Как помочь ребенку адаптироваться к детскому саду?

Считается, что до трех лет ребёнок связан с мамой «невидимой пуповиной» – и он, и она зависят друг от друга эмоционально и физически. Но когда-то приходит время ребёнку отцепиться от маминой юбки, а маме – отпустить себя от ребёнка. Малыш идёт в детский сад. Как пережить это непростое время?

Подготовку к походу в детский сад лучше начинать не просто заранее, а очень заранее. Едва только малыш начинает говорить, уже можно начинать проводить с ним «подготовительные беседы». Естественно, не в лоб, и даже вовсе – не о детском саде. Об окружающих людях и их интересах, о цели в жизни каждого человека, о значении работы для любого из нас и о том, как важно для каждого общение с себе подобными... Сейчас поговорим о том, как вести себя в первые дни и недели.

Во-первых, не нужно нагонять страха заранее – вам не придётся расстаться с малюткой раз и навсегда. Сейчас во всех детских садах (независимо от формы собственности) практикуется постепенное привыкание ребёнка к коллективу. Слава богу, прошли те времена, когда мама спихивала орущего полуторалетку на руки нервному воспитателю и как безумная мчалась к заводскому гудку. Сегодня в обязательном порядке новенькие детки находятся в садике по три часа (и если есть возможность – то вместе с мамой), а потом вместе уходят домой.

Впрочем, психологи отмечают, что если этот период затягивается, ребёнок принимает новые правила как: «детский сад – это место, где мы весело проводим время вместе с мамой». Чтобы не вышло такой подмены понятий, время привыкания не советуют растягивать больше, чем на две недели.

В этот адаптационный период постарайтесь...

1. Заранее наладить контакт с воспитателем

Это важно сделать ещё до того, как ребёнок почувствует, что воспитатель останется

единственным взрослым на время маминого отсутствия. И научитесь ему доверять. Не оценивайте воспитателя и не критикуйте после того, как выбор уже сделан (либо меняйте дошкольное учреждение или воспитателя, пока разногласия ещё не велики, а ребёнок ещё не успел привыкнуть к новому человеку). Вы уже сделали выбор – доверили своего ребёнка этому человеку, и теперь поздно вмешиваться в процесс.

2. Тайно сбежать или уйти открыто?

Тот момент, когда маме придётся оставить ребёнка с воспитателем, может быть обставлен по-разному. Есть два пути, и ни один из них не может быть раскритикован: первый – сбежать тайком, второй – уйти открыто. Вам вместе с воспитателем предстоит выбрать тактику, подходящую именно для вашего малыша.

У моего старшего ребёнка в детском саду была опытная воспитательница предпенсионного возраста, и дети очень любили её. Хотя первая встреча меня просто ошарашила, и у меня было стойкое ощущение «шумовой завесы»: она встречала детей в раздевалке и без умолку разговаривала, шутила, приговаривала... «Ой, а что это у тебя сегодня? Бе-е-е-е-елка??!!» – она удивлённо распахивала глаза. «А где у неё носик?» И чувство лёгкой ошарашенности возникало не только у меня – дети поначалу глядели на это представление, раскрыв рты (слёзы мгновенно высохали), а родители успевали под этот «шумок» сбежать из садика. Тактика срабатывала отменно – воспитательница чувствовала себя хозяйкой положения, и дети беспрекословно принимали её авторитет с уважением и трепетом.

В случае со средним ребёнком первая воспитательница, напротив, была очень нежной и негромкой. Нет, она тоже весело встречала детей на пороге и тоже расспрашивала о том, о сём, но родители не сбегали. Потому что в её профессиональной тактике важным был момент осознанного прощания с мамой. Она говорила: «У нас есть с тобой важное дело там, в группе. Я тебе его сейчас покажу и расскажу. Но вначале мы с тобой должны помахать маме ручкой...»

3. Освободите утро, нагружайте вечер

Все свои важные мысли и послания относительно того, «что любит мой Вовочка, какие

Как помочь ребенку адаптироваться к детскому саду

Автор: admin

04.05.2011 16:55 - Обновлено 30.10.2014 02:27

штанишки ему надеть, как он играет, кушает, какает...», все свои замечания по поводу организации, распорядка, питания в детском саду – все эти вопросы оставляйте на вечер. Утро требует от мамы собранности, решительности, но вместе с тем мягкости и внимания: а) к ребёнку; б) к себе самой.

Вечером, придя забирать ребёнка, постарайтесь организовать всё так, чтобы вам не нужно было куда спешить. Перешагивая порог детского сада, мысленно сбросьте с себя весь прошедший день (и весь предстоящий вечер в виде неприготовленного ужина и нестиранного белья – оставьте тоже!). Вы уже посвятили некоторое количество часов самореализации – теперь пришла пора посвятить себя ребёнку, и исключительно ему одному. Вечером в детском саду вы – только мама.

Вот он, наступает тот самый момент воссоединения, который вы обещали ребёнку в своих «притчах о работе» (см. выше). Весь ваш вид должен говорить: «Вот видишь, я вернулась, ничего страшного не произошло! Мы снова вместе! Я не сгорела на работе, она не съела меня без остатка» (да, пожалуйста, постарайтесь сильно не уставать – вы нужны ребёнку здоровой и весёлой).

Когда вы встречаете ребёнка вечером из детского сада, ни в коем случае не говорите фраз типа: «Как хорошо, что этот кошмар закончился!.. бедняжка, как ты измучился в этом детском саду... боже, как я по тебе тосковала на своей дурацкой работе, прям часы считала...»

И даже если это действительно так, постарайтесь не транслировать своих негативных эмоций – ваша задача быть устойчиво позитивной, не умаляя важность детского сада в жизни ребёнка и – что не менее существенно! – не умаляя значимость своих «внесемейных» занятий. И тогда ваш собственный положительный пример станет одним из лучших вкладов в будущую успешность вашего ребёнка.

Автор - Екатерина Крушинская

[Источник](#)