

Как облегчить расставание с малышом

Информация для родителей про адаптацию к детскому саду часто располагается на стендах в раздевалке и выдается в виде памяток и буклетов. Будет хорошо, если родители подготовятся и настроят ребенка на новые условия жизни задолго до того, как он окажется на пороге группы.

Необходимые действия

- Придумать с малышом свой ритуал прощания, который будет вселять в него уверенность в том, что мама обязательно вернется. Это может быть любое простое действие: фраза «я тебя люблю», поцелуй в нос или крепкое обнимание. Всегда оставляя малыша с кем-то из других взрослых, производить одно и то же действие, чтобы ребенок его запомнил. Прощаясь таким способом, ребенок будет легче расставаться с мамой в раздевалке детского сада.



- Примерно за полгода до того, как пойти в сад, начать привлекать к общению с ребенком других взрослых, чтобы у него появился опыт расставания с мамой и взаимодействия с другими взрослыми. Можно начать с их общения в присутствии мамы, а затем начать отлучаться на все более длительное время.

- Постепенно оставлять малыша одного в комнате, пока мама находится вне зоны его видимости. Иногда стоит предложить ему самостоятельно поиграть, без участия взрослых – этот навык также понадобится в детском саду.

- Стараться формировать положительную самооценку и представления крохи о себе: говорить ему, какой он умный, самостоятельный, веселый и общительный. При этом необходимо избегать высказываний о том, что ребенок нелюдิมый, капризный или сердитый.

Ненужные действия

- Никогда не уходить от ребенка в тот момент, когда он отвлекся. В этой ситуации он сильно пугается, что мама исчезла неизвестно куда. В следующий раз он будет всеми силами стараться не отпустить маму от себя ни на шаг.

- Не пытаться оставить ребенка одного дома, отправившись даже в магазин, располагающийся в соседнем доме. Во-первых, это повысит у малыша уровень тревожности, а во-вторых, он и за несколько минут может попасть в опасность в собственной квартире.

- Не нужно каждый раз после расставания покупать малышу вкусное или игрушки: если у него закрепится понимание, что после разлуки его ждет что-то материальное, подобные покупки придется делать каждый день, когда ребенок пойдет в детский сад.