

Родителям на заметку: важные мелочи в период АДАПТАЦИИ



- Если ребенок плачет и не отпускает маму – пусть его приводят в сад кто-то другой (папа, бабушка или дедушка). Так будет проще вам обоим.
- Появились проблемы с «тихим часом»? Принесите с собой мягкую игрушку, с которой кроха спит дома, и оставьте под подушкой малыша.
- Сын или дочь отказываются от еды? Попросите воспитательницу и няню не настаивать и не уговаривать. К новой пище ребенку тоже надо привыкнуть. А пока кормите завтраками дома.
- Малыш не умеет сам одеваться? Не страшно: в компании детей обучаются быстрее. Главное – попросите, чтобы его не критиковали и не высмеивали. И вы не стыдите ребенка, значительно продуктивнее – убедить, что сегодня у него получается лучше, чем вчера.
- Вернувшись, домой, карапуз ведет себя слишком бурно (разбрасывает вещи, бьет игрушки, дерзит)? Не спешите призывать его к порядку. Скорее всего, таким образом, он выплескивает отрицательные эмоции, накопившиеся за день.
- Если малыш дома затих, даже затаился, помогите ему прийти в себя и выразить свои чувства. Спросите: «Тебе было страшно?», «Ты грустил, потому что не знал, когда я приду?» или «Ты сильно испугался? Я тебя понимаю...». Скорее всего, новичок от таких расспросов сначала расплачется, но это слезы облегчения. Детям важно знать, что их понимают и не осуждают.
- Кроха вспомнил старое (просит бутылочку с молоком, сосет палец)? Позвольте ему делать это. Состояние, которое называют «впасть в детство», помогает расслабиться и успокаивает малышей. Поводом для волнения это может стать в том случае, если и через месяц он не откажется от старой привычки.
- Если ребенок по дороге в сад начинает хныкать и замедлять шаги, не уговаривайте его (это только усилит внутреннее напряжение), а ... похвалите. Скажите, например: «Умница, теперь я вижу, какой ты у меня большой и храбрый...». Или «Какой ты молодец, а вот я на твоем месте, наверно, ревела бы». А ты смелый, знаешь, что в садике...» и т.д. Это тот случай, когда полезно заговаривать зубы. А главное, мамины слова придают ребенку уверенность. Ведь сильный человек (даже если речь о малыше) справится с трудностями.

ПРИЕМЫ, ОБЛЕГЧАЮЩИЕ РЕБЕНКУ УТРЕННИЕ РАССТАВАНИЯ

- Научитесь прощаться с ребенком быстро.
- Не затягивайте расставание. Ребенок почтует ваше беспокойство за него и ему будет еще труднее успокоиться.
- Никогда не пытайтесь ускользнуть незаметно для ребенка, если хотите, чтобы он вам доверял.
- Придумайте забавный ритуал прощания и строго придерживайтесь его, например, всегда целуйте ребенка в щечку, а потом нежно потритесь носиками или что-нибудь подобное.
- Не пытайтесь подкупить ребенка, чтобы он остался в детском саду за новую игрушку.
- Четко дайте ребенку понять, что какие бы истерики он не закатывал, он все равно пойдет в детский сад. Если вы хоть раз ему поддадитесь, в дальнейшем вам будет уже гораздо сложнее справиться с его капризами и слезами.



Материал подготовила Нистратова Н.А., педагог-психолог