***Что может доставлять психологический дискомфорт ребенку?***



*Нежелание ребенка идти в детский сад, страх перед ним в первые дни, и даже недели, после начала посещения вполне понятны и естественны. Более того – они свидетельствуют о том, что психологическое развитие ребенка протекает абсолютно нормально. Существует несколько основных факторов, доставляющих ребенку наибольший психологический дискомфорт:*

* ***Окружающая обстановка***

Как всем известно, самым главным условием для психологического комфорта и уверенности ребенку жизненно необходима стабильность. Однако окружающая обстановка в детском саду радикально отличается от домашней обстановки. Причем зачастую ребенка из душевного равновесия могут выводить такие мелочи, на которые взрослый человек даже и внимания никакого не обратил бы – цвет занавесок, постельного белья, освещение и прочее.

* ***Режим дня***

Существует одна избитая истина – перед тем, как отдать ребенка в детский сад, обязательно постепенно переводите его на тот режим дня, который будет в садике. Однако практически всегда родители игнорируют этот очень разумный совет. И в результате ребенок, который привык спать до 10 – 11 часов утра, неизбежно будет протестовать против того, что его в 7 утра насильно извлекают из теплой кровати и практически волоком тащат в детский сад. Да еще и любимая мамочка уйдет. Ну как тут горько не расплакаться?

Для того чтобы избежать лишнего раздражающего фактора для психики ребенка, необходимо заранее узнать распорядок дня в том детском саду, который будет посещать ребенок. И начинать, как минимум за месяц до предполагаемой даты первого посещения детского сада начинать приучать ребенка к нему. Этим самым родители в очень большой степени облегчат жизнь и себе, и своему малышу.

* ***Ущемленное эго ребенка***

Еще один фактор, против которого очень сильно протестуют очень многие дети – это коллектив. И в этом нет ничего удивительного – несколько [лет](http://letu.ru/) весь мир крутился вокруг ребенка, его чувств, желаний и потребностей. А теперь ребенок окружен большим количеством детей, и он больше не является центром внимания, так как воспитатель при всем своем огромном желании просто физически не может отдавать все свое внимание каждому ребенку в отдельности.

Как правило, особенно сильным травмирующим фактором это является для тех детей, которые в семье одни, либо младшие. Ведь чего греха таить – младшие детки всегда бывают немного более избалованными, даже в том случае, если родители изо всех сил стараются ни в коем случае не разделять детей. Для того чтобы снизить степень тяжести данного травмирующего фактора, психологи советуют как можно чаще окружать малыша детьми – на детских площадках, детских праздниках.

* ***Незнакомые люди***

Достаточно большое количество незнакомых людей, которые начинают окружать ребенка, который пошел в детский садик. Воспитатели, няни, музыкальные и физкультурные работники – ребенку крайне тяжело привыкнуть к ним. Ребенок начинает испытывать серьезнейший психологический стресс, который и проявляется криками и плачем.

Для того чтобы избежать этого, необходимо своевременно озаботиться вопросом социализации малыша. Не стоит держать кроху дома, вдали от общества. Чем чаще ребенок будет общаться с взрослыми людьми, тем безболезненнее для него пройдет период адаптации в детском саду. Ребенок может общаться с дальними родственниками, друзьями мамы и папы, в конце – концов, с бабушками на лавочке у подъезда.

* ***Отсутствие рядом мамы***

Для любого ребенка мама – это даже не центр вселенной, это вся вселенная. А в садике ребенок вынужден расставаться со своей горячо любимой мамочкой. И это не удивительно – ведь раньше – то вы были вместе неразлучно практически [все время](http://alltime.ru/). Зачастую этот стрессовый фактор является одним из наиболее тяжелых в период адаптации ребенка.

Не стоит злиться на плачущего ребенка, который отчаянно хватает вас за одежду – он действительно искренне верит в то, что мама может уйти и не вернуться за ним. И тот факт, что и вчера, и позавчера вы возвращались за ним, и сегодня тоже вернетесь, и любые другие разумные доводы не в силах унять панический страх ребенка.

Для того чтобы облегчить моральное состояние ребенка, необходимо заранее приучать ребенка к тому, что мама иногда уходит. Но всегда возвращается обратно. С самого раннего оставляйте кроху хотя бы на короткий промежуток времени – с папой, бабушкой, подругой. И во время адаптационного периода в детском саду ребенку будет гораздо легче.

* ***Неизвестность***

Еще одной причиной того, почему ребёнок не хочет идти в детский сад, является банальный страх перед неизвестностью. Ребенок просто – напросто боится того, чего он не знает. Зачастую родители, слыша об этом от психологов, удивляются и возражают – но ведь ребенок ходит в детский сад уже неделю – две! Однако помните о том, что для ребенка крайне важна стабильность? А ощущение стабильности у любого человека, а не только у ребенка, вырабатывается примерно через месяц после радикальных изменений в жизни.

Так неужели же в этом случае нельзя ничего поделать? Конечно же, можно. Родители должны заранее, накануне, узнавать у воспитателя о том, что ожидается на следующий день – какие занятия, какие игры, меню. И обязательно очень подробно рассказывайте ребенку обо всем вечером, перед сном. А по дороге в садик еще раз расскажите об этом. Спустя несколько дней, когда ребенок убедится в том, что он заранее точно осведомлен о том, чего ему ожидать, он перестанет бояться неизвестности в детском саду.