



**Советы  
ПСИХОЛОГА**

**ЭКСПРЕСС-СОВЕТЫ  
ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ  
ПО АДАПТАЦИИ К  
ДЕТСКОМУ САДУ**

Психолог МАДОУ ЦРР - детский сад № 20

Лагутина Марина Сергеевна

Консультативный прием родителей:

Понедельник 16.00-17.45

Вторник 08.00- 09.00

✉ [msl1303@yandex.ru](mailto:msl1303@yandex.ru)

Персональный блог: <http://marinalagutina.blogspot.ru/>

Для малыша начало хождения в детский сад – очень большое событие. Привыкание к детскому саду – долговременный стресс. При этом стресс надо понимать как рабочее испытание, переводящее ребенка на новый уровень развития.

**Рекомендации, которые помогут сгладить трудности периода привыкания к детскому саду.**

- 1.** Находите время на разговор с ребенком.
- 2.** Старайтесь лучше познакомиться с детьми и родителями из группы малыша, чтобы помочь ему сориентироваться в именах и отношениях.
- 3.** Обязательно расскажите воспитателям об индивидуальных особенностях ребенка, до того как возникли проблемы.
- 4.** Играйте с ребенком в сюжетные игры с куклами или игрушечными зверями, проигрывая сюжеты, типичные для детсадовской жизни. В этих играх ребенок может вам рассказать и показать то, что не в состоянии еще выразить словами.



**Как же должны реагировать родители на слезы или капризы ребенка?**

- 1.** Ребенок заранее должен слышать, что в сад ходят большие дети. Что это такая привилегия больших детей. Он вырос, он уже большой и именно поэтому пойдет в детский сад.
- 2.** Ни в коем случае нельзя пугать детским садом как местом, куда ссылают непослушных детей. Наоборот, ребенку стоит рассказать, что те детки, которые плачут, когда их приводят в детский сад, - это просто маленькие детки, которые еще не выросли.
- 3.** Не надо брать с ребенка обещаний и клятв в том, что он будет вести себя прекрасно. Помните о том, что дети часто не хозяева своего поведения, они находятся во власти очень сильных чувств и эмоций.

## Плач при расставании

**1.** Не надо затягивать утреннее расставание с ребенком, если он плачет: разденьте его, передайте в руки воспитателя, скажите, когда придете, и уходите. Воспитатель сам примет все меры, чтобы успокоить и отвлечь ребенка.

**2.** Договоритесь, что ребенок будет махать маме ручкой из определенного окна (к нему ведь еще надо добежать, пока мама выходит на улицу, а это отвлекает от горестных мыслей).

**3.** Заранее приучайте ребенка к расставанию, провоцируя такие ситуации, когда малыш сам захочет попросить маму отлучиться. Например, он заиграл с друзьями, а вам нужно в магазин.

**4.** Уходя надолго, попросите не взрослых, а ребенка следить за порядком в доме. Давайте ему поручения, просите что-нибудь сделать к

вашему приходу, пусть сам проследит за временем, когда пора есть или ложиться спать. При встрече подробно расспросите о прожитом дне и похвалите за успехи, расскажите, как много вы успели сделать, потому что он помог вам.

**5.** Не забудьте похвалить ребенка, когда ваши расставания на пороге детсада начнут проходить спокойно. Правда, надо быть готовым, что иногда ребенок будет встречать вас вечерним плачем. Не пугайтесь: это не означает, что ему там плохо, просто надо же как-то передать мамочке свои переживания и получить порцию нежности.

Старайтесь приласкать ребенка до того, как он заплачет.



*И помните: Ваше спокойствие как родителя и доверие педагогу являются фундаментом успешной адаптации малыша к новому этапу его жизни!*