

**Адаптация в детском саду**

В этой статье мы подробно разберем ошибки родителей, в частности мамочек, которые ведут детей в детский сад первый раз и очень переживают по этому поводу.

**1** ошибка - испытывать чувство вины и угрызения совести перед ребенком. Помните, вы не отправляете его ни в армию, ни на исправительные работы. Вы приводите свое чадо общаться с другими детками и развиваться. Не надо просить за это прощение и делать виноватые глаза. Ребенок чувствует ваш настрой! Если вы сами еще не готовы – начинайте с себя.

**2** ошибка - говорить о себе и малыше «Мы» («мы поели», «мы поспали»,…). Отделяйте свое «Я» и «Я» ребенка. У вас имеются свои интересы и обязанности, как и у ребенка, которые где-то уже не должны совпадать. Ваша обязанность – ходить на работу или заниматься домом, а обязанность малыша – посещать детский сад, общаться с другими детьми и впитывать новые знания. Основной лозунг «Мама идет на работу/по делам, а ребенок в сад тоже работать/играть с другими детками».

**3** ошибка - долгие прощания. Это одна из основных болей воспитателей. Помните, чем дольше прощание – тем дольше успокоение после ухода мамы. Не терзайте себя и ребенка. Главное правило – уходите быстро – поцеловали, помахали ручкой и ушли. И помните, плач ребенка очень часто прекращается, когда уходит основной зритель – мама.

**4** ошибка – спрашивать ребенка о негативном. Например: «Тебя никто не обижал в саду?», «Ты не плакал в саду?» и т.п. Не задавайте такие вопросы, спрашивайте: «Во что вы играли в детском саду?», «Как зовут твоих друзей?», «Что было интереснее всего?» Если что-то было неприятное и ребенок захочет об этом сказать, он расскажет без ваших подсказок.



**5** ошибка – отсутствие системы. Сегодня идем в сад, завтра проснулись - плохая погода/настроение и т.д. – в сад не идем. Ходить надо регулярно, без пропусков. Минимум первый месяц. Хоть по 3 часа, но каждый день.

**6** ошибка – Использование подкупа в виде игрушек или сладостей: «ты сходишь в садик, а я тебе куплю…». Ребенок очень хорошо запоминает такие вещи и в будущем будет активно этим пользоваться. Будет с утра капризничать и ждать обещания купить новую игрушку или что-то вкусненькое.

**7** ошибка – по вечерам нагружать психику ребенка мультфильмами, гаджетами или посещением шумных мест. Ребенок и так эмоционально устает, поэтому на время адаптации к детскому саду ограничьте время мультфильмов и посещения гостей.

**8** ошибка – резкая перенастройка режима дня ребенка. Приучите ребенка к ранним подъемам заранее, не в момент выхода в сад. Изучите режим детей в саду и постепенно начинайте жить по этому режиму. Если вы привыкли спать до 11 часов, а потом резко поднимете ребенка в 7-8 утра – не ждите хорошего настроения у малыша.

**9** ошибка - пугать детским садом («Вот будешь себя плохо вести, опять в детский сад пойдешь!»). Место, которым пугают, никогда не станет ни любимым, ни безопасным.

**10** ошибка – негативно отзываться и в принципе обсуждать воспитателей и сад при ребенке. Это может навести малыша на мысль, что сад - нехорошее место и там его окружают плохие люди. Тогда тревога не пройдет вообще.

И поверьте, воспитатели делают все возможное и так же заинтересованы, чтобы ребенок как можно быстрее привык к детскому саду и с удовольствием бежал туда. В нашем детском саду точно!

**Учитель – дефектолог Галина Михайловна Цапкова.**

**Педагог – психолог Ольга Анатольевна Кастрюлева**