

## Консультация для родителей

### **Положительные эмоции сделают пребывание малыша вне дома весёлым и приятным.**

Практически все родители, которые начали водить ребёнка в детский садик, сталкиваются с проблемой неприятия малышом новой обстановки. Психологическое напряжение от того, что в жизни всё резко изменилось, ребёнок может выражать громко, с помощью истерик, слёз либо тихо страдать и копить отрицательные эмоции, выливающиеся в неврозы. Безусловно, поход в садик – это вторая огромная психологическая драма для ребёнка после рождения. Его буквально "выбрасывают" из тёплого, уютного мира со своими традициями, знакомыми персонажами, предсказуемыми событиями в чужую, полную страхов и чужих людей жизнь. Кажется, что мама его предала. Но и маме в эти моменты приходится несладко. Она поминутно представляет, как её маленький, слабенький, добрый, самый лучший малыш один пытается справиться с опасностями...

Стоп. Не нужно драм! Ведь садик – это всего лишь первая ступень к самостоятельности, и шагнуть на эту ступень нужно спокойно и малышу, и маме. Сегодня я дам вам несколько советов, как сделать пребывание ребёнка в детском саду или детском центре приятным и весёлым.

#### Знакомство

Начинать подготовку к походу в детский сад надо за 3-4 месяца до этого события. Гуляя с малышом, нужно непременно проходить мимо детского сада, куда вы планируете его водить, и рассказывать, как там будет весело, в какие игры он будет играть с другими, сколько новых друзей у него появится, каких интересных взрослых он там встретит. Такие разговоры создадут у ребёнка положительные эмоции, и он даже будет хотеть поскорее пойти в садик.

Можно и даже необходимо привести ребёнка "на экскурсию", познакомиться с воспитателем, посмотреть, как играют детишки. Тем самым вы не только продемонстрируете малышу безопасность этого места, но и сами пообщаетесь с теми, кому доверите ребёнка.

#### Кусочек дома

Конечно, как бы вы ни готовили малыша, первые дни в садике он будет испытывать стресс. Чтобы этот стресс немного снять, нужно дать ребёнку с собой в садик частичку дома. Это может быть любимая игрушка. Мама,

оставляя ребёнка, должна обязательно сказать: "Я ухожу, а с тобой остается твоя любимая кукла". Эти слова настраивают ребёнка на позитивный лад и сглаживают грусть расставания.

### Самый ловкий и прекрасный

Я всегда рекомендую родителям, которые отводят детей в садик, не обрекать малыша на фиаско в первый же день. Маленькие дети неловкие, многие не умеют завязывать шнурки, застегивать пуговицы. Дома с этим прекрасно справлялись родители, бабушки. В садике деток много, а воспитатель одна, и часто можно наблюдать, как несчастный малыш в одиночку сражается со шнурками, пуговицами, сложными застежками, да ещё и слышит упреки, типа: "Ты такой большой, а застегнуться не умеешь". Чтобы не ставить ребёнка в неловкую ситуацию, не добавлять ему страданий, купите для садика ботинки и курточку с застежками-"липучками". Дайте также комплект сменной одежды, потому что малыш может испачкаться и ходить неопрятным до конца дня. Также в разговоре со знакомыми в присутствии ребёнка никогда нельзя упоминать о его страхах и переживаниях. Лучше похвастайтесь тем, какой малыш молодец, как он ловко сам умеет то-то и то-то, как у него много друзей. И малыш будет гордиться собой, а не переживать, что мама им недовольна.

### Не затягивайте процесс прощания

Уходя – уходите. Чем дольше мама прощается с малышом, тем тяжелее ему потом будет оставаться без неё. Это не значит, что нужно прибегать, оставлять ребёнка и убегать. Прощаться нужно не более пяти-семи минут и проводить это время с пользой. Например, договориться о том, что вы обязательно придёте, когда произойдёт то или иное событие. У меня в группе был один мальчик, которому мама говорила: "Я приду, когда стрелка на часах окажется здесь". И малыш в течение дня подбегал и спрашивал: когда же стрелка будет здесь. Я отвечала, и ребёнок, счастливый и удовлетворенный ответом, бежал играть и веселиться. Обязательно целуйте ребёнка на прощание, он должен ощутить, что вы любите его и не бросили за какую-то провинность.

### Установите ритуалы

Для маленького ребёнка очень важны ритуалы, с помощью которых он поддерживает веру в себя и родителей. Дома ритуалы окружают его везде. Попробуйте привнести их и в общественную жизнь ребёнка. Например, кладите в шкафчик сына или дочки маленький сюрприз, чтобы в конце дня

малыш его нашёл. Это будет положительная эмоция, которая окрасит все воспоминания о непростом дне в яркие тона. Одна девочка, например, любила, когда мама передавала её с рук на руки воспитателю в буквальном смысле слова. Малышке был важен физический контакт, он её успокаивал. Сейчас эта девочка подросла, но ритуал остался. Воспитатель должен обязательно взять её за руку и отвести в группу.

Садик – это приятно Родители очень беспокоятся за своего малыша, который пошёл в садик. Так и хочется спросить, не обижали ли ребёнка, не было ли ему плохо, грустно. Я всегда предостерегаю от подобных расспросов, потому что они формируют у ребёнка отрицательное представление о детском саде. Интересоваться жизнью ребёнка надо, только делать это в позитивном ключе: какие у тебя друзья? Как вы играли? С кем ты сегодня познакомился? Что тебе понравилось кушать? Такие вопросы поднимают ребёнка настроение и заставляют вспомнить о приятных моментах пребывания в саду. Ни в коем случае нельзя ребёнка пугать садиком. Родители, которые говорят: "Будешь себя плохо вести, завтра на час раньше пойдёшь в садик," – дают ребёнку установку, что пребывание вне дома – это наказание. А ребёнок, который напуган или чувствует себя виноватым, хуже адаптируется в коллективе, больше страдает от отсутствия рядом мамы. Улыбнитесь воспитателю Воспитатель детского сада – это человек, которому вы доверили своего ребёнка. И если так случилось, то степень доверия должна быть максимальной. Познакомьтесь с воспитателем до прихода ребёнка в детский сад.

Поэтому ни в коем случае не критикуйте и не ругайте воспитателя при ребёнке, иначе малыш просто не научится уважать старших и правильно вести себя. Особый график Если ваш малыш, несмотря на все усилия, всё-таки плохо адаптируется к садику, можно попробовать его водить туда на полдня и забирать до обеда. Я заметила, что одним из самых негативных моментов для ребёнка в садике является дневной сон. Сон в представлении ребёнка должен быть в ночное время. Некоторые детишки днём не могут заснуть и просто лежат без движения, чтобы не рассердить воспитателя. Еда вне дома тоже у 90% детей вызывает негативную реакцию. Поэтому, если у вас есть такая возможность, попробуйте сократить время пребывания малыша в детском саду, хотя бы на время. Также к особым условиям можно отнести и приход в садик на полчаса раньше.

Такой прием "работает" с очень робкими детишками, которые стесняются большого количества людей. Полчаса, которые малыш проведёт

наедине с воспитателем в стенах садика, немного приободрят его. А если ещё при этом похвалить ребёнка, сказать, какой он молодец, что пришёл раньше, его самооценка вырастет. Некоторые родители спрашивают меня, можно ли ходить с ребёнком в садик через день. Обычно я не рекомендую делать этого. Ребёнку нужна стабильность, малыш должен понимать, что завтра он пойдет в сад, как сегодня и вчера. Отсутствие графика не только запутает, но и даст повод для манипулирования родителями: сегодня я не хочу идти в садик и завтра не пойду. Безусловно, это не все приёмы, которые помогают ребёнку менее болезненно пережить свою первую в жизни разлуку с мамой и войти в новый ритм жизни. Главное, что нужно помнить самим родителям: запаситесь терпением. Вы должны быть готовы и к слезам и, в некоторых случаях, к истерикам, но их необходимо пережить, и пережить спокойно, не нервирова себя и ребёнка. И последнее: некоторые особо чувствительные родители полагают, что ребёнку будет хуже в садике, чем дома, его будут там обижать. Я всегда говорю таким мамам и папам так: "Пройдёт совсем немного времени, и ваш малыш отправится в школу. От неё уже, как от садика, уйти невозможно. И если ребёнок будет не адаптирован к коллективу, не знать, что такое дисциплина, то ему будет значительно труднее учиться и социализироваться, чем его сверстникам, которые посещали детский сад.