

АДАПТАЦИЯ РЕБЕНКА К ДОУ

«Зачем нужен ритуал прощания».

Ваша задача использовать ритуал каждый раз, когда вы куда-то уходите. Не убегайте, пока малыш не видит, не обманывайте его. Обнимайте и целуйте у дверей, говорите, когда вернетесь.

Зачем ребенку ритуал прощание. Для ребенка нужна стабильность. Он видит, что из-за дня в день вы куда-то уходите, прощаетесь у порога, и каждый раз возвращаетесь. В детском саду ритуал поможет ему быть спокойнее, когда утором вы оставите его в группе. Конечно, ребенку будет грустно, первое время он будет плакать и скучать. Но психологически он будет готов, ведь вы уже много раз доказывали ему – вы каждый раз приходите обратно.

Зачем вам ритуал прощания. Ритуал помогает маме психологически подготовиться к тому, что придётся отпустить малыша. Часто происходит ситуация когда после прощания с мамой малыш плачет, и воспитатель общается с ним, придумывает игры, чтобы его отвлечь. Но как только малыш отвлекается, мама вдруг вспоминает, что забыла положить ему носовой платочек, и заглядывает в группу. И ребенок заново испытывает тот же стресс. В другой ситуации мама то же вспоминает про условный платочек, но не возвращается, потому что знает о последствиях. Она весь день корит себя, чувствует вину. Такая мама, тоже не научилась отпускать ребёнка.

Как создать свой ритуал. Не убегайте, прощайтесь каждый раз одним и тем же способами. Чётко проговаривайте во сколько вернетесь: «Я вернусь, когда закончится мультик», «Ты погуляешь, пообедаешь, и я приду за тобой». Сразу уходите. И запомните: малыш имеет право расстраиваться и плакать, когда вы уходите, ведь он вас очень любит. Это нормально.

«Ребенок сам захочет в детский сад, если вы правильно о нем расскажете»

Как начать разговаривать с малышом о детском саде. Постарайтесь объяснить, что такое детский сад, зачем детям надо туда ходить, почему вы хотите, чтобы он туда пошел. Например: «Детский сад – это огромный дом для маленьких деток. Их туда приводят родители, чтобы они могли вместе покушать, поиграть, погулять. Пока ты будешь там, вместо меня о тебе будет заботиться тётя – воспитатель. Она покажет тебе много-много игрушек, детскую площадку, песочницу, научит играть с другими детками в разные игры.

Что говорить ребенку и как часто. Ближайшие три месяца повторяйте ребенку две установки.

Первое: «Мамы и папы ходят на работу, а все детки твоего возраста ходят в детский сад». В этой фразе нужно сделать упор на слове «все».

Вторая: «Дети в садике не живут, их родители приводят туда по утрам, а вечером забирают домой». Делаем упор на «не живут». Всякий раз, когда вы идете с ребенком мимо детского сада, напоминайте, как ему повезло, ведь совсем скоро он будет туда ходить. При ребенке говорите близким, как гордитесь им, ведь его взяли в садик. Скоро ребенок сам начинает хвастаться садиком.

Что рассказать о распорядке дня в детском саду. Чтобы ребенок был готов к детскому саду, говорите с ним о будущем распорядке дня – чем и в какой очередности он будет там заниматься. Детей пугает неизвестность, и чем подробнее опишите режим, тем спокойнее ребенок будет себя чувствовать. Переспрашивайте у него, помнит ли он, что произойдет после прогулки, куда следует сложить вещи, кто ему поможет раздеться, что будут делать дети после обеда.

Что рассказать о трудностях в детском саду. Спокойно расскажите, с какими возможными трудностями он столкнется и как их преодолеть. Например: «Если ты захочешь в туалет, скажи об этом тете - воспитателю». Мягко предупредите ребенка о том, что в группе много детей, и иногда ему нужно будет подождать своей очереди.