

КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

«ГОТОВИМСЯ К ДЕТСКОМУ САДУ ВМЕСТЕ»

Уважаемые родители!

Совсем скоро в детских садах начнутся выпускные утренники, и выпускники уступят свои места малышам, для которых начнётся новый интересный и очень важный период в их жизни. Но изменения наступят не только в жизни малышей, но и в жизни их мам и пап. На что же необходимо обратить внимание, чтобы оптимизировать период адаптации ребёнка к детскому саду?



Мотивация - это понимание для чего вы отдаёте ребёнка в садик. Она даёт вам основу, на которую вы можете опираться, как на фундамент. Именно мотивация помогает в сложные моменты не бросить всё и не прервать адаптацию ребёнка. Определившись, для чего именно вы отдаёте ребёнка в садик, вы сможете сформировать правильную мотивацию и у ребёнка. Если вы этого не делаете, тогда вы находитесь в сомнениях, усиливается ваша тревога, а значит, тоже самое происходит и с вашим малышом. Вселить уверенность ребёнку может только уверенный взрослый рядом.

Готовность проходить несколько этапов привыкания ребёнка к садикам. Первый этап - это подготовка ребёнка. Второй этап - сама адаптация. Подготовку необходимо начинать заранее, за 2 месяца, а адаптацию делать постепенно, начиная с пары часов нахождения ребёнка в садике.





Родителям необходимо работать со своими страхами. Страх усиливается из-за неопределенности и непонимания того, как будет проходить процесс привыкания ребенка. Но если вы приняли решение отдать ребенка в садик, и замечаете страх, подумайте, чего именно вы боитесь. А затем подумать о том, как вы можете в этой ситуации создать больше определенности, чтобы страх снизился. Совсем страх убрать не получится, нормально бояться чего-то впервые, но страх не должен быть навязчивым и мешать вашему контакту с ребенком. Если вы понимаете, что самостоятельно справиться со страхом не удастся, обратитесь к психологу, иногда достаточно 1-2 встреч для того, чтобы страх ушел.



Крайне важен правильный контакт с воспитателем. Очень многие родители избегают общения с воспитателем или наоборот, ждут от воспитателя инициативы большей, чем тот может дать. Воспитатель - это главный взрослый рядом с ребенком, когда вас нет. Только через него вы можете помочь своему ребенку справляться с конфликтами или сложными ситуациями в садике, и поэтому важно проявлять правильную инициативу и свой интерес к воспитателю.

И еще один важный пункт - это **готовность поддерживать ребенка в самой адаптации**, а именно в ситуациях истерик, повышения агрессии, регресса в отношениях с горшком и сном. Садик - это нагрузка на нервную систему и поначалу ребенку нужно много внимания и поддержки, чтобы это выдерживать. Отдавать ребенка в садик - это всегда индивидуальное решение и каждая семья выбирает то, что лучше для них, но лучше не совмещать несколько событий в один период, например, адаптацию малыша к детскому саду, рождения второго ребенка и переезд - это будет сложно и вам, и ему.

УСПЕХОВ ВАМ И ЛЁГКОЙ АДАПТАЦИИ!

*педагог-психолог Чаматова С.П.
высшая квалификационная категория*