

КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

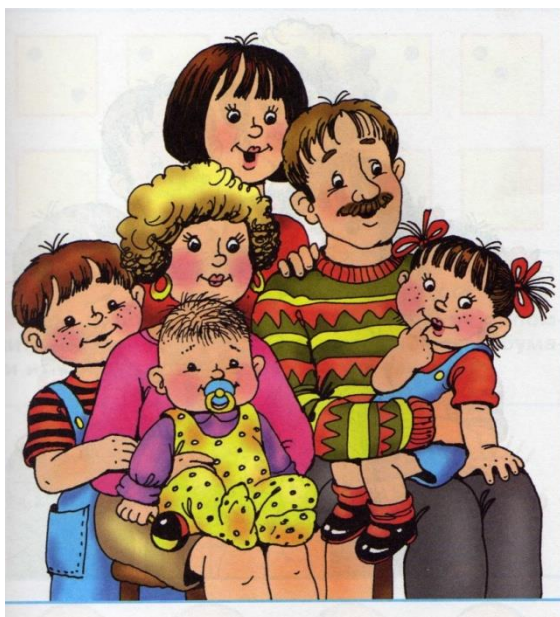
«Психологическая подготовка ребенка к детскому саду»

Еще совсем недавно малыш родился, научился ползать, ходить, как уже пришло время отдавать его в детский сад. Здесь важно знать, как подготовить ребенка к детскому саду, ведь далеко не все малыши легко переносят эти изменения в жизни.

Кто-то легко адаптируется, и с радостью бежит играть со своими новыми друзьями. А некоторые дети ни на секунду не хотят расставаться с мамой, и воспринимают сад как враждебный объект. В среднем на адаптацию ребенка к новой среде уходит от 5 дней до 2 недель. Важно, чтобы мама и вся семья облегчила для малыша этот нелегкий период. Нужно задать ребенку правильный настрой, психологически подготовить и всячески поддерживать своего ребенка.

Как подготовить ребенка к детскому саду — правила психологической подготовки

Эти важные и простые советы помогут ребенку легко адаптироваться к детскому саду, чтобы это не было болезненно для малыша.



1. Режим дня дома приближайте к распорядку детского сада.

В процессе подготовки максимально приблизить режим ребенка к распорядку дня в саду. Это упростит привыкание, не будет вызывать протест во время смены деятельности в новой обстановке. Важно уделить внимание моменту сна, особенно если малыш перестал спать дома в дневное время. Приучите его тихо полежать после обеда.

2. Атмосфера добра и полного доверия в семье – это основа благополучной адаптации в садике.

Если Вы являетесь для ребенка авторитетом, то он сможет разделить с Вами свои негативные эмоции и чувства, а также поделиться своими успехами.

Доброжелательную обстановку в семье наладить не сложно. Вот несколько самых простых и действенных способов:

Любите своего ребенка безусловно: давайте ему право на негативные эмоции, принимайте его желания, не отказывайтесь от игр с ним, отвечайте на его вопросы, наказывайте только после того, как выясните все обстоятельства конфликта.

Подбадривайте ребенка, вселяйте в него уверенность в своих силах. Избегайте конфликтов и семейных ссор в его присутствии.

Обязательно рассказывайте ребенку о том, что в садике хорошо, там есть другие детки, с которыми можно играть, новые игрушки и т.д.

Создайте положительный образ, ребенок должен с нетерпением ждать этого события.

Ни в коем случае нельзя пугать ребенка тем, что Вы его там оставите навсегда и никогда не вернетесь и т.д.

Объясните ребенку, что сад – это его важная работа. Не менее важная, чем та, на которую по утрам уходят родители. Расскажите, что в садике его ждут занятия, новые друзья, праздники, утренники, веселые старты. Объясните, что все дети без исключения ходят в детский сад, и скоро он там со всеми подружится.

3. Во время привыкания к садике чаще обнимайте ребенка.

Во время привыкания к садике ни в коем случае нельзя отказывать малышу в тактильном контакте. Ведь детский сад – стресс для ребенка, и успокоения он ищет именно от мамы.

Обнимайте и целуйте его, когда отводите утром и забираете вечером. Прикосновения мамы показывают ребенку, как она его любит. Он будет чувствовать, что мама не бросает его, обязательно придет за ним вечером.

4. Важно прислушиваться к малышу.

Обращать внимание на особенности его адаптации. Некоторым деткам достаточно для адаптации трех дней. А для кого-то из малышей и через месяц остаться на весь день одному в садике, будет большой проблемой. Важно разделять капризы и истинное отношение ребенка к таким изменениям в его жизни.

Все дети разные и росли в разных условиях. Некоторые постоянно были только с мамой. Им сложнее привыкать к незнакомым воспитателям.

Тем, у кого есть сестры, братья, тети, бабушки или няни, с которыми они проводили много времени, им будет легче привыкнуть к садику.

5. Мотивируйте малыша и чаще хвалите его.

Говорите ребенку, что он уже вырос, что может ходить в детский сад. Все дети хотят быть похожими на родителей. Расскажите о садике как о ступеньке взросления, о том, как сами ходили в садик. Что там нравилось, что не получалось.

Хвалите творчество малыша и приобретенные в саду навыки. Особенно приятно, если такие моменты отметят все члены семьи. Ребенок должен почувствовать, что родители им гордятся.

6. Важно чтобы предметы гардероба не вызывали дискомфорта у ребенка.

Поэтому нужно подобрать удобную одежду и обувь по размеру, с которой ребенок может справиться сам. Не мешает, обучить малыша навыкам самостоятельного одевания и самообслуживания. Это придаст ему уверенности, ребенок поймет, что он уже «взрослый» раз может все сделать сам.

7. Совместно придумайте ритуалы по дороге в сад, либо на прощание.

Это добавит ребенку мотивации и заинтересует его. Это может быть прощание через окошко, или посчитать скамеечки по дороге в сад. Все зависит от фантазии мамы.

Отвлекайте ребенка сказками или другими разговорами по пути в сад. Не заикливайтесь на его плаче.

Иногда помогает лучше адаптироваться, если в садик ребенка будет водить не мама, а папа или другой родственник, к которому ребенок не так сильно привязан.

8. Оставляйте малышу (в шкафчике) какую-то свою личную вещь.

Без которой никак нельзя вернуться домой. Это вызовет у ребенка уверенность и спокойствие, что его точно заберут.

9. Старайтесь четко ставить временные границы для ребенка.

На вопрос ребенка, когда его заберут – не отвечайте «скоро». Расскажите ребенку последовательность действий, что заберете «после сна» либо «после ужина». Ребенок увлечется игрой, и не будет ждать прихода родителей под дверью.

10. Проигрывайте дома «Домашний театр».

Возьмите несколько кукол или зверюшек. Попросите ребенка выбрать, кто будет воспитателем, кто будет самым ребенком, кто будет нянечкой. Посмотрите, что говорит ребенок, как он себя ведет и т.д.

Когда ребенок приходит домой из детского сада, дайте ему возможность поиграть в то, что он хочет. В саду все детки вынуждены вести себя примерно одинаково. Слишком активные детки не смогут выплеснуть энергию, слишком медлительных будут подгонять. Поэтому позвольте ребенку побегать дома, или наоборот покатать машины. Даже если такие занятия покажутся Вам не особо развивающими, зато ребенок будет чувствовать себя комфортно и в безопасности.

Такой метод допустим и на этапе психологической подготовки к саду и, когда он давно ходит в детский сад. Если возникли вопросы или чувствуете, что ребенок чем-то встревожен, но не может это рассказать – хорошей идеей будет обыграть это с помощью игрушек. Вы сможете задавать наводящие вопросы, а ребенок расскажет о волнующих его ситуациях от имени игрушечных мишек, зайцев.

Все дети разные. Но легкая адаптация и дальнейшее комфортное пребывание ребенка в саду зависит от спокойствия и целеустремленности мамы. Важно поддерживать контакт с воспитателем.

Нужно узнавать: как ребенок ведет себя в садике, кушает ли, спит днем и легко ли засыпает. Спросите воспитателя, как ребенок играет с другими детьми, подружился ли с кем-нибудь.

От терпения и мастерства воспитателя тоже многое зависит. Если решать вопросы адаптации с ней вместе в доброжелательной обстановке, то малыш быстро и легко привыкнет к детскому саду.

