

Адаптация в детском саду. Советы психолога.

Адаптация – процесс вхождения человека в новую для него среду и приспособление к новым условиям.

Как же должен быть подготовлен ребенок к периоду адаптации? Должны быть сформированы следующие культурно-гигиенические навыки:

- самостоятельно есть разнообразную пищу;
- своевременно сообщать о своих потребностях: проситься в туалет, на горшок;
- мыть руки при помощи взрослых, пользоваться полотенцем, носовым платком.

Домашний режим необходимо заранее приблизить к режиму детского сада.

В период адаптации прислушивайтесь к советам и просьбам персонала. Будьте внимательны к малышу, заботливы и терпеливы. Необходимо помнить о том, что именно от родителей зависит эмоциональный настрой малыша. Не стоит пугать ребенка детским садом, отзываться о нем плохо. По утрам, собираясь в детский сад, создавайте дома спокойную, жизнерадостную атмосферу. С позитивным настроением обсуждайте с малышом предстоящий день. Тогда он обязательно станет удачным и для вас и для вашего ребенка.



5 «нужно» и 5 «нельзя»

«Нужно»

1. Научить ребенка самостоятельно есть, одеваться, пользоваться горшком.
2. В простой и доступной форме рассказать ребенку о том, что ждет его в детском саду.
3. Делиться с малышом впечатлениями дня: спрашивать у него, что он делал в садике, рассказывать как прошел день у вас на работе.
4. Сдерживать свое обещание забрать ребенка в назначенный час.
5. Соблюдать дома четкий распорядок дня, такой же, как в детском саду.

«Нельзя»

1. Наказывать ребенка за слезы и капризы в детском саду.
2. Сразу оставлять ребенка в группе на целый день.
3. Вести заболевшего ребенка в детский сад.
4. Негативно отзываться о садике или воспитательнице в присутствии ребенка.
5. Пугать ребенка детским садом.



И еще несколько советов.

Постарайтесь, чтобы в саду ребенку было интереснее, чем дома. Для этого нужно, чтобы вы помогли ребенку находить в саду привлекательные для него вещи: игрушки, занятия, которых нет дома. При этом на просьбу ребенка «купить такое домой» не соглашайтесь ни в коем случае! Придумайте причины, по которым привлекательный для ребенка объект можно найти только в детском саду.

И «маленькая хитрость». Если ребенок очень остро переживает разлуку с мамой, пусть его отводит в садик кто-нибудь другой (папа, бабушка). Тогда отправляться утром в группу будет не так тяжело.

