

МАМА НЕ УХОДИ, ИЛИ В ДЕТСКИЙ САД БЕЗ СЛЕЗ

С поступлением ребёнка в дошкольное учреждение в его жизни происходит множество изменений:

- меняется его распорядок дня;
- родители отсутствуют в течение 8 и более часов;
- вводятся новые требования к поведению;
- происходит постоянный контакт со сверстниками;
- новая, ещё не изведанная, обстановка.

Все эти изменения обрушиваются на ребёнка одновременно, создавая для него стрессовую ситуацию, которая, усугубляясь, может привести к страхам, отказам от еды, частым болезням и т.д.

Мамино сердце разрывается при звуках отчаянного плача малыша, особенно, когда этот плач сопровождает её каждое утро в течение нескольких недель и потом весь день звучит отголоском в её памяти.

Что помогает справиться крохе с боязнью новой обстановки и с разлукой с мамой? Вот несколько советов:

1. В период адаптации эмоционально поддерживайте ребёнка: чаще обнимайте малыша, больше хвалите: «Я знаю, что ты скучаешь без меня. Но ты молодец, ты смелый, я горжусь тобой. У тебя всё получится!»

2. Разработайте вместе с ребёнком несложную систему прощальных знаков внимания.

3. Скажите ребёнку уверенным и доброжелательным тоном, что вам пора идти.

4. Скажите ребёнку, когда вы придёте за ним (после обеда, на вечерней прогулке). И постарайтесь быть точным.

5. Если у малыша разрывается сердце от расставания с Вами, дайте на прощание «кусочек себя» (например, Ваш носовой платочек, который пахнет Вашими духами).

6. Поцелуйте его, словно ничего не происходит, и уходите не задерживаясь. Помните, долгие проводы – лишние слёзы.

7. Не обсуждайте при малыше волнующие вас проблемы, связанные с детским садом.

8. Постарайтесь ввести новые для ребёнка моменты в распорядке дня детского садика в домашний режим дня. В выходные стоит придерживаться режима дня, принятого в саду, повторять те виды деятельности, которым малыш уже обучился.

9. Учите ребёнка навыкам самообслуживания.

10. Каждый раз после прихода из детского сада необходимо спрашивать ребёнка о том, как прошёл день, какие он получил впечатления. Обязательно нужно акцентировать внимание на положительных моментах, так возможно сформировать у детей позитивное отношение к дошкольному учреждению.

11. Не совершайте ошибки и не делайте перерывов в посещении – неделька дома не только не поможет малышу адаптироваться к садику, но и продемонстрирует ему, что есть и другой вариант, которого можно всеми силами добиваться.

И самое важное: всё время напоминайте ребёнку, что он для вас, как и прежде, дорог и любим.