

Рекомендации для родителей на тему «Скоро, скоро в детский сад»



Дорогие мамы и папы! Совсем скоро в вашей семье произойдет важное событие: ваш малыш пойдет в детский сад. Многие из вас ждут этого дня с нетерпением, другие – с тревогой. Известно, что первое посещение детского сада нередко связано с негативными переживаниями, плачем и, как следствие, стрессом. Какие бы добрые, ласковые, красивые воспитатели не работали в детском саду, никто не сможет заменить ребенку близких людей. Только через некоторое время малыш поймет, что «новая тетя» совсем как мама, а пока, в первые дни, ребенок будет находиться в состоянии эмоционального напряжения. Чтобы сделать процесс адаптации (привыкания) к детскому саду более мягким, менее длительным и безболезненным для ребенка и для всей семьи, постарайтесь следовать следующим рекомендациям психолога:

1. Убедитесь в собственной уверенности, что вашей семье детский сад необходим именно сейчас. Ребёнок отлично чувствует, когда родители сомневаются в целесообразности «садовского» воспитания. Любые ваши колебания ребенок использует для того, чтобы воспротивиться расставанию с родителями. Легче и быстрее привыкают дети, у родителей которых нет альтернативы детскому саду.

2. Расскажите ребенку, что такое детский сад, зачем туда ходят дети, почему вы хотите, чтобы малыш пошел в садик. Например: «Детский сад – это такой красивый дом, куда мамы и папы приводят своих детей. Там их ждут воспитатели. Это такие добрые тети, которые любят детей, совсем как мама. Я хочу, чтобы ты познакомился и подружился с другими детьми. В саду дети играют, гуляют, кушают. Там много красивых, интересных игрушек. Я очень хочу пойти на работу, мне это интересно. И я очень хочу, чтобы ты пошел в детский сад, чтобы тебе тоже было интересно. Утром я отведу тебя в садик, а вечером заберу. Ты мне расскажешь, что у тебя было интересного в детском саду, а я расскажу, что у меня было интересного на работе. Многие родители хотели бы отправить в этот сад своих детей, но берут туда не всех. Тебе повезло, скоро я начну водить тебя туда. Только нам с тобой нужно подготовиться к этому – научиться самостоятельно кушать ложкой, одеваться, складывать вещи».

3. Приготовьте вместе с ребенком «радостную коробку», складывая туда недорогие вещи. Это могут быть игрушки, которые остаются привлекательными для вашего ребенка и уж точно обрадуют других детей; забавные предметы, красивые бумажные салфетки или лоскутки приятной на ощупь ткани; книжки с картинками. Возможно, вы умеете складывать оригами, тогда смело отправляйте в «радостную коробку» бумажного журавлика или собачку. Тогда по утрам вам проще будет отправлять ребёнка в сад – с игрушкой веселее идти, проще завязывать отношения с другим ребенком.

4. Проходя мимо детского сада, с радостью напоминайте ребенку, как ему повезло – скоро он сможет ходить сюда. Рассказывайте своим родным и знакомым в присутствии малыша о своей удаче, говорите, что гордитесь своим ребенком, ведь его приняли в детский сад.

5. Предложите ребенку сходить погулять в детский сад вечером. Пусть ваш малыш познакомится с воспитателем, рассмотрит групповой участок, посмотрит, как играют дети. Пусть убедится, что за детьми приходят мамы и забирают их. Такие «пробные встречи» следует повторить несколько раз.

6. Чаще выходите с ребенком в «общество» . Научите малыша знакомиться с другими детьми, обращаться к ним по имени, просить, а не отнимать игрушки, предлагать свои игрушки другим детям.

7. Познакомьтесь с режимом группы, которую будет посещать ваш малыш и постарайтесь максимально приблизить к нему домашний режим ребенка. Делать это надо постепенно, ежедневно передвигая время сна, подъёма, приема пищи, на несколько минут вперед или назад.

8. Поговорите с ребенком о возможных трудностях, к кому он может обратиться за помощью, как это правильно сделать. Например: «Если ты захочешь пить, подойди к воспитателю и скажи: «Я хочу пить», и Анна Николаевна нальет тебе воды. Если захочешь в туалет, скажи об этом.

9. Не создавайте у ребенка иллюзий, что все будет исполнено по первому требованию и так, как он хочет. Объясните, что в группе будет много детей и иногда ему придется подождать своей очереди. Вы должны сказать малышу: «Воспитатель не может одеть сразу всех детей, тебе придется немного подождать». Попробуйте проиграть все эти ситуации с ребенком дома.

10. Если вы не успели отучить ребенка от «вредных» привычек (сосание соски, пальца, укачивание перед сном) до поступления в детский сад, то не стоит этого делать в период привыкания. Помните, что ребенок и так находится в состоянии стресса и ломка привычного поведения только усугубит это состояние. Подождите, пока ребенок привыкнет.

11. Сообщите воспитателям, как ребенка называют дома. Это могут быть ласковые имена, прозвища (Мишутка, Лёля, Котенок). Ребенку очень важно слышать привычные «домашние» обращения к нему.

12. Старайтесь, чтобы в детский сад малыша приводил кто-нибудь один. В этом случае он быстрее привыкнет к процедуре расставания.

13. Разработайте вместе с ребенком несложную систему прощальных знаков внимания, и ему будет проще отпустить вас.

14. Ребенок привыкнет тем быстрее, чем с большим количеством детей и взрослых сможет построить отношения. Помогите ребенку в этом. Познакомьтесь с другими родителями и их детьми. Называйте других детей в присутствии вашего ребенка по именам. Спрашивайте дома своего малыша о Лене, Саше, Сереже. Поощряйте обращение вашего ребенка за помощью и поддержкой к другим людям в вашем присутствии.

15. Чем лучше будут ваши отношения с воспитателями, с другими родителями и их детьми, тем проще будет вашему ребенку привыкнуть к новому образу жизни.

16. Совершенных людей нет. Будьте снисходительней и терпимей к другим. Тем не менее, прояснять ситуацию, тревожащую вас, необходимо. Делайте это в мягкой форме или через специалистов (психолога, медсестру) В присутствии ребенка избегайте критических замечаний в адрес детского сада и его сотрудников. Никогда не пугайте ребенка детским садом.

17. В период адаптации эмоционально поддерживайте ребенка. Теперь вы проводите с ним меньше времени. Компенсируйте это качеством общения. Чаще обнимайте ребенка. Старайтесь не вздыхать при ребенке, не говорить с ним жалостливым тоном, не высказывать своего сожаления по поводу вашего расставания с ним. Помните, что ребенку передается ваше эмоциональное состояние. Можно сказать малышу: «Я знаю, что ты скучаешь без меня, но скоро ты привыкнешь. Ты молодец, ты смелый, я горжусь тобой. У тебя все получится!»

18. В первые дни посещения детского сада ребенок может отказаться от завтрака, поэтому позаботьтесь о том, чтобы ребенок уходил в детский сад накормленный. Можно давать своему малышу с собой в детский сад кулечек с сухариками, баранками, печеньем. Переключение на пищевую реакцию снимает эмоциональное напряжение.

19. Помните, что привыкание ребенка к детскому саду может продлиться до полугода. К тому же необходимо поэтапное «вхождение» в группу с постепенным увеличением времени его пребывания в группе в течение дня. Рассчитывайте свои силы, возможности и планы. Лучше если на этот период у семьи будет возможность подстроиться к особенностям адаптации своего малыша.

Уважаемые родители, если через месяц ваш малыш еще не привыкнет к детскому саду, проверьте список рекомендаций и попытайтесь выполнить те из них, о которых вы забыли. А педагоги и специалисты детского сада с нетерпением ждут вашего малыша и всегда рады помочь вам в преодолении трудностей!