

Как не допустить ошибок в период адаптации к детскому саду.

Когда ребёнок идёт в детский сад, хочется сделать всё правильно. Но бывает, что родители из лучших побуждений совершают поступки, которые осложняют период адаптации.

Желания, чтобы малыш поменьше плакал, подольше поспал или больше узнал, могут навредить, если кое-что не учесть...



Вот **ОШИБКИ**, которые невольно мешают малышу адаптироваться к детскому саду:

1. Быстро убегать, пока малыш не заплакал
Мама знает, что ребёнок будет плакать, прощаясь с ней. Она не хочет его мучить (и страдать самой), а потому отвлекает его внимание на "вон тут картинку", а сама исчезает за дверью.

В чём проблема?

“Исчезнувшая” мама только добавляет ребёнку тревожности. Теперь он знает, "что миру нельзя доверять" и будет с ещё большим опасением цепляться за маму. Уровень стресса у маленького человека возрастает.

А как лучше?

Расскажите ребёнку, как будет выглядеть прощание, например, “Сынок, я зайду с тобой в садик, помогу тебе переодеться, потом крепко-крепко обниму, поцелую и пойду на работу. Я помашу тебе рукой в окно и пошлю воздушный поцелуйчик, хорошо?”.

“Мама, не уходи” переводится как “мама, мне страшно!” – сочувствие и спокойная эмоциональная реакция помогут пережить этот момент.

Обозначьте чувства и эмоции малыша : “Тебе хочется, чтобы я осталась? Я понимаю тебя, но сейчас мне нужно идти на работу. Давай обнимемся крепко-крепко, и ты пойдёшь в группу к ребятам. А вечером я за тобой приду, и ты расскажешь мне, что интересного ты делала в садике”. Проговаривайте, что вы обязательно вернётесь!

Сделайте амулет, в который вы будете вкладывать свою любовь. Например, плюшевое сердечко, которое ребёнок может взять с собой в садик и проще пережить расставание, ведь мамина любовь всегда с ним.



Маме на заметку – иногда дорога в сад и прощание там проходит легче с папой.

2. Сидеть в раздевалке долго-долго, ведь малыш не отпускает. Это другая крайность, родители знают, что прощание для ребенка - это стресс, а поэтому соглашаются на каждое "ну, еще минуточку!"

В чём проблема?

Если это не затягивается в бесконечные проводы, и вам обоим комфортно, то проблемы нет. Но, бывает так, что дети начинают манипулировать родителем. и прощание с каждым разом становится всё более болезненным.

Родитель нервничает, ребенок при любом раскладе рыдает в отчаянии, а на следующий день все повторяется.



А как лучше?

Детям нужны границы, и предсказуемый мир кажется более безопасным. Заведите ритуал, например, вы произносите "секретный стишок" на ушко, а после чего прощаетесь и уходите. Это понятнее, чем абстрактные "5 минут".

Переключайте внимание на друзей из группы ("Смотри, Анечка пришла. Я тебя сейчас поцелую. помашу рукой и ты побежишь в группу. Пока-пока. Кто из вас первый добежит?) Мы не исчезаем - это важно! Попрощайтесь и только потом переводите внимание "на Анечку".

Попросите содействия у воспитателя. Воспитатель поможет (после прощания) выяснить, что сегодня на завтрак или увлечь его разговором.

3. Мало игр с родителями дома.

Вроде бы ребенок в саду наигрался, считают некоторые родители. А значит, время дома лучше потратить на другие дела - уборку, готовку, телевизор.

А как лучше?

Распределяйте дела так, чтобы вечером когда ребенок возвращался из сада, у вас была возможность провести время с семьёй весело, шумно, беззаботно.

Любовь и счастье от совместных игр наполняют малыша и позволяют чувствовать себя любимым.



4. Быстрые сборы.

Утреннее время очень важно, оно дает заряд на весь день. Нервозность, спешка, требование поторапливаться не способствуют ни хорошему настроению, ни доверительным отношениям

в целом.

А как лучше?

Оставьте немного время, чтобы ребенок мог понежиться в кровати. Заведите традиции утреннего массажа или "сюрприза от гномика". По дороге в садик можно обсуждать всё, что угодно. Это время тоже может быть теплым и увлекательным!

Всё, что нужно подготовить заранее. Если ребенку тяжело вставать по утрам, пересмотрите режим дня. Возможно, ребенку недостаточно сна.