

ЯК ПІДГОТУВАТИ ДИТИНУ ДО СВЯТА, ЩОБ ВІД СВЯТА ОТРИМАТИ РАДІСТЬ

Шановні батьки, підготовка дитини до свята, очікування свята - це велика відповідальність, психологічне навантаження.

Пропонуємо поради, які допоможуть вам підготувати дитину до святкового ранку. Аби свято в дитсадку було святом і педагоги, і батьки мають докласти всіх зусиль, аби очікуване було справді радісною подією для дитини.

Піднесений настрій, позитивні емоції — на жаль, не єдині супутники підготовки та проведення святкового заходу в дитсадку. Як напередодні, так і під час свята діти бувають напруженими, розгубленими, надто збудженими, а то й добряче наляканими.

Уберегти дитину від стресових переживань, правильно налаштувати її на майбутній виступ, вселити віру у власні сили — посильне завдання для дорослих.

Як можуть допомогти батьки

Дитина завжди потребує підтримки батьків. А напередодні виступу — тим більше. Тож прагнучи допомогти, насамперед варто створити позитивний образ майбутнього виступу.

Авансування

Звертаючись до прийому авансування, моделюйте, вербалізуючи, образ вдалого виступу дитини на святі.

«Я впевнена, що коли Марина Петрівна запросить Ведмедика на сцену, ти підведешся і з високо піднятою головою вийдеш на середину зали».

У такий спосіб дорослий не повчає «як треба», не наголошує «як не треба», а передбачає «як буде», підкреслює свою впевненість в успіхові дитини. Упевненість дитини — це «я це знаю».

Найліпше ці репліки промовляти мимохідь, немов між іншим, коли дитина зайнята чимось своїм.

«Уявляю, як ти гарчатимеш, показуючи Ведмедика. Усі одразу збагнуть, що його варто остерігатися. А тоді ти голосно прочитаєш вірш. А про те, що після цього треба вклонитися, ти вже знаєш. Насамкінець повільно повернешся до свого місця і сядеш на стільчик».

Так дорослий вербалізує процес виступу, створюючи його образ, розкладаючи на частини.

Відтак дорослий зміщує акцент із проблемного для дитини етапу — поклону після виступу. Для цього нівелює його звичне значення — акцент, що може затьмарити весь виступ. Відповідно, дорослий виражає впевненість, що буде так, як треба. Абсолютну впевненість!

Зауважте!

Налаштовуючи дітей на успішний виступ, у жодному разі не слід згадувати про особистий негативний досвід участі у святковому заході, бодай жартома. Це може звести нанівець усі докладені раніше зусилля, спричинити виникнення в дітей тривожності та почуття страху.

Зміщення акцентів

Ефективним психологічним прийомом, що дає змогу відволікти та розслабити дитину напередодні виступу, є також бесіда. Її доцільно присвятити тому, що відбудеться після знакової події.

Приміром, обговоріть із дитиною, як після свята ви прогуляєтеся разом у парку, покатаєтеся на атракціонах, запустите повітряного змія, пограєтеся в сніжки — про будь-що, чого дитина нетерпляче очікуватиме.



Приємна розмова дасть змогу змістити акценти, переключити увагу дитини з тривожних моментів (страх перед виступом) на радісні. Завдяки цьому вона починає концентруватися не на тому, чого найбільше боїться, а на очікуванні приємного.

Як зарадити страхам

Під час і після святкового заходу у батьків особлива роль. Вони мають демонструвати дитині своє позитивне ставлення, схвалення, упевненість, підтримку, а також допомогти їй подолати страхи.

Страх аудиторії

Чи не всі діти напередодні виступу відчують сильні переживання через те, що їм доведеться читати вірші, танцювати або співати перед глядачами. Інколи навіть перспектива цього їх так лякає, що вони категорично відмовляються вчити бодай кілька рядочків вірша чи пісеньки.

А буває й навпаки: дитина залюбки вивчила вірш, однак у найвідповідальнішу мить не може промовити ані слова. Дитина розгубилася в присутності великої кількості незнайомих дорослих. Адже одна річ — вивчити вірш і прочитати його вдома перед мамою, татом і бабусею, а інша — на сцені перед глядачами. Особливо, якщо раніше вона ніколи не виступала на святкових заходах.

Під час виступу батьки мають демонструвати свою підтримку, а після — неодмінно похвалити дитину — незалежно від того, як вона проявила себе, — вдало чи не дуже. Повірте, наступного разу вона почуватиметься впевненіше.

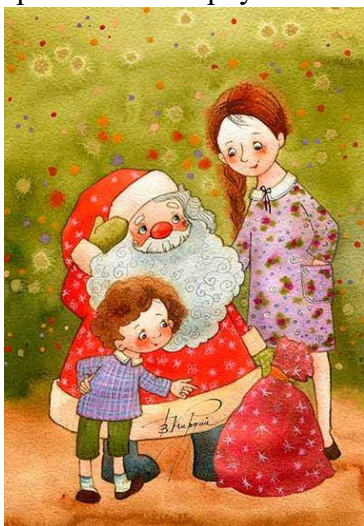
Страх помилки

Подекуди напередодні та й під час виступу дитину опановує страх зробити помилку. Вона боїться забути вірш або пісеньку, сказати чи зробити щось не так, не виправдати очікувань дорослих.

Перший вихід дитини на сцену не завжди виправдовує очікування батьків. Та чи слід вважати це серйозною проблемою?

Здебільшого саме батьки — свідомо чи несвідомо — формують у дитини страх помилки. Дитину огортає страх, що її покарають або лятимуть, якщо вона зробить на сцені щось не так. Це затьмарює її святковий настрій.

Навіть якщо під тиском батьків дитині вдасться зазубрити вірш, на сцені може статися конфуз — дитина завмре і від хвилювання не промовить ані слова. Тож батьки мають ретельно обміркувати свою поведінку.



Якщо мета батьків — виховати дитину, яка не боїться виступати на сцені, то заохочуйте її до спілкування. Розмови з дітьми та дорослими, виступи під час сімейних посиденьок, у компанії друзів чи перед бабусями — усе це сприятиме подоланню дитиною страху публічного виступу. Звісно, про жоден примус не може йти мова.

Як підготувати себе та дитину до свята: 7 порад для батьків

• Поміркуйте: чому для вас так важливо, аби дитина виступила? Ви прагнете, щоб вона отримала задоволення від участі у святковому заході, чи вами керує батьківське самолюбство?

• Не залякуйте дитину, намагаючись змусити її вивчити напам'ять вірш чи пісеньку. Свято не має перетворюватися на засіб маніпуляції, а подарунок — на засіб педагогічного впливу.

• Сприймайте підготовку до свята простіше. Не загострюйте ситуацію, не набридайте дитині повчаннями та домашніми репетиціями. Натомість спробуйте перетворити нудне заучування на захопливу гру.

• Пам'ятайте: не всі діти створені для сцени. Дитину слід вчити виступати, але зробити це за кілька днів до свята — неможливо. Намагайтеся знайти час, аби відвідати

святковий ранок. Адже маленькі діти виступають не перед аудиторією, а насамперед перед своїми батьками.

- Пишайтеся своєю дитиною, будьте прикладом для неї.
- Якщо у вас немає можливості бути присутнім на святі - підготуйте до цього дитину, поясніть причину.

Перегляд свята

Приходьте за 10-15 хв до початку свята.

Зніміть верхній одяг, перевзуйтеся або одягніть бахіли.

Вимкніть мобільний телефон.

Не коментуйте виступи дітей під час свята.

Не відволікайте увагу дітей зауваженнями, проханнями позування перед камерою - це може мати небажані наслідки.

Підтримуйте виступ дітей оплесками.

Якщо у вас є бажання продовжити свято вдома, ви можете забрати дитину, попередивши вихователя

Якщо ваша дитина під час свята, побачивши вас може відмовитись від виступу або розплакатись, чи у вас склалася особливі обставини і ви прийшли з маленькою дитиною - пропонуємо свято подивитись у фое.

Сприймайте своїх дітей такими, якими вони є. Вони мають бути впевнені в Вашій любові в будь-яку хвилину.

Пам'ятайте, що Вашу дитину навчають не Ваші слова, а Ваш особистий приклад, Ваша поведінка та душевна доброта.

За матеріалами

Інни ЛИТВИН, практичного психолога дошкільного навчального закладу № 613, Київ,
Катерини НІКУЛЯК, психолога-консультанта, Київ

Джерело: <https://www.pedrada.com.ua/article/236-qqq-16-m10-27-10-2016-abi-svyato-v-ditsadku-bulo-svyatom-yak-uberegti-ditinu-vd-rozcharuvan>