

Советы психолога

Психологиялық кеңес

Мама, не уходи, или в детский сад без слез!

Здравствуйте, уважаемые родители!

Скоро начнется новый учебный год!

Детки пошли в свои группы, их радостно встретил детский сад, воспитатели, другие дети...

Но не всегда праздничное настроение длится долго, ... ведь мамы рядом нет!!!

Сегодня мы с Вами поговорим о том, как дети привыкают к условиям детского сада, и, что нужно делать для того, чтобы адаптация ребенка была более комфортной.

Отрыв от дома, близких и родных, и встреча с новыми взрослыми людьми и незнакомыми детьми может вызвать у ребенка нехарактерное для него **беспокойство**. Малыш воспринимает эту ситуацию как отчуждение, лишение родительской любви, внимания и защиты.

Внутренний дискомфорт малыша обычно выражается в капризах, слезах, истериках, отказа от еды и сна, общения со сверстниками. В этот период у ребенка могут появиться так называемые **«вредные привычки»**: малыш сосет пальцы, грызет ногти, облизывает губы и т.п.

Порой тяжелая адаптация ребенка может сопровождаться частыми **простудами, болезненными состояниями**. Поэтому очень важно, чтобы переход в стены детского сада был плавным, мягким, безболезненным.

Дети, привыкшие к общению только с родителями и лишенные возможности общаться со сверстниками, могут испытывать трудности, так как у них **не сформирован навык общения**.

Установки и стереотипы, которые формируются в семье, накладывают отпечаток на поведение ребенка и могут затруднять привыкание малыша к детскому саду. Например, малыш засыпает только в том случае, если рядом ложится мама.

Как помочь ребенку легче пережить процесс перехода из дома в детский сад? **Вот некоторые советы родителям.**

1. Готовьте ребенка к общению с другими детьми и взрослыми: посещайте с ним детские парки и площадки, приучайте к игре в песочницах, на качелях. Наблюдайте, как он себя ведет: стесняется, уединяется, конфликтует, дерется или же легко находит общий язык, контактирует со сверстниками, тянется к общению, раскован.

2. Перед посещением садика соблюдайте его режим: часы приема пищи, сна, прогулок. Посещая детский сад, даже в выходные дни для наилучшей адаптации придерживайтесь режима.

3. К началу посещения детского сада прививайте ребенку элементарные навыки самообслуживания: малыш должен уметь самостоятельно мыть руки с мылом, вытирать их; ходить в туалет; пользоваться ложкой и вилок; частично одеваться.

4. Поддерживайте и настраивайте ребенка на положительное отношение к детскому саду. Его посещение он должен воспринимать как праздник, а не как наказание.

5. Познакомьтесь с воспитателями заранее, расскажите об индивидуальных особенностях вашего ребенка, что ему нравится, что нет, каковы его умения и навыки, в какой помощи нуждается. Определите, какие методы поощрения и наказания приемлемы для Вашего ребенка. Необходимо, чтобы ребенок понимал, что между родителями и воспитателями установились добрые отношения: тогда он спокойно примет человека, которому его доверяют.

6. В первые дни посещения садика не оставляйте ребенка одного, побудьте с ним какое-то время. Не опаздывайте, особенно в первые дни забирайте ребенка вовремя.

7. Дайте ребенку в садик его любимую игрушку, постарайтесь уговорить оставить ее переночевать в садике, чтобы ребёнок наутро снова с ней встретился. Если ребенок на это не соглашается, пусть игрушка «ходит» вместе с ним ежедневно и «знакомится» там с другими детьми. Расспрашивайте, что с игрушкой происходило в детском саду, кто с ней дружил, кто обижал, не было ли ей грустно. Таким образом, вы узнаете многое о том, как вашему малышу удастся привыкать к садiku.

8. Оставляя ребенка в садике, не показывайте ему свою озабоченность. Нужно весело попрощаться с ним, объяснить, что ему будет хорошо с другими детьми, с которыми так интересно играть. Прощание должно быть мягким. Если вам что-то не понравилось в детском саду, не обсуждайте это при ребенке, формируя негатив по отношению к воспитателям, сотрудникам детского сада.

9. Поиграйте с ребенком домашними игрушками в детский сад, где какая-то из них будет самым ребенком. Понаблюдайте, что делает эта игрушка, что говорит, вместе с ребенком помогите найти ей друзей и решайте проблемы вашего ребенка через нее, ориентируя игру на положительный результат!

Каждый воспитатель учитывает индивидуальные особенности детей и проводит занятия и игры таким образом, чтобы малышу легче было включиться в деятельность.

Таким образом, адаптация ребенка к детскому саду является важным периодом в его жизни и успешное привыкание малыша к новым условиям – это залог его благополучного развития!



**Советы психолога
Психологиялық кеңес**

Тест «Готов ли ребенок к детскому саду»

Уважаемые родители! Пройдите этот тест, и вы сможете оценить готовность ребенка к детскому саду. Приготовьте ручку и бумагу. На против каждого ответа будут указаны баллы, которые вы должны будете записать себе.

1. Как ведет и чувствует себя ребенок в последнее время?

- Хорошо, настроение радостное, активен – 3 балла
- Неустойчивое, то веселый, то плачет – 2 балла
- Настроение плохое, все время плачет – 1 балл

2. Как ребенок засыпает?

- Спокойно, минут за 10-15 – 3 балла
- Долго не хочет ложиться – 2 балла
- Очень долго, с криком и слезами – 1 балл

3. Пользуетесь ли вы дополнительными воздействиями при засыпании?

- Да: укачиваю, пою колыбельные, поглаживаю, сосет грудь – 1 балла
- Нет: засыпает сам – 3 балла

4. Продолжительность дневного сна.

- Днем ребенок спит 2 часа – 3 балла
- Спит менее часа или не спит совсем – 1 балл

5. Аппетит малыша.

- Хороший – 4 балла
- Ест то, что любит – 3 балла
- Ест, но далеко не всегда – 2 балл
- Ест плохо, надо кормить самой – 1 балл

6. Как относится ребенок к горшку?

- Нормально – 3 балла
- Плохо (выгибается, не хочет садиться, убегает) – 1 балл

7. Проситься ли ребенок на горшок?

- Да – 3 балла
- Нет, но иногда бывает сухим, и я сажаю его на горшок – 2 балла
- Нет, может ходить даже мокрым – 1 балл

8. Есть ли у ребенка привычки?

- Да (сосет палец, пустышку, грудь в течение дня) – 1 балл
- Нет – 3 балла

9. Как относится ребенок к игрушкам в новой обстановке, в гостях?

- Хорошо, сразу играет – 3 балла
- Иногда играет, иногда стесняется – 2 балла
- нет – 1 балл

10. Проявляет ли ребенок интерес к действиям взрослых?

- Да – 3 балла
- Иногда – 2 балла
- Нет – 1 балл

11. Как ребенок играет?

- Может играть сам – 3 балла
- Не всегда готов играть сам – 2 балла
- Не может играть сам, только с мамой – 1 балл

12. Какие у ребенка взаимоотношения с чужими людьми?

- Легко строит отношения, идет на общение – 3 балла
- Избирательно, когда как – 2 балла
- Не идет на контакт, боится всех посторонних, нет такого опыта – 1 балл

13. Какие у ребенка взаимоотношения с другими детьми?

- Легко знакомится и находит контакт – 3 балла
- Выбирает себе друзей, иногда спокойно, не обращает внимания – 2 балла
- Не играет с другими детьми, нет опыта общения – 1 балл

14. Как относится ребенок к развивающим занятиям?

- Усидчив, аккуратен, интересуется – 3 балла
- Не всегда готов заниматься – 2 балла
- Не любит сидеть на месте, не может сосредоточиться, нет опыта – 1 балл

15. Есть ли у ребенка, на ваш взгляд, уверенность в себе?

- Да – 3 балла
- Не всегда – 2 балла
- Нет – 1 балл

16. Расставался ли малыш с мамой и как это переносил?

- Да, перенес легко, слезы только при расставании – 3 балла
- Да, но тяжело – 2 балла
- Нет такого опыта – 1 балл

17. Сильно ли ребенок привязан к маме?

- Да – 1 балл
- Нет – 3 балла

Теперь сложите все баллы – оценка результатов.

- Готов – 40 – 55 баллов
- Относительно готов, нужно работать над некоторыми моментами – 24 – 39 баллов
- Не готов, при возможности отложите поступление ребенка в детский сад – до 23 баллов

Следует обратить особое внимание на те вопросы, где вы получили 1 балл и работать с ними более плотно.

Удачи вам в адаптации малыша к садику!

