

Як допомогти дитині швидко звикнути до дитсадка

Батьки, які вирішили віддати дитину до дитячого садка, мають усвідомити серйозність цього кроку і для себе, і для дитини. Відірваність від рідних і близьких, від звичної домівки, зустріч з незнайомими дітьми та дорослими — усе це цілком може створити для дитини дуже серйозну стресову ситуацію.

Рекомендуємо батькам:

Будьте готові до того, що зовсім не обов'язково дитина щодня радісно й легко ходитиме у дитячий садочок.

Не варто звинувачувати дитину у всіх неприємностях. Це може погіршити її й без того негативний емоційний стан.

Дитину слід заздалегідь готувати до того, що вона спілкуватиметься з іншими дорослими і дітьми. Варто відвідувати з нею дитячі парки та майданчики, привчати гратися у пісочниці з іншими дітьми, гойдатися на гойдалці тощо.

Обов'язково ознайомтеся з організацією адаптаційного періоду у дитячому садку. Протягом деякого часу (один — два тижні, а іноді й місяць) Ви зможете приводити свою дитину у дитячий садок лише на півдня, перебувати з нею на прогулянці, у групі. Допоможіть дитині ознайомитися з незвичним для неї оточенням. Попередьте вихователя про те, що дитині подобається, а що — ні, чи є протипоказання у їжі.

Спробуйте всіляко заохочувати спілкування Вашої дитини з іншими дітьми, говоріть про них як про її друзів, називайте їх на імена тощо.

« Дорогою у дитячий садок обговоріть з дитиною, що на неї чекає. Дуже важливо, щоб розмови про дитячий садок супроводжувалися лише позитивними емоціями. У Вас має бути спокійний голос і впевнена інтонація.

Коли прийде час залишити дитину у дитячому садку одну, слід заздалегідь її про це попередити.

Нехай дитина візьме із собою у дитячий садок свою найулюбленішу іграшку. Спробуйте вмовити її залишити іграшку на ніч у дитячому садку, а на ранок прийти і погратися з нею. Обов'язково довідайтеся у дитини, що відбувалося з іграшкою у дитячому садку.

Завжди із розумінням ставтеся до «необґрунтованих», на Ваш погляд, примх і прохань дитини. Вона може попроситися на руки, щоб Ви її поносили, як маленьку, може відмовитися їсти одна або спати. Не переймайтеся, усе це лише наслідок утоми й туги за мамою. Не дратуйтеся і в усьому йдіть назустріч дитині.

Пам'ятайте, що дитині нині вкрай важко, вона перевантажена різними враженнями і сильно втомлюється. Саме із цієї причини їй дуже потрібна Ваша допомога.

Поводьтеся завжди так, наче звикли до того, що дитина ходить у дитячий садок.

Формуйте у дитини вдома всі необхідні навички самообслуговування, зокрема самостійно їсти, правильно тримати ложку, не бруднитися.

Удома неухильно дотримуйтеся розпорядку дня, максимально наближеного до розпорядку дня у дитячому садку.

Тренуйте систему адаптаційних механізмів у дитини з раннього віку. Привчайте її до ситуацій, в яких треба змінювати форми поведінки.