

Идем в детский сад: как расставаться с ребенком без слез?

Педагог-психолог Савицкая О.В.

Малыш скоро идет в детский сад? Или уже ходит, но плачет при расставании с вами? Насколько легко пройдет у ребенка адаптация в детском саду прежде всего зависит от родителей. Дайте малышу время привыкнуть к новым для него обстоятельствам и настройтесь положительно сами, тогда и ребенку будет гораздо легче.

ЧТОБЫ АДАПТАЦИЯ РЕБЕНКА ПРОШЛА ЛЕГКО Адаптация в саду у каждого малыша проходит по-своему, важно заранее подготовить ребенка к детскому саду. Прекрасно, если есть возможность приучать малыша к садику постепенно. Для ребенка будет сильным стрессом, если после сугубо домашнего окружения он сразу на целый день останется в новой, чужой для него обстановке. Адаптация к детскому саду: как правильно прощаться с малышом. Сначала приведите ребенка в садик на прогулку, останьтесь с ним на 20-30 минут, постепенно увеличив время пребывания в группе до часа. Стимулируйте малыша общаться с другими детками, с воспитателями, если видите, что «процесс пошел» — отходите в сторонку, но не уходите. Затем познакомьте малыша с обстановкой внутри заведения: побудьте в группе во время игр, обеда, останьтесь на время дневного сна. Посмотрите, в какие игры и игрушки играют с детьми воспитатели, и научите малыша этим играм дома. Если увидите, что ребенок заинтересованно общается с другими детками, оставляйте его одного – сперва на несколько минут, предупредив, что скоро вернетесь. День за днем увеличивайте время его самостоятельности и каждый раз четко сообщайте малышу, когда именно вы за ним придете: «Я заберу тебя после того, как ты пообедаешь; после того, как ты поспишь». Всегда сдерживайте свое обещание, не опаздывайте

Наверное, самым сложным моментом и для малыша, и для его родителей является момент утреннего расставания. Ведь мама, отводя впервые в сад свое сокровище, часто очень нервничает и переживает. Ребенок это чувствует – и тоже переживает. Поэтому очень важно, чтобы, отводя малыша в садик, мама была спокойной и уверенной. Более комфортному расставанию с ребенком поможет небольшой ритуал: поцелуй, объятие, ласковое слово на ушко. После этого – уходите сразу. Чем дольше вы будете топтаться в нерешительности – тем больше вероятность того, что ребенок начнет капризничать. И не следует переживать и возвращаться, услышав плач ребенка! В большинстве случаев уже через пару минут малыш перестает плакать, отвлекается и идет играть. Помните об этом, мамочки! Пока ребенок в саду, не терзайтесь переживаниями, не тоскуйте, не плачьте. Малыш на расстоянии чувствует настроение мамы, если будете страдать вы, тревожно будет и малышу. Важно: если с кем-то из родителей (чаще с мамой) ребенок расстается особенно тяжело, пускай первое время его водит в детский сад тот, с кем он готов расстаться более спокойно (папа, бабушка).

