

Адаптация ребенка к детскому саду. Что делать родителям?

Адаптация к детскому саду - один из наиболее волнительных периодов в жизни малыша и его родителей.

Когда ребенок впервые переступает порог детского сада, стресс испытывают все - сам малыш, мама и папа, и даже воспитатель. Но если педагоги знают, как вести себя с рыдающим при расставании малышом, то родители зачастую оказываются неготовы к капризам и истерикам ребенка и впадают в состояние паники и полной растерянности. При этом именно от их поведения во многом зависит то, насколько быстро и успешно пройдет привыкание ребенка к условиям детского сада.

ВОТ НЕСКОЛЬКО СОВЕТОВ РОДИТЕЛЯМ О ТОМ, КАК ПОМОЧЬ РЕБЕНКУ В ПЕРИОД АДАПТАЦИИ К ДЕТСКОМУ САДУ:

1. **Уделяйте больше внимания своему ребенку**, говорите с ним, позволяйте делиться своими чувствами и переживаниями.
2. **Вырабатывайте в себе терпеливость**. Только терпение позволит вам спокойно реагировать на слезы и истерики малыша в адаптационный период.
3. **Проявляйте гибкость и стойкость**, не реагируйте остро на капризы и слезы ребенка перед посещением детского сада. Такое поведение малыша нормально, он выражает свои эмоции, которые неизбежно появляются в новой для него обстановке. Всем своим видом показывайте, что всё хорошо, ничего страшного не произошло, почувствуйте это внутри себя. Мама не отдает малыша «незнакомой тете», а лишь оставляет его на время поиграть с другими детьми.
4. **Разговаривайте с воспитателем о ребенке**, в присутствии малыша вместе с педагогом хвалите его за хорошо проведенный день в детском саду.
5. **Поиграйте с ребенком в игру «Детский сад»**, постарайтесь выяснить, что его волнует и тревожит. В игре малыш обязательно проявит свои настоящие чувства.
6. **Уладьте семейную ситуацию, решите семейные проблемы** или на время оставьте их. В этот период ребенку нужен надежный тыл, дружная семья и доброжелательные близкие. Конфликты и семейные неурядицы оставьте на потом, не решайте их при ребенке, не выражайте свой гнев при малыше, не отзывайтесь негативно о ком-либо из родственников. Пусть малыш знает, что в семье все хорошо, все его любят и понимают. Если вы чувствуете, что не можете самостоятельно решить свои внутренние проблемы или семейные конфликты, обратитесь за помощью к специалистам.

УДАЧИ ВАМ!