

Ребенок после самоизоляции:

сложности, с которыми могут столкнуться педагоги.

Дети возвращаются из семей в группы, и этот процесс продлится как минимум до конца сентября. Дома они выспались, отдохнули, насытились близостью родителей, любимыми играми, и вернуться в режим детского сада для них непросто. В статье расскажем, с какими сложностями у детей столкнутся педагоги после самоизоляции и отдыха. Среди них – трудности в эмоциональной, мотивационной, познавательной сфере, а также в поведении.

Когда дети возвращаются в детский сад после длительного перерыва, сложности могут возникнуть даже у самых благополучных из них. Воспитанникам приходится заново осваивать режим, восстанавливать прежние контакты, учиться обходиться без родителей. Чтобы подготовиться ко всем вариантам возможных трудностей у дошкольников, ознакомьтесь с их перечнем. Они условно подразделяются на четыре группы: эмоциональные, когнитивные, мотивационные и поведенческие. Прочитайте о правиле трех «п» и ориентируйтесь на него, чтобы помочь воспитанникам вернуться в нормальный режим.

Эмоциональные сложности после самоизоляции

Педагогам следует подготовиться к тому, что у детей может активизироваться тревожность и усилиться лабильность эмоций. Также есть риск, что они столкнутся с прямой и косвенной агрессией в детском коллективе.

Тревожность. Тревожность у детей предполагает страх перед тем плохим, что может произойти. Это могут быть «взрослые» тревоги: «я или родители можем заболеть», «папу уволят», «нечего будет есть». И «детские»: «мама не заберет из садика», «потеряю игрушку», «воспитатель будет ругаться». Определенная, конкретизированная тревожность становится страхом. После самоизоляции у детей могут активизироваться страхи перед врачами, болезнями, а также типичные возрастные, то есть темноты, животных, мистические страхи – привидений, чудищ.

Лабильность эмоций. Эмоциональная лабильность усиливается, когда человек находится в стрессе, а, когда ребенок возвращается в детский сад, он испытывает стресс. Дошкольнику нужно быстро приспособиться к новым условиям – перемене обстановки, росту количества контактов – и это факторы стресса. Лабильность эмоций проявляется в их неустойчивости. У ребенка могут быть скачки настроения, быстрые его смены, легкий переход от хорошего настроения к дурному. Педагоги могут столкнуться с быстрыми колебаниями настроения в группе, легкостью возникновения конфликтов и ситуаций, которые требуют вмешательства взрослых.

Агрессия, готовность к агрессивному реагированию. Агрессия у детей возможна в прямой и косвенной формах – например, когда ребенок бьет сверстника или рвет его поделку. Также она может проявиться в виде повышенной раздражительности. В нашем случае агрессия – это реакция на фрустрацию, неудовлетворение потребности, препятствия на пути к желаемому. Возвращение в сад, даже очень любимый, сопряжено с фрустрациями. Для детей это ужесточение режима, шум, отсутствие родителей и привычного домашнего окружения в непосредственной близости, воспитательные воздействия работников детского сада, стычки с другими дошкольниками. Агрессия особенно вероятна, если родители ребенка эмоционально неблагополучны или асоциальны. Тогда ребенок в семье играет роль «канализации» для агрессии: в него «сливают» всю агрессию и недовольство, на нем срывают зло. Другой вариант, когда агрессия возможна – ситуация, когда семья жестко соблюдала режим самоизоляции, находилась в замкнутом пространстве с минимумом контактов и разнообразия, из-за чего столкнулась с так называемым «экспедиционным бешенством». Его суть – в том, что в слишком маленьких сообществах, к которым относится семья, агрессия не находит выхода и направляется на ближайший круг общения.

Когнитивные сложности

Среди когнитивных сложностей у некоторых детей может проявляться истощаемость, познавательная пассивность и «растренировка» навыков. Эти процессы повлекут трудности на занятиях в детском саду – кто-то не справится с заданием по возрасту, а кому-то будет значительно труднее его выполнить.

Истощаемость. Истощаемость проявляется, когда у ребенка снижается тонус в познавательной деятельности. У него быстрее наступает усталость, ему сложнее заниматься и удерживать внимание. Работоспособность теряется. Это – следствие разницы режима и нормативных нагрузок дома и в детском саду. Так, в преобладающем большинстве семей нагрузок по типу «сделай сейчас и вместе со всеми» меньше, чем в детском саду. И когда количество таких нагрузок резко увеличивается, их темп повышается, а круг контактов и сенсорных стимулов от других людей расширяется – возникает истощаемость. А она, в свою очередь, усугубляет эмоциональные проблемы.

Познавательная пассивность. Следствием родительской занятости и досуга, который заполнен гаджетами и телевидением, может стать познавательная пассивность ребенка. Во время самоизоляции мало кто из родителей организовывал время дошкольника так, чтобы поддерживать его любознательность – за исключением принудительных занятий, которые действуют на ребенка ровно наоборот. Нагрузки на познавательную сферу у многих детей были минимальны, а удовольствие от таких нагрузок было еще большей редкостью. В результате дети привыкают «уходить» в электронную игру или мультимедиа и отвлекаются от интеллектуальной деятельности.

«Растренировка». В результате самоизоляции у детей снижаются дошкольные учебные навыки, которые они получали на развивающих занятиях, в том числе, на занятиях по подготовке к школе. Нерегулярность или отсутствие тренировки навыка рисования по правилам или простого счета приводит к тому, что качество навыка снижается. Не смотря на то, что готовность к школе обеспечивается не этими навыками, а психологическими компонентами, «растренировка» может стать причиной конфликтов и тревоги для детей и взрослых.

Мотивационные сложности

В плане мотивации дошкольники могут проявлять апатию и обесценивать ранее любимые занятия. Также с большой степенью вероятности дети будут бессознательно сопротивляться изменениям, которые связаны с возвращением в детский сад.

Сопротивление. У детей будет проявляться сопротивление – это бессознательный механизм, который помогает «отключиться» от нежелательных дел или деятельности, которая заставляет активно меняться. Сопротивление

проявляется, когда ребенок или взрослый постоянно забывает о деле, откладывает его на потом, растягивает во времени, а также в медлительности и даже заболеваемости. Прямого отказа нет, но дело не делается. Сопротивление в детском саду возможно в отношении расставания с родителями, режима, развивающих занятий. Например: ребенок может заболеть, чтобы не отпустить маму; потерять предметы одежды перед выходом из дома, чтобы подольше там остаться; забыть принадлежности для занятия, чтобы не заниматься. Сопротивление – реакция нежелания, поэтому его будет много у всех дошкольников, которые негативно или амбивалентно относятся к детскому саду.

Апатия. У детей, как и у взрослых возможно сокращение числа и интенсивности активных стремлений, апатия. Чем более привычным для ребенка стал режим «от холодильника к гаджету», тем более вероятно, что на первых порах снизится мотивации общаться, посещать детский сад, участвовать в досуговой деятельности.

Обесценивание. Прежде любимые занятия могут показаться для воспитанников скучными, ненужными, бесполезными. Скорее всего детей будет труднее замотивировать. Потребуется педагогическое мастерство, чтобы вдохновить вернувшиеся группы на прежние занятия.

Поведенческие сложности

Воспитатели в группах обязательно столкнутся с тем, что у части детей сбился режим сна, а также другими режимными трудностями. Некоторые дети будут отказываться «отпускать» своих родителей, у них могут снизиться социальные навыки.

Режимные сложности. Даже стеничные дети-«жаворонки» могут в первое время с трудом вставать и засыпать, в то время как астенизированные дети и воспитанники с нарушенным биоритмом сна и бодрствования будут испытывать значительные трудности. Режимные моменты трудны не только в организации сна, но и в питании. Воспитанникам может быть сложно есть по расписанию, бороться с голодом или отсутствием аппетита, есть не домашнюю пищу. Другие сложности могут быть связаны с количеством и темпом прогулок, соотношением нагрузок на познавательную и физическую сферу.

Снижение социальных навыков. Дети могли отвыкнуть: от необходимости взаимодействовать в большой группе ровесников, где дистанцироваться

от субъективно непривлекательных контактов сложно; от требований к социальному этикету в общении с взрослыми; от мелких социальных предписаний к «воспитанному» ребенку – например, «не держи руки в карманах», «поделись совочком». Некоторые дети могут бояться находиться поблизости с другими детьми – «я заболел» – особенно если родители боятся быть вблизи других людей.

Отказ «отпускать» другого. В первое время некоторые дети могут отказываться «отпускать» от себя других людей или вести себя по типу навязчивого преследования сверстников или взрослого. Воспитанники могут проявлять нежелание отпускать родителя, подолгу плакать и отказываться от игры, постоянно ждать взрослого, демонстрировать прилипчивое поведение, следовать по пятам за взрослым, особенно за родителем, реже – другим ребенком. Эти проявления вероятны у детей с нарушениями привязанности и трудностями адаптации к детскому саду.

Невротические симптомы. Среди невротических симптомов, которые могут проявиться у ребенка – регресс, навязчивые действия, энурез. Эти симптомы вероятны у психологически неблагополучных, невротизированных дошкольников, а также у детей из семей с нарушениями воспитания: конфликтных, дистанцированных, гиперопекающих, с инверсией ролей. Любое неблагополучие в детско-родительских отношениях в изоляции усугубляется, поэтому нарастание невротических симптомов ожидаемо. В случае регресса ребенок может «забыть» то, что уже умел – есть приборами, использовать фразовую речь. В случае навязчивых действий он может обзавестись тиком или заиканием, компульсивным стремлением постоянно повторять поведенческий шаблон – перемывать руки, трогать ручку двери. Некоторые дети могут начать писаться, поскольку энурез часто становится симптомом, который указывает на стремление удержать родителя рядом с собой.

Рост заболеваемости и манипулирование самочувствием. Дети с гиподинамией – у которых была временно снижена возможность двигаться на привычном уровне – будут физически ослаблены. На фоне этой астенизации заболеваемость простудными и вирусными болезнями может повыситься. Некоторые дети быстро научатся манипулировать своим самочувствием и начнут использовать тревогу взрослых из-за недомогания любого члена семьи как удобный способ сказать «нет» детскому саду

Правило трех «п», которое поможет справиться с проблемами

Трудности будут проявляться у детей в разном объеме: у кого-то проявится много сложностей, у кого-то они будут единичны. Главная рекомендация, чтобы минимизировать проблемы, которые связаны с возвращением в детский сад после перерыва – правило трех «п»: постепенность, позитив, признание чувств.

Постепенность. Действуйте постепенно – бережно и разумно восстанавливайте прежний ритм жизни. Это касается и взрослых, и детей. Объем ежедневных задач должен быть посильным, нарастать постепенно. Никто не может без потерь мгновенно «включиться» на полную силу. Общее правило для всех – сохранить силы, избежать необязательных стрессов, пошагово вернуться к прежним контактам и делам.

Позитив. Ориентируйтесь на виды деятельности и условия, в которых ребенок чувствует себя хорошо, испытывает положительные эмоции. Ежедневные проявления радости защитят от переутомлений и недомогания. Нельзя транслировать детям панику, перегружать требованиями и запретами. Ориентируйтесь на норму: ребенок может запомнить столько запретов, сколько ему лет. Помните, что детям нужно как можно больше играть, ведь игра – это главное средство, чтобы совладать с трудностями.

Признание чувств. Признавайте чувства ребенка – это самое важное правило здорового взаимодействия взрослых и детей. Ребенок способен справиться с трудными обстоятельствами, если у него не отнимают право жаловаться, не хотеть чего-то, испытывать гнев и печаль. Ребёнок имеет право на любые эмоции! Взрослому важно помочь малышу прожить их, получив опыт.