

Как помочь ребенку адаптироваться к детскому саду.

Ваш малыш пришел в наш детский сад. Для него началась новая жизнь. Чтобы ребенок успешно ступил в нее, предлагаем несколько рекомендаций.

Есть дети, для которых первые недели в детском саду могут проходить очень эмоционально. Поведение ребенка может внезапно измениться – он может стать более капризным, особенно по вечерам.

Причин для таких изменений может быть несколько. Первые дни в саду – большой стресс для ребенка, его нерв напряжены, им требуется разрядка;

В окружении малознакомых взрослых ребенок часто старается сдерживать свои эмоции, так что выплескиваются они только вечером на родителей.

Как помочь ребенку на этом сложном этапе?

Во – первых, помните, что на привыкание ребенка к детскому саду потребуется некоторое время. Во – вторых, запаситесь терпением!

Следует создать спокойный, бесконфликтный климат для него в семье. Не увеличивать, а уменьшать нагрузку на нервную систему, на время уменьшить количество посещений театра, цирка, других развлечений, сократить время просмотра телевизионных передач.

Обязательно установите четкие требования к ребенку и будьте последовательны в их предъявлении. Не акцентируйте внимание на выходках ребенка, не наказывайте за капризы, а уделяйте ему больше внимания и заботы.

Внимательно слушайте своего малыша. В период адаптации эмоционально поддерживайте малыша. Теперь вы проводите с ним меньше времени. Компенсируйте это качеством общения. Чаще обнимайте ребенка. Подбодрите его: «Ты молодец, я горжусь тобой! У тебя все получится!».

Если ребенок не болен, не делайте перерывов в посещении садика. Соблюдайте режим дня, ребенок должен ложиться спать не позднее 21.00 часов даже в выходные дни.

Познакомьтесь с другими детьми и их родителями. Поощряйте игры с другими детьми, постепенно расширяйте круг общения с другими взрослыми.

Будьте снисходительны и терпимы к другим детям. Совершенных людей нет. Тем не менее, прояснять ситуацию, тревожащую вас, необходимо. Делайте это в мягкой форме, доброжелательно по отношению к другим, ведь дети перенимают модели поведения и решения различных спорных ситуаций от своих родителей. Запомните, что чем лучше будут Ваши отношения с педагогами, с другими родителями и их детьми, тем проще будет привыкнуть и адаптироваться Вашему ребенку.

В присутствии ребенка избегайте критических замечаний в адрес детского сада и его сотрудников. Никогда не пугайте ребенка детским садом!

Не обсуждайте при ребенке, если Вам что-то не понравилось в детском саду, не формируйте негатив по отношению к педагогам и сотрудникам.

Поощряйте обращение ребенка за помощью и поддержкой к другим людям в Вашем присутствии.

Если ребенок с трудом расстается с Вами по утрам, испытывает при этом переживания, предлагаем Вам несколько следующих советов. Скажите ребенку уверенным, доброжелательным тоном, что Вам пора идти, поцелуйте его, словно ничего не происходит, и уходите, не задерживайтесь; продемонстрируйте свою уверенность в педагоге, с которым оставляете малыша; скажите ребенку, как он может определить время, когда Вы должны за ним прийти, но тогда уж будьте точны.

Обязательно расскажите педагогу об особенностях и привычках Вашего ребенка. А если Вы нуждаетесь в советах специалистов, педагоги и психолог ждут Вас.

Если через месяц Ваш ребенок еще не привык к детскому саду, проверьте список рекомендаций и попытайтесь выполнить те из них, о которых забыли.

Все дети разные, каждый индивидуальность, к каждому нужен свой подход. С Вашей помощью педагоги детского сада найдут ключик к каждому ребенку.

Педагог – психолог Краснова В.Н.

(В случае, если Вам требуется более конкретная консультация психолога, можете проконсультироваться или договориться о времени личной беседы, встречи).