



## Подготовка родителей к садику

Настрой родителей, на поступление малыша в детский сад, сильно влияет и определяет успешность привыкания ребенка к детскому саду.

Уважаемые родители, предлагаю вам несколько пунктов, которые нужно соблюсти, если вы решили отдать ребенка в садик (маленькая помощь в адаптации многим мамам и деткам).

- **1. Мотивация родителей вообще и мамы в частности.**

Мотивация – это понимание для чего вы отдаете ребенка в садик. Она дает вам основу, на которую вы можете опираться, как фундамент.

Именно мотивация помогает в сложные моменты не бросить все и не прервать адаптацию ребенка. Если вы этого не делаете, тогда вы находитесь в сомнениях, усиливается ваша тревога, а значит тоже самое происходит с вашим ребенком. Вселить уверенность ребенку может только уверенный взрослый рядом.

- **2. Готовность проходить несколько этапов привыкания ребенка к садику;** первый этап – это подготовка ребенка, второй этап - сама адаптация. Подготовку необходимо начинать заранее, за 2 месяца, а адаптацию делать постепенно, начиная с пары часов нахождения ребенка в садике.

- **3. Работа со своими страхами.** Страх усиливается из-за неопределенности и непонимания того, как будет проходить процесс привыкания ребенка. Но если вы приняли решение отдать ребенка в садик, и замечаете страх, подумайте, чего именно вы боитесь. А затем подумать о том, как вы можете в этой ситуации создать больше определенности, чтобы страх снизился. Совсем страх убрать не получится, нормально бояться чего-то впервые, но страх не должен быть навязчивым и мешать вашему контакту с ребенком.



**4. Готовность создавать контакт с воспитателем.** Очень многие родители избегают общения с воспитателем или наоборот, ждут от воспитателя инициативы большей, чем тот может дать. Воспитатель — это главный взрослый рядом с ребенком, когда вас нет. Только через него вы можете помогать своему ребенку справляться с конфликтами или сложными ситуациями в садике, и важно проявлять инициативу и свой интерес к общению с воспитателем.

- **5. Готовность поддерживать ребенка в самой адаптации,** а именно в ситуациях истерик, повышения агрессии, регресса в отношениях с горшком и сном. Садик — это нагрузка на нервную систему и поначалу ребенку нужно много внимания и поддержки, чтобы это выдерживать. Поэтому не стоит отдавать ребенка в садик, совмещая несколько событий, типа рождения второй ребенка или переезд — это будет сложно и вам, и ему.