*Байка для родителей «Три дня в детском саду – три недели на больничном»*

*Эта типичная статистика детей, только что начавших посещать детский сад. Мама, обратившаяся к психологу, долго боялась отправлять ребенка в детский сад. Рассказы всех подружек и бабушек имели примерно один рефрен: до детского сада ребенок был здоров. А после начала посещения заведения: три дня в детском саду , - три недели на больничном. Но обстоятельства жизни вынудили и ее отдать ребенка в детский сад. Несмотря на то что ребенку было почти 3 года, все произошло именно так как рассказывали более старшие подруги. Мать решила что посещение детского сада всегда ведет к заболеванию ребенка.* 

**Мораль:** да в детских садах дети болеют чаще, чем дома. Но в этом случае не всегда виноваты детские сады.

**Комментарии:** у каждого ребенка имеется определенный набор бактерий, который он получает в семье, где все родственники обмениваются ими как улыбками и словами. Однако люди болеют от таких инфекций только тогда, когда ослабевает их иммунная защита. А ее активность напрямую, особенно у детей, зависит от эмоционального состояния. Стоит ребенку поплакать, как его и без того несовершенный иммунитет ослабевает. И здесь не поможет «Актимель» или любой другой продукт, рекламируемый в СМИ.



Рассмотрим ситуацию посещения детского сада с точки зрения мамы. Она 2 или 3 года была дома неотлучно с ребенком . ей очень хочется вновь очутится среди большого количества людей , начать общаться, забыть на время проблемы кухни и проявить себя с профессиональной стороны. Она мечтает о том , что ребенок пойдет в детский сад а у нее появится время на собственный рост. Она готовится к этому: подбирает хороший детский сад, красивое платье и мысли ее все дальше улетают от привычной деятельности по уходу за ребенком.

Ребенок ощущает эти изменения в маме , но в отличии от нее он им не обязательно радуется . все слова , которые она говорит ему о своей работе и детском саде , не имеют для него никакого смысла, поскольку его опыт слишком ограничен. Но ребенок начинает нервничать.

И вот наступает день X. Мама приводит ребенка в сад, где много веселых уже адаптированных к саду детей. Но вдруг ее ребенок, который до сих пор любил играть с другими ребятами , когда они выходили на прогулку, хватается за ее юбку , плачет и ни с кем не желает общаться. Воспитатель отрывает его от маминой юбки , помогая ей оставить плачущее дитя и не опоздать на работу. Целый день мама занимается своими делами, а вечером , забирая ребенка домой она понимает , что возращение домой не сулит ей радостного общения с ним так как ее ждет домашняя работа которую она раньше легко делала в течении дня, теперь нужно сделать за несколько часов вечером. Бегая между стиральной машиной и плитой она только успевает приготовить ужин , вымыть ребенка и уложить спать. Через два три дня такой жизни ребенок просыпается утром с температурой , мама остается дома и полностью отдает себя ребенку, поскольку за эти несколько дней устали все.

Как же этот день ощущает ребенок, то есть не проговаривает это себе, не осознает , а лишь чувствует? В мгновение непонятные ранее мамины слова воплощаются в жизнь, оборачиваясь кошмаром: его привычный мир разрушается, он попадает в новое место с незнакомыми людьми, детьми. Дети обладают удивительной ригидностью (то есть отсутствием гибкости): при невероятной способности адаптироваться они с большим трудом привыкают к новым обстоятельствам. Эту их особенность знает любой родитель, которому каждый день приходится перечитывать одну и ту же сказку, петь одну и ту же песню. Из-за этого детского свойства врачи часто рекомендуют вводить новшества постепенно.

Но ригидность - не единственная причина стресса. Довольно часто родители забывают сказать ребенку, что они заберут его из детского сада вечером. Для родителей это обстоятельство настолько очевидно, что они не считают это необходимым обговаривать. Но для ребенка это совсем не так и он полагает, что останется здесь навсегда. Находясь в неведенье, дети начинают сильно переживать. Стресс снижает активность иммунной системы. В любой группе детей есть вирусы, к каждому из которых их носитель устойчив, а другой ребенок нет. Для того чтобы в ослабленном организме эта инфекция начала развиваться в полной мере, достаточно несколько дней. Столь короткий срок обусловлен еще тем что возвращаясь домой, ребенок не находит там привычных условий : мама взвинчена возбуждена, не думает не о нем и занята не им.

Но все чудесным образом преображается и возвращается, когда ребенок заболевает. Пока врач не выпишет в детский сад можно наслаждаться общением с близким человеком. И тогда у него срабатывает природный инстинкт, благодаря которому человечество приспособилось к жизни на Земле и завоевало ее всю, вытеснив менее удачливые виды. Ребенок обучается менять свое эмоциональное состояние и состояние иммунной системы начиная болеть регулярно и продолжительно. Но не стоит винить детей, врачей , детский сад и болезни. Следует обратить внимание на то что могут сделать родители, чтобы выйти из порочного круга.

Первое что нужно сделать, - заранее начать подготовку к детскому саду. Лучше если ребенок будет привыкать к нему в течении определенного времени, например в течении месяца. При этом в первый раз мама приходит в детский сад и остается вместе с ребенком ,пока он знакомится с детьми . она может сидеть в раздевалке или в самой группе так чтобы он ее видели при необходимости мог подойти к ней и постоять рядом. При этом мама всячески показывает, что не собирается уходить. Увидев, что ребенок устал, она забирает его домой.

Подобное пребывания в детском саду позволит ребенку привыкнуть к новым обстоятельствам. Через несколько дней можно сказать, что вы уйдете на пять минут. Очень важно, чтобы вы действительно вернулись через указанное время. Здесь важно не время, а обязательность- возвращение в положенный срок. Можно предложить ребенку маленькую меховую игрушку, сказав, что в отсутствие родителей она будет их заместителем. Перед тем как ребенок начнет ходить в детский сад регулярно, стоит рассказать ему что в течении дня будет делать каждый член семьи.

Родителям стоит продумать свое поведение после возвращения ребенка из детского сада. Лучше проявить по отношению к нему те чувства, которых ему не хватало в детском саду. Изменить свое поведение родителям нужно и во время болезни ребенка. Даже при исполнении всех рекомендаций ребенок может заболеть, поскольку, к сожалению количество рождающихся ослабленных детей постоянно растет. Однако чтоб не сформировалась патологическая реакция потребности в заболевании, необходимо определенным образом вести себя с ребенком во время болезни. Это означает внимание необходимо уделять ему ровно столько, сколько необходимо чтобы облегчить его страдания, чтобы он не ощущал выгоды от болезни. Условия должны быть такими, чтобы болеть было скучно, а когда он начнет выздоравливать, у него сразу появились обязанности. К таковым можно отнести и то, что он должен какое-то время занимать себя сам, поскольку у родителей также есть определенные обязанности.

Елена Николаева. «111 баек для детских психологов»