

# КАК обеспечить ребенку безболезненное расставание с родителями во время адаптации к ДОУ?



К счастью, не все дети тяжело переживают новый в своей жизни этап – начало посещения дошкольного учреждения. Воспитатели отмечают, что легче адаптируются в детском саду дети из многодетных семей (так как уже усвоили, что не только они являются центром внимания взрослых), дети из семей, в которых ребенок является полноправным партнером по общению с мамой и папой, а не игрушкой для взрослых, не помехой для них и не образцом для педагогических экспериментов.

Если ребенок плачет при расставании с родителями по утрам, не стоит отчаиваться, так как после периода адаптации ребенок уже не будет так расстраиваться из-за ухода родителей.

Следует проанализировать, так ли переживает малыш, если в сад его приводит не мама, а папа или другой член семьи. Нужно спросить у воспитателя, как долго после ухода мамы ребенок плачет. Если сразу же, как только оказывается в группе, ребенок перестает плакать, то маме можно спокойно отправляться на работу, поскольку слезы были для мамы, а малыш чувствует себя совсем неплохо.

Если воспитатель сообщает, что ребенок плачет еще долго после ухода родителей, нужно узнать, какие занятия и какие игрушки способны отвлечь малыша от горьких переживаний: интересная книжка, яркая игрушка, завтрак или веселая игра с другими детьми. Тогда по дороге в детский сад родители могут подробно рассказать ребенку, какое приятное событие или какая интересная игрушка ждут его в группе. Причем говорить надо даже в том случае, если ребенок еще не умеет разговаривать и не может ответить.

Если же воспитатель говорит, что ребенок плачет в течение всего дня, то можно предложить малышу взять с собой в группу какой-либо дорогой для него предмет: игрушку, книжку, предмет, принадлежащий маме.

Прощаясь утром с ребенком, родителям следует вести себя спокойно и уверенно. В противном

случае ребенок может уловить беспокойство и будет расстраиваться, и плакать еще больше. Нельзя позволять ребенку манипулировать родителями и из-за слез и капризов оставлять его дома, а не вести в сад.

Зная, что малыш трудно переживает каждое утро разлуку с близкими, родителям можно

накануне вечером придумать и отрепетировать несколько вариантов прощания. Например, воздушный поцелуй, крепкое рукопожатие, обоюдное поглаживание по спинке и др. Это поможет отвлечь ребенка от грустных мыслей, а со временем, став своеобразным ритуалом, станет радовать и ребенка, и родителей.

Даже если родители устали после работы, раздражены, им нужно не показывать это ребенку.

Как бы он не был мал, он обязательно «прочитает» это состояние. Малышу необходимо чувствовать, что момент встречи с ним для родителей праздник. Пусть родители похвалят ребенка, поцелуют, сходят после сада с ним в парк или на игровую площадку.

Родителям рекомендуется дать ребенку возможность после детского сада побегать, попрыгать, поиграть в подвижные игры. А вечером дома устроить небольшой семейный праздник, например, совместное чаепитие, во время которого следует похвалить ребенка за проведенный день в саду при всех участниках этого праздника.

Все это поможет ребенку понять, что его любят, ждут его прихода из детского сада, гордятся им. Скорее всего подобная доброжелательная обстановка поможет ребенку быстрее адаптироваться к условиям детского сада и не переживать во время утреннего расставания с родителями.

### **Итак:**

- Рассказывайте ребенку, что ждет его в детском саду.
- Приучайте ребенка к детскому саду постепенно.
- Будьте спокойны, не проявляйте перед ребенком своего беспокойства и растерянности.
- Попросите других членов семьи отводить ребенка в детский сад.
- Дайте ребенку с собой любимую игрушку или какой-либо предмет.
- Придумайте и отрепетируйте несколько разных способов прощания.
- Будьте внимательны к ребенку, когда забираете его из сада.
- После детского сада погуляйте с ребенком в парке, на детской площадке, дайте ему

возможность подвигаться, поиграть, побегать.

- Устройте семейный праздник вечером.
- Демонстрируйте ребенку свою любовь и заботу.



# Советы родителям, дети которых переживают кризисный период.

## Родители должны понимать :

«Кризис 3-х лет» — это важный этап в психическом развитии ребенка, знаменующий переход на новую ступеньку детства.

В период кризиса 3-х лет, как правило, в центре событий оказывается мать, и главная ответственность за правильный выход из этого кризиса возлагается на нее.

- В этот период малыш не только создает родителям проблемы, но и страдает сам. Поэтому, если видно, что ребенок очень резко изменился, и не в лучшую сторону, надо постараться выработать правильную линию своего поведения, стать более гибкими в воспитательных мероприятиях, расширить права и обязанности малыша и в пределах разумного дать вкусить ему самостоятельность, чтобы он смог насладиться ею.
- Ребенок не просто не соглашается с взрослыми (мамой), он испытывает их характер и находит слабые места, чтобы воздействовать на них при отстаивании своей независимости. Он по нескольку раз в день может перепроверять, действительно ли запрещено то, что ему запрещают. И если есть хоть малейшая вероятность «можно», ребенок добивается своего — не у мамы, так у папы, у бабушек, дедушек. Не стоит на него за это сердиться.
- Следует правильно сбалансировать поощрения и наказания, ласку и строгость.
- Если взрослые меняют систему требований, то ребенку трудно понять — почему, и он в отместку твердит «нет». Не следует за это на него обижаться, ведь это обычное слово родителей, когда они воспитывают своего ребенка, а он, считая уже себя самостоятельным, начинает подражать взрослым. Поэтому, когда желания малыша, намного превосходят реальные возможности, необходимо найти выход с помощью ролевой игры, которая с 3-х лет становится ведущей деятельностью ребенка.
- Для нормального развития малыша в кризисный период важно, чтобы он ощущал, что все взрослые в доме знают, что рядом с ними не малыш, а равный им товарищ их и друг.
- Чтобы кризис прошел благополучно, самое главное — любить ребенка такого, каков он есть.

## Недопустимые действия родителей в отношении ребенка:

- Нельзя постоянно ругать и наказывать ребенка за все неприятные для родителей проявления его самостоятельности.
- Не следует говорить «да», когда необходимо твердое «нет». Не пытаться любыми путями сгладить кризис, помня, что в дальнейшем у ребенка может повыситься чувство ответственности.
- Не следует приучать малыша к легким победам, давая повод для самовосхваления, потому что потом любое поражение для него может стать трагедией. И в то же время не подчеркивать свою силу и превосходство над ним, противодействуя ему во всем — это может привести к безразличию или к разным видам завуалированного мщения исподтишка.