителей при адаптации ребенка в детском саду:

Ошибка №1.

Исчезновение мамы

Никогда не уходите незаметно. У ребенка возникает ощущение, что теперь мама может внезапно исчезнуть в любой момент его жизни, не предупредив и не попрощавшись с ним, то есть он может маму попросту потерять. *Установите ритуал прощания:* помахать рукой из окна, хлопнуть в ладошки, произнести заветные слова «на ушко» .

Ошибка №2.

«Долгое пребывание» Некоторые родители считают, что ребенка лучше сразу же оставить на половину дня или целый день в группе, чтобы он быстрее привыкал к детям и

воспитателю. Есть разные схемы посещения ДООУ, рекомендуемые специалистами . *Нужно ориентироваться на самочувствие ребенка и на свою материнскую интуицию.*

Ошибка №3

«Неправильный режим дня» То, как ребенок чувствует себя в начальные дни пребывания в детском саду, накладывает отпечаток на все его последующее отношение к этому месту. *Чтобы первый опыт был окрашен позитивными красками, не поленитесь заранее перевести вашего малыша на правильный режим.* Тогда он сможет легко просыпаться и с настроением идти в группу.

Ошибка №4

«Быстрые сборы»

Родителям жалко рано поднимать малыша, поэтому чаще всего его будят «впритык» ко времени, когда уже нужно выходить из дома. В итоге, сборы получаются нервными, поспешными. Настроение испорчено у всех членов семьи, включая маму. У нее уже нет сил говорить какие-то добрые напутственные слова. *Рационально распределяйте время в утренний период,* чтобы вы не нервничали по дороге сами, и могли настроить вашего ребенка на позитивный лад.

Материал подготовила

Петухова Т.Ф. педагог-психолог
МБДОУ № 272.

Особенности родительской адаптации



«Родители любят своих детей тревожной и снисходительной любовью, которая портит их. Есть другая любовь – внимательная и спокойная, она делает их честными. И такова настоящая любовь родителей»

(Денни Дидро, французский писатель и просветитель)

