

Роль родителей в процессе адаптации ребёнка к саду.

Быть родителями - это искусство. Однако если художниками рождаются, то родителями становятся. Главное в этом процессе - проявить чуткость, понять переживания своего ребенка, суметь встать на его место, особенно в критические для него периоды, одним из которых, несомненно, является период привыкания ребенка к детскому учреждению. Первое что должны уметь родители, - быть спокойными во взаимоотношениях с малышом, уравновешенными и доброжелательно настроенными к детскому саду и его воспитателям. Ребенку непременно передадутся эти чувства. Ваш образ жизни - семейная атмосфера, установки, ценности и взаимоотношения в семье, являются главным факторами в развитии личности ребенка. Дети воспринимают нормы поведения в обществе, усваивая таковые в семье, на ее примере они учатся взаимодействию с людьми.

Плохое поведение ребенка чаще всего свидетельствует о том, что он не чувствует себя защищенным. Особенно чувствительны к семейным проблемам мальчики. Разлады в семье, а тем более развод родителей скверно сказывается на благополучии детей. Дети становятся тревожными, тревога проявляется в виде агрессии и дурного поведения, вследствие чего и адаптация ребенка к детскому саду проходит с большим трудом. Поддерживайте в доме атмосферу, лишенную напряжения, выясняйте отношения с супругом в отсутствие детей. Дайте ребенку понять, что он занимает в семье очень важное место, что он любим, что его интересы - это ваши интересы. Не бойтесь признаться в своей неправоте, если вы действительно были не правы: сорвались, незаслуженно поругали малыша.

Каждому из родителей надо избегать указаний, противоречащих мнению другого родителя; это сбивает ребенка с толку и вызывает у него тревогу. Поэтому добивайтесь согласованности своих действий. Ясно выражайте ребенку свои требования, мягко и доступно объясните, чего вы хотите от него. Пример недостаточно сказать «веди себя хорошо», если вы хотите тишины, а ребенок расшалился. Попросите его не шуметь (спокойно и доброжелательно, без раздражения). Проявляйте свои мысли и чувства без агрессивности, внимательно слушайте ребенка. Не забывайте оставлять времени для себя: почитайте, отдохните. Ваше спокойствие нужно прежде всего вашему малышу.

Знайте, что трудности и переживания, подобные вашим, испытывают все родители, отдающие детей в детские учреждения. И еще один совет, который поможет и вам и ребенку пережить непростой период привыкания к новым условиям к новым условиям жизни: найдите спокойное уединенное место и 5 мин. свободного времени. Вдохните носом воздух, выдохните ртом. Закройте глаза. Дыхание спокойное. Представьте своего ребенка, его личико, его одежду, вообразите его играющим в группе. Мысленно передайте ему свою любовь, силу, исходящую от вас... Откройте глаза, улыбнитесь.

Удачи вам и вашим малышам в привыкании ко второму дому - детскому саду.

Чтобы Ваш ребёнок привыкал к детскому саду безболезненно, рекомендуем следующее.

За месяц до поступления в детский сад придерживайтесь дома режимных требований данного учреждения: - завтрак в 8.10, обед в 11.30, сон с 13.00 до 15.00;

- заранее ознакомившись с меню, по возможности готовьте дома некоторые блюда (включая полный набор — первое, второе, третье);

- позаботьтесь о навыках самообслуживания у ребёнка.

Подберите ребёнку удобную одежду и обувь, чтобы они соответствовали нужному размеру. Желательно надевать ребёнку носки и хлопчатобумажные колготки, их легче снять и надеть, в них не потеют ножки.

Собирая ребёнка в детский сад, не торопите его, при этом не раздражайтесь сами.

Приводите ребёнка в детский сад заблаговременно, чтобы он успел поиграть в игрушки до завтрака.

Ребенок должен постепенно привыкать к режиму в детском саду: приведите его вначале на 2 часа, постепенно увеличивая его пребывание в детском саду до обеда, и только потом оставляйте на целый день.

Приучайтесь с первого дня посещения ребёнком детского сада соблюдать порядок и аккуратность в детском шкафчике. Все вещи должны висеть на пришитых петельках, лишних вещей в шкафу быть не должно. Все вещи должны быть заранее помечены, чтобы без труда ребёнок и воспитатель могли их найти

Если до посещения детского сада вы не отлучили ребёнка от вредных привычек, то во время адаптации нельзя сразу отнимать ребёнка от пустышки, бутылки и т.д.

Необходимо рассказать воспитателю об индивидуальных особенностях ребёнка, чтобы воспитателю было легче найти к нему подход.

Придя с ребёнком в детский сад и раздев его, будьте спокойны при прощании: тревожное состояние матери неблагоприятно влияет на ребенка.

Интересуйтесь у ребёнка, как у него прошёл день, чем он занимался, в какие играл игрушки? Ребёнок с удовольствием с вами поделится и будет знать, что его пребывание в детском саду вам не безразлично.

Ребёнок должен слышать правильное обращение родителей к воспитателям (по имени и отчеству). Учите его тому же.

Обязательно смотрите рисунки и поделки своих детей. Непременно похвалите ребёнка, восхититесь его умениями. Это придаст ему уверенности в себе.

Не пугайте ребёнка детским садом, чтобы у него не сложилось негативного отношения к детскому саду.

Прислушивайтесь к советам воспитателей, так как они с вашим ребёнком находятся большую часть времени и готовы помочь вам.

Уважаемые родители! Если Вы будете придерживаться этих рекомендаций, то ваш ребёнок быстрее адаптируется в детском саду.