



...мой ребенок не хочет ходить в детский сад, он плачет каждое утро?

Если ваш ребенок плохо знаком с детским садом (особенно если он никогда раньше не посещал детский сад), вполне естественно, что первые дни для него будут стрессовыми. Ему приходится сталкиваться с новой ситуацией в своей жизни, когда он впервые проводит время без родителей. Каждый ребенок индивидуален, у некоторых этот период адаптации может длиться 14 дней, у некоторых - месяц, у иных - три месяца. Ребенок постепенно привыкает к детскому саду, обретает уверенность в себе и начинает дружить с другими детьми. Не торопите ребенка, дайте ему знать, что вы понимаете его страх и что вы не будете сердиться на него, если он не сможет справиться с ситуацией так, как вам нужно.

Как вы можете помочь своему ребенку? Позвольте ему постепенно привыкнуть к новой обстановке. Начните с более короткого пребывания в детском саду, затем постепенно увеличивайте количество часов. Наблюдайте позитивные и негативные изменения в его поведении, работайте совместно с учителем. Вместе вы можете составить план, который позволит максимально облегчить адаптацию вашего ребенка. Доверьтесь опыту учителя, он знает, как помочь вам и вашему ребенку.

Также сосредоточьтесь на собственных эмоциях, постарайтесь вести себя спокойно и с любовью, покажите ребенку, что все хорошо, улыбайтесь. Когда вам нужно покинуть детский сад, объясните ребенку, как надолго и почему вы должны уйти, например, на работу; договоритесь с ним, когда вы вернетесь, и всегда соблюдайте эту договоренность. Будьте последователь-

ны! Если ребенок постоянным плачем сможет удержать вас в детском саду значительно дольше, ваш уход из сада станет с каждым разом сложнее. Этот период труден для каждого родителя (иногда больше, чем для самого ребенка), это нормально, что в начале этого процесса вы будете чувствовать грусть или вину. Не волнуйтесь, ситуация скоро наладится. Важно то, как ребенок ведет себя и чувствует себя, когда вы приходите, чтобы забрать его. Весел ли он, играя с другими, концентрируясь на какой-то деятельности так, что почти не замечает вашего прихода? Тогда вы на правильном пути!

Если же ребенок постоянно плачет, хотя обычный адаптационный период прошел, вполне вероятно, что его что-то беспокоит в течение длительного времени. Спросите его, почему он не хочет ходить в детский сад, что ему не нравится в этом и не обижает ли кто его. Посоветуйтесь в этой ситуации со своим учителем. У иностранцев, например, речь может идти о языковом барьере. Ребенок может переживать, что учителя и друзья не понимают его, или что он сам их не понимает. Если детский сад предоставляет такую возможность, зачислите своего ребенка на подходящие курсы чешского языка. В этом возрасте ребенок учится очень быстро, и каждый успех мотивирует его продолжать свои усилия.

...мой ребенок в саду не может справиться с делами, с которыми дома справляется с лёгкостью?

Изменение окружающей среды и присутствие новых людей является сложной задачей даже для взрослого человека, не говоря





уже о ребенке. Неспособность ребёнка справиться с делами, с которыми дома он легко справляется без проблем, может быть результатом стресса и чувства неуверенности. Ребенку в детском саду действительно нужно многое узнать, ко многому он должен приспособиться. Поэтому хорошей идеей будет рассказать учителю, когда вы приходите в новый детский сад, что ваш ребенок может делать дома или с чем у него бывают проблемы. Так учитель будет знать, что требовать от ребенка и чему его нужно научить. Отличная мотивация для ребенка - наблюдать за другими друзьями из класса и пытаться подражать им.

В период адаптации могут происходить различные «несчастные случаи» (например, ребенок не успевает вовремя сходить в туалет). Не наказывайте ребёнка за эти начальные трудности, но объясните ему, как вести себя в следующий раз, когда он окажется в подобной ситуации. Учителя привыкли к таким ситуациям, вам не нужно беспокоиться о том, что это будет иметь какие-то негативные последствия для ребенка. Объясните ребенку, что ему не нужно бояться обращаться к учителю, скажите ему, как вести себя в следующий раз.

...мой ребенок не хочет есть в детском саду?

Некоторые дети в детском саду отказываются есть завтрак или обед. Это случается относительно часто, особенно у детей из разных культур. Чешская еда и чешские вкусы могут быть для них необычными, им нужно время, чтобы привыкнуть к ним. Но часто чешские дети тоже не хотят есть, они также часто отказываются от продуктов, которые едят дома. Это может быть вызвано страхом перед новой средой, недоверием к «чужой» еде или тоской по родителям. Учителя никогда не должны заставлять ребенка есть, но они могут мотивировать его и помочь ему пре-

одолеть созданный им блок. Договоритесь с ними, как вы будете действовать вместе. Они будут рады предоставить вам свои полезные советы, основанные на богатом опыте.

...мой ребенок не хочет спать после обеда?

В этом случае необходимо поступать так же, как и с едой – главное, не принуждать ребенка ни к чему любой ценой. Объясните ребенку, что он не должен обязательно спать, если он не устал. Он может просто расслабиться, например, послушать сказку, прочитанную учителем, или просмотреть книжку с картинками. Главное не беспокоить других детей во время сна.

Ему может потребоваться некоторое время, чтобы привыкнуть к этой части обычного режима детского сада, если он привык к чему-то иному дома. Дайте ему время научиться этому.

Я не уверен, что справлюсь с ситуацией, мне нужна помощь с переводом

Вы имеете дело с новой или сложной ситуацией для вас, и вы не знаете, как справиться со всем? Вы боитесь, что не сможете в достаточной степени общаться на чешском языке при её решении? Мы будем рады помочь вам с переводом, сопроводим вас в школу, найдем необходимую информацию или окажем профессиональную помощь.

Контакты

Centrum pro integraci cizinců | www.cicpraha.org

Meta, o.p.s. | www.meta-ops.cz

InBáze, z.s. | www.inbaze.cz

www.metropolevsech.eu | www.rodinaprorodiny.cz

