



КАКАЯ БЫВАЕТ АДАПТАЦИЯ И ОТ ЧЕГО ЗАВИСИТ ЕЕ СЛОЖНОСТЬ

ЭТО ВАЖНО ЗНАТЬ ВСЕМ РОДИТЕЛЯМ!



Почему одни дети сразу же начинают чувствовать себя в садике как «рыба в воде», а другие долго плачут и зовут маму? Правда ли, что дети из неблагополучных семей всегда легко адаптируются к садику, а плач и истерики ребенка в первые дни посещения садика – это свидетельство его хорошего эмоционального и познавательного развития, того, что он лучше развивается, чем его сверстники? Почему одни дети сразу же идут на контакт с воспитателем, а другие сторонятся и педагогов, и детей хотя дома и во дворе при маме весьма общительны? Спасибо вам за вопросы – отвечаю на них этим очень подробным постом – инструкцией для родителей.

В ЧЕМ ЖЕ ПРИЧИНА? Чтобы правильно помочь ребенку в период адаптации к садику, нужно и важно понимать его потребности и особенности. А они разные у разных деток даже одного возраста. Давайте представим себе разных детей, которые пришли в один и тот же месяц к одному воспитателю в одну группу одного и того же детского сада, причем и садик хороший, и воспитатель замечательный, любящий и детей, и свою работу. Означает ли это, что у всех этих детей будет легкая адаптация? Увы, нет. И нам очень важно понять, почему.



ИССЛЕДОВАНИЯ ПОКАЗАЛИ, что основным фактор, который нам важно учесть, когда мы продумываем помощь ребенку в подготовке его к садику – это фактор привычного для него общения в период домашней «досадииковской» жизни. Научным языком говоря, нам важно понять, какая **ПОТРЕБНОСТЬ В ОБЩЕНИИ СО ВЗРОСЛЫМ** сформирована у этого конкретного малыша, а какая еще нет? Что самое важное для этого ребенка в его общении со взрослым?

ВЫДЕЛЯЮТ ТРИ ГРУППЫ ДЕТЕЙ по ведущей форме общения малыша со взрослыми. Вы сможете прямо сейчас определить, к какой группе относится Ваш малыш и определить риск тяжелой адаптации для него и понять, что Вам уже сейчас нужно и важно сделать.



ГРУППА ПЕРВАЯ. НАЗОВЕМ ЕЕ ТАК: «МНЕ НУЖНА ТОЛЬКО МАМА»!

ЧТО ЖДЕТ РЕБЕНОК ОТ ОБЩЕНИЯ СО ВЗРОСЛЫМ? Первая группа детей – это дети, у которых пока сформирована потребность в общении только с близкими взрослыми. Причем они ждут от взрослых не интересных совместных занятий или новых интересных игр, нет! Они ждут внимания, ласки, доброты, объятий и поцелуев, и хотят их получить именно от своей мамы (или бабушки, если бабушка ухаживала за малышом, пока родители были на работе), они привязаны к ней. Отделения от мамы еще не произошло (сколько бы лет ни было ребенку).

КАК ЭТО ПРОЯВЛЯЕТСЯ? Малыши с утра до ночи просят и даже требуют маму, плачут, заходятся в истерику, отказываются в садике не только от сна, но и от еды (вплоть до рвоты), отказываются от любых игр и игрушек, «протестуют» против любых действий педагогов – одевания, укладывания спать. Этим малышам, увы, очень трудно успокоить после ухода мамы, они отталкивают от себя любого педагога, могут залезать под стол, прятаться от всех за занавески или не выходить из раздевалки, плача и ожидая маму. Причем это происходит не только в первые дни, но и очень долго. Позитивного опыта общения с незнакомыми взрослыми (поездки в гости, остаться без мамы на ночь у бабушки или в гостях, поехать всей семьей в турпоход вместе с другими семьями или на семейный фестиваль) у ребенка совсем нет или очень мало. Всегда было «уютное знакомое гнездышко» семьи, узкий круг общения ... и вдруг - резкий вылет надолго из «гнезда», без «репетиций» и без мамы!!! Это очень страшно для ребенка, его к этому совсем не подготовили.

А что же воспитатель? Если он возьмет ребенка на ручки, приласкает? Увы, воспитатель не может утешить этих малышей т.к. у них пока развита только потребность общения с собственной мамой, а маму никто и никогда им не заменит. Конечно, ребенок утихомирится на время на ручках у воспитателя. Но в группе много деток и держать всех на ручках постоянно невозможно!

А малыши этой группы очень тяжело переживают любую разлуку с мамой, особенно если мамы до этого не обеспечили им опыт нахождения с другим надежным человеком. Чем уже круг общения семьи, чем меньше ребенок общался с разными взрослыми до садика – тем сложнее происходит его «вылет из гнезда», тем травматичнее период адаптации.



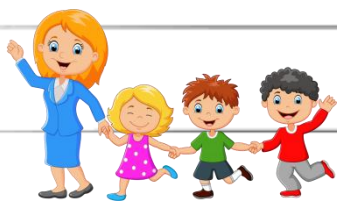
ЧТО ДЕЛАТЬ УЖЕ СЕЙЧАС: важно начать подготовку к садику уже сейчас, весной.
ТРИ ГЛАВНЫХ СОВЕТА.

1. Постепенно расширять круг общения своего ребенка со взрослыми – например, когда-то ненадолго оставить его поиграть у соседей с их детьми, оставить ночевать у бабушки без мамы и папы, выехать с другими взрослыми семьями на природу и т.д. На моем курсе «Как подготовить ребенка к детскому саду: адаптация без слез и проблем» я даю пошаговую схему развития круга общения ребенка чтобы сделать его вход во все более и более расширяющийся круг общения мягким и природным, безболезненным. А также учу, как лучше расставаться с ребенком, как постепенно приучить малыша побыть без мамы с надежным взрослым дома и как правильно встречаться после разлуки.

2. Развивать умение общаться со взрослым - переводить ребенка с уровня только ласки на уровень сотрудничества со взрослым. Что такое сотрудничать со взрослым? Это рисовать, лепить, играть с игрушками, а также в подвижные и настольные игры не только с мамой, но и с другими взрослыми – гостями, родственниками, соседями и их детьми, старшими детьми, вашими знакомыми. Например, пусть малыш погуляет во дворе с

Вашей подругой, поиграет с ней, она его поучит рисовать или петь (в зависимости от ее интересов). А может быть, Ваш малыш останется дома без вас ненадолго с родственниками, которые приехали вас навестить.

3. Уже сейчас нужно понять и осознать, что для этого малыша начинать посещение детского сада с «обычной» и очень распространенной «схемы» резкого входа в режим детского сада (отдать ребенка сразу же на полдня, а затем на весь день без мамы) в этом случае нельзя. Ребенок еще к этому не готов. Поэтому надо искать садик, в котором Вам разрешат присутствовать в первые недели рядом с ребенком. Это может быть семейная группа, группа из садика по методике Монтессори, группа кратковременного пребывания «Вместе с мамой» или другая мягкая система адаптации. Пройдя адаптацию в этом мягком режиме, ребенок легко перейдет позже в обычный садик.



ВТОРАЯ ГРУППА. ДЕТИ, У КОТОРЫХ СФОРМИРОВАЛАСЬ ПОТРЕБНОСТЬ В СОТРУДНИЧЕСТВЕ СО ВЗРОСЛЫМИ В ПАРЕ «ВЗРОСЛЫЙ + РЕБЕНОК». Для них важна не ласка от мамы (они уже прошли этот этап), а чтобы взрослый

показал, как интересно можно действовать с разными предметами в рисовании, лепке, игре, экспериментировании и т.д.

КАК ЭТИ МАЛЫШИ РАСТУТ В СЕМЬЕ.

У детей второй группы сложился более широкий круг общения в семье, чем у малышей первой группы. У них уже есть большой позитивный опыт нахождения без мамы с соседями, друзьями семьи, дальними родственниками. Они легко расстаются с мамой, оставаясь наедине с другими взрослыми у себя дома или в гостях.

С ними много рисовали, лепили, играли в семье в разные игры, и они привыкли к том, что взрослые занимаются с ними чем-то интересным, ждут этого от взрослых. Дети приносят взрослому игрушки, картинки, краски (часто молча). Зачем? Чтобы взрослый их научил чему-то, показал им новые способы действий со знакомыми и ставшими уже скучными предметами.

В семье старались развивать посильную самостоятельность ребенка (учили одеваться и раздеваться, убирать игрушки, умываться и т.п.). Ребенок в семье привык просить попить, поесть, в туалет и сможет сделать это словом или жестом и в садике. Поэтому взрослый для ребенка – это человек, который всегда придет на помощь, оценит и похвалит, является образцом действий.

КАК ВЕДУТ СЕБЯ МАЛЫШИ В ПЕРИОД АДАПТАЦИИ:

Адаптация проходит легче, чем у детей первой группы. Дети более настроены на воспитателя, доверяют ему, наблюдают за педагогом, пытаются ему подражать, слушают его.

Эмоциональное состояние детей в детском саду, увы, нельзя назвать уравновешенным. Дети могут плакать в садике, но не постоянно, как малыши первой группы, а только когда остаются без персонального внимания со стороны педагога. А при большом количестве детей в группе, такое случается не так уже и редко. Тогда малыши начинают вспоминать маму, дом, проситься домой. Но мои наблюдения показывают: стоит их увлечь

интересной игрушкой, обратить на них личное внимание, назвать по имени – печаль тут же уходит! Но если воспитатель вдруг вышел из группы – тут же снова начинается плач ребенка.

Просьбу ко всем детям «Дети, пойдем мыть руки» - эти дети еще не понимают. Им нужно, чтобы их назвали по имени индивидуально – «Сашенька, пойдем со мной мыть руки. Вот сюда. Иди к нам!».

Дети ни на миг не выпускают воспитатели из поля зрения. Им нравится, когда взрослый в садике с ними индивидуально лепит, рисует, играет, ведь это так похоже на то, что было у них в семье! Но как только воспитатель отходит к другим детям – тут же на их личиках появляется грусть. Вы догадались, что делает ребенок? Он бежит к воспитателю, просит у него всем доступными способами индивидуального внимания к нему – тянет ручки, тянет за одежду, присаживается рядом, заглядывает в лицо и т.д. Каково же разочарование, если это не получается! Ведь деток в группе много, и он теперь не одно «главное и любимое солнышко», каким он был в семье, «солнышек» таких больше двадцати! Мир перевернулся!

Почему малышу так важен взрослый? Без внимания взрослого ребенок играть интересно еще не умеет, сам себя занять тоже не может, в его самостоятельной игре преобладают однообразные манипуляции с игрушками и предметами. Поэтому ему нужен и важен взрослый – партнер по игре, который внесет разнообразие, научит, подскажет, сделает игру интересной.

Речь у малышей чаще всего самая простая – это отдельные слова, понятные только из ситуации. Даже если ребенок уже говорит короткими фразами, то он сам по своей инициативе никогда не обратится ко взрослому, но готов ответить на его вопросы.

Малыши совсем не тянутся к сверстникам – «конкурентам на общение со взрослым». Они их сторонятся. Они не очень не любят делиться игрушками и хотят, чтобы это была его «личная» игрушка, в которую он будет играть с его «личным взрослым» в интересную игру. Приведу пример знакомой семьи. В первую же неделю после похода в детский сад произошло резкое изменение поведения Павлика дома. Когда домой приходили соседи или родственники, он тут же бежал в детскую, загораживал собой игрушки и кричал: «Моё! Никому не дам!». Потом шел к маме и говорил: «Ты моя мама! Играй со мной» и нес ей игрушку. До садика этот мальчик легко делился игрушками.

КАК ГОТОВИТЬ МАЛЫША К САДИКУ:

1. развивайте умение ребенка играть с самыми разными игрушками и в разные игры: настольные, подвижные, игры с музыкальными игрушками, в настольный театр. Тогда дети, попав в детский сад, легко откликаются на предложение поиграть, с увлечением собирают конструкторы, обследуют новые игрушки в группе, собирают пирамидки, играют с водой, то есть могут найти себе интересное знакомое им занятие,

2. приучайте ребенка быть активным и самостоятельным, привлекайте его к помощи взрослым. Правило здесь одно: мы не делаем за ребенка то, что он уже может сделать сам. Не старайтесь при первом же затруднении всё решить за малыша.

3. разыгрывайте диалоги с игрушками, давайте в этих играх

образцы. Разыгрывая ситуации с игрушками, Вы передаете ребенку способы общения и способы действий. Он будет чувствовать себя более уверенным в сложной ситуации. Приведу примеры.



Ситуация 1. Мишка и зайка нашли мячик. Мишка говорит: «Это мой мячик. Я его первый увидел». А зайка отвечает: «Нет, мой. Я его первый взял». Разыграйте сценку с игрушками как мини-спектакль, покажите, как они договорились и стали играть вместе в мячик в разные игры (попади в корзину, прокати мяч по дорожке, отбей мяч о пол и т.д.) Потом предложите одну из ролей ребенку, например, он будет мишкой. А вы – зайкой.



Ситуация 2. Зайка строит дом. Не хватает детали для постройки, и нужно обратиться к взрослому за помощью.



Ситуация 3. Мишка в садике. Он хочет поиграть с (называем игру или игрушку, которую любит ребенок) Игра стоит высоко, на полке – вот там (покажите наглядно, где). Что делать? Нужно попросить ее у воспитателя чтобы он помог ее достать.



Ситуация 4. Зайка пролил компот во время обеда. Таких ситуаций можно придумать очень много!



ТРЕТЬЯ ГРУППА ДЕТЕЙ. ДЕТИ С ПОТРЕБНОСТЬЮ В АКТИВНЫХ САМОСТОЯТЕЛЬНЫХ ДЕЙСТВИЯХ И В ОБЩЕНИИ СО ВЗРОСЛЫМ НА ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ ТЕМЫ.

Это дети, у которых адаптация проходит в самом легком варианте, они находятся на третьей ступеньке развития общения со взрослыми.

КАК ЖИВУТ ЭТИ ДЕТИ В СЕМЬЕ: Дети имеют широкий круг общения, уже оставались без мамы (например, в группе кратковременного пребывания, на кружках, дома у соседей или друзей семьи, на ночевке у бабушки и т.д.), Любят книги, познавательные игры, аудиосказки, умеют играть и увлекать себя игрой.

Главное для них в общении со взрослым – научиться чему-то новому, что-то интересное узнать у взрослого.

Малыши хорошо говорят. Могут сказать, что им нравится и не нравится, попросить о помощи, договориться. Речь у детей фразовая, понятная сверстникам и взрослым.

Дети дома инициативны в общении – сами могут задавать вопросы взрослым, попросить дать им игрушку или помочь в трудной ситуации, научить играть в понравившуюся игру.

КАК ВЕДУТ СЕБЯ ЭТИ МАЛЫШИ В ПРОЦЕССЕ АДАПТАЦИИ.

Вы думаете, они не плачут? Нет, они тоже плачут. Просто по –другому. Во-первых, плача мало, чаще всего плачет малыш только во время расставания с мамой в раздевалке. Во-вторых, после входа в группу- ребенок

уже не плачет и может заплакать, только если только кто-то обидел его (например, нечаянно толкнул).

Войдя в группу, малыши готовы играть со сверстниками, тянутся к ним.

Чаще всего у них хорошо развита игра, они умеют играть и умеют научить игре сверстников. Но не все дети инициативны в общении с другими детьми. Но есть и другие дети, которые трудно вступают в контакт. Но при этом они не сидят на стульчике, не отгораживаются от мира, а занимают себя интересным делом, не скучают, просто пока они предпочитают побыть наедине с собой.

Такой ребенок принимает педагога доброжелательно. Дети любят разные занятия в садике – рисовать, лепить, заниматься в музыкальном зале и т.д, получают от них удовольствие.

Только у этой группы детей во время их пребывания в садике преобладает уравновешенное, спокойное состояние. И даже при выходе педагога из группы плача у них не возникает, они не волнуются. Адаптация у этих малышей заканчивается очень быстро - в течение месяца.

КАК ГОТОВИТЬ МАЛЫШЕЙ К САДИКУ? Они уже готовы к нему. Ребенок «созрел». Вы сделали всё, что могли. Будет полезно:

1. прочитать книжки о садике (например, книгу Оксаны Стази «Жил-был Сережа», книгу в картинках «Зайка идет в садик»);
2. сходить со знакомой семьей в садик на небольшую «экскурсию»;
3. показать на фотографиях Ваш садик, деток в нем (фото можно увидеть на сайте детского сада);
4. погулять с ребенком по участку, когда детей на нем нет;
5. предварительно познакомить ребенка с воспитателем (это лучше сделать вечером, когда большинство детей уже дома с родителями, и у воспитателя есть время на индивидуальное общение с Вами и Вашим малышом).



10 ГЛАВНЫХ ПРАВИЛ МАМЫ: ГОТОВИМ МАЛЫША К ПЕРВЫМ ДНЯМ В ДЕТСКОМ САДУ.

ЧТО НУЖНО СДЕЛАТЬ ЗАРАНЕЕ:

ПРАВИЛО 1. ВСЕГДА ГОВОРИТЕ В ПРИСУТСТВИИ РЕБЕНКА О ДЕТСКОМ САДЕ И ВОСПИТАТЕЛЯХ ТОЛЬКО ХОРОШИЕ ОТЗЫВЫ.

Если Вас что-то волнует, обсуждайте это вне внимания ребенка, когда он Вас не может слышать. И тем более нельзя никому позволять пугать Вашего ребенка детским садом (высказывания типа «Вот пойдешь в садик - узнаешь... оценишь... поймешь...»)

ПОЧЕМУ ЭТО ВАЖНО: Представьте себе, что Вам нужно идти на новую работу, и Вы слышите о ней только хорошие отзывы. Вам будет легче туда идти в первый день, правда? Вы будете позитивно настроены на людей, на обстановку, будете готовы ее принять. А если до этого в течение нескольких месяцев Вы слышали только опасения, волнения, страхи и

обсуждения ужасных историй с сотрудниками на этой новой Вашей работе, каково Вам будет туда идти?

Поэтому важно дать ребенку уверенность в том, что Вы ведете его в безопасное место к людям, которым Вы доверяете. Ему будет намного легче!

ПРАВИЛО 2. ЗАРАНЕЕ, ЗА НЕСКОЛЬКО МЕСЯЦЕВ ДО ДЕТСКОГО САДА ВВЕДИТЕ В ПОВСЕДНЕВНУЮ ПРАКТИКУ РИТУАЛ ПРОЩАНИЯ МАМЫ И МАЛЫША.

Например, обняться и помахать рукой «Пока». Или хлопнуть по ладошке и сказать «Я тебя люблю». «Репетируйте» этот ритуал, дома, оставляя ребенка и уходя из дома сначала не небольшой промежуток времени и постепенно увеличивая его. Используйте этот ритуал и для расширения круга общения ребенка со взрослыми, например, оставьте на 10 минут поиграть с детьми соседей у них дома (сделайте ритуал прощания). Используйте этот же ритуал, когда прощаетесь с ребенком, оставляя его на ночь у бабушки с дедушкой в гостях. В дальнейшем используйте этот же ритуал при прощании с ребенком в детском саду.

ПОЧЕМУ ЭТО ВАЖНО: привычная ситуация создает ощущение безопасности – подобная ситуация уже была в опыте ребенка, она узнаваемая, мама всегда после нее приходила к нему, значит, придет за ним и в садик.

Можно придумать аналогичный ритуал встречи с ребенком в конце детсадовского дня.

ПРАВИЛО 3. ТОЧНО НАЗЫВАЙТЕ ВРЕМЯ СВОЕГО ВОЗВРАЩЕНИЯ.

Заранее, за несколько месяцев до посещения ребенком садика, введите еще один «ритуал» – всегда при разлуке, даже небольшой, четко говорите ребенку время, когда Вы вернетесь. И четко его соблюдайте. Например, я приду, когда ты проснешься/ я приду после полдника и т.д. Ребенку постарше можно показать на часы – «Когда эта короткая стрелочка будет вот здесь, на цифре пять».

ПОЧЕМУ ЭТО ВАЖНО: Вы будете использовать этот ритуал в первые месяцы посещения ребенком детского сада. Расставаясь с ним утром, будете говорить, когда Вы придете. Например, я приду, когда Вы пойдете на прогулку / после прогулки / после музыкального занятия / после обеда. Ребенок будет чувствовать себя увереннее.

ПРАВИЛО 4. ЗАРАНЕЕ УЗНАЙТЕ МЕНЮ ДЕТСКОГО САДА, в который пойдет Ваш ребенок. Меню можно узнать у заведующей детским садом или у медицинского работника, у воспитателей. Обратите Ваше внимание на блюда, с которыми Ваш малыш не знаком. Начните их готовить дома еще летом, чтобы малыш к ним привык.

В период адаптации давайте ребенку больше соков, салатов, фруктов, овощей, продуктов, богатых железом (яблоки, гречневая каша).

ПОЧЕМУ ЭТО ВАЖНО: Когда ребенок пойдет в садик, вокруг него будет много новых факторов, и пища в том числе. Чтобы Ваш малыш не пугался вида новых продуктов, например, той же цветной капусты, очень

важно чтобы он их уже видел в семье, чтобы они воспринимались им как знакомые и безопасные для него.

ПРАВИЛО 5. ЗАРАНЕЕ УЗНАЙТЕ РЕЖИМ ДНЯ ДЕТСКОГО САДА – время завтрака, обеда, полдника, ужина, прогулки, дневного сна. Постарайтесь постепенно перевести домашний режим ребенка на режим, похожий на детсадовский.

ПОЧЕМУ ЭТО ВАЖНО: ребенку намного легче адаптироваться. Например, во многих семьях ребенок просыпается в 10 часов, а укладывают дома детей спать на дневной сон в 15 часов. Но в детском саду уже в 9 утра начинаются занятия с детьми, а дневной сон ребенка проходит намного раньше (в 15 часов воспитатели уже будят детей). Ребенку будет очень сложно перейти сразу же на новый режим. Переводите его на новый режим постепенно, начните летом чтобы к сентябрю малыш уже легко вставал утром, и днем спал именно в это время. Вам и ребенку будет значительно легче в первые месяцы адаптации. Ведь невыспавшийся ребенок начинает капризничать, плакать и т.д.

ЧТО ВАЖНО ДЕЛАТЬ В ПЕРВЫЕ НЕДЕЛИ РЕБЕНКА В ДЕТСКОМ САДУ

ПРАВИЛО 6. ОБЕСПЕЧЬТЕ СПОКОЙНЫЙ ОТДЫХ РЕБЕНКУ В ПЕРВЫЕ НЕДЕЛИ АДАПТАЦИИ. Не водите в шумные места, в цирк, не принимайте большие группы гостей у себя дома в присутствии ребенка.

ПОЧЕМУ ЭТО ВАЖНО: нервной системе ребенка нужно отдохнуть от перенапряжения и большого количества новых впечатлений (новые люди, шум детей в группе и т.д.) набраться сил дома.

ПРАВИЛО 7. СОХРАНИТЕ ДОМАШНИЕ ПРИВЫЧКИ РЕБЕНКА НА ВРЕМЯ АДАПТАЦИИ и не только дома, но и в детском саду. Например, нельзя во время адаптации начать отучать ребенка от соски или резко прерывать грудное вскармливание. Если Вы задумали изменить эти привычки, то лучше сделать это или за несколько месяцев до начала посещения детского сада или после завершения адаптации после полной нормализации сна, поведения, здоровья, эмоционального состояния ребенка. Также в этот период нельзя делать ребенку прививки.

ПОЧЕМУ ЭТО ВАЖНО: нервная система ребенка во время адаптации к детскому саду и так испытывает большие перегрузки. Не нужно нагружать ее решением дополнительных, причем очень сложных для малыша, задач. Нужно же наоборот, сохранять те условия, к которым привык ребенок, на всё время адаптации его к детскому саду.

ПРАВИЛО 8. НИКОГДА НЕ СПРАШИВАЙТЕ РЕБЕНКА: «ТЫ ПОЙДЕШЬ В САДИК?», если от его ответа на этот вопрос не зависит Ваше решение.

ПОЧЕМУ ЭТО ВАЖНО: Детям нужно всегда задавать только те вопросы с выбором, когда его мнение – ответ на Ваш вопрос действительно может повлиять на Ваше решение. Если же Вы ведете ребенка в садик, то независимо от его ответа на данный вопрос, это случится. Цель этого вопроса не ясна. Поэтому лучше просто сообщить ребенку о том, что он скоро идет в садик, обсудить, что его ждет, подготовить его к этому новому этапу жизни. Будьте сами уверены в своем решении. Если Вы не уверены в своем решении

отдать ребенка в садик и Вам нужно его обсудить – то лучше обсуждать его не с ребенком, а со взрослыми людьми, взвесив все «за» и «против». А ребенку уже сообщить Ваше готовое решение – скоро садик!

ПРАВИЛО 9. ДАЙТЕ РЕБЕНКУ В САДИК СВОЙ ДОМАШНИЙ МЯГКИЙ ПРЕДМЕТ. Это может быть мягкая игрушка, мамин платок и т.д. Спросите воспитателя о том, что можно принести.

ПОЧЕМУ ЭТО ВАЖНО: эта домашняя вещь хранит заряд «домашнего тепла», запахи мамы, родного дома. Этот предмет в своей роли - «заменитель» мамы и дома во время пребывания ребенка в садике. Он очень нужен особенно во время первого дневного сна ребенка в садике. Домашний предмет помогает ребенку успокоиться.

ПРАВИЛО 10. ОБЕСПЕЧЬТЕ СЕБЕ ПОДДЕРЖКУ. Помните, что в период адаптации поддержка нужна не только ребенку, но и Вам – маме. Обращайтесь к специалистам за помощью. Это может быть психолог, которому Вы доверяете. Можно получить такую поддержку в интернете : «Как подготовить ребенка к детскому саду: адаптация без слез и проблем»



Как видите, всё в наших руках, Не зря о наших сложностях говорится так «Дорогу осилит идущий». Начинайте же этот путь сейчас, за нас никто его не пройдет! Если мы знаем проблему, поняли, в чем ее суть - то нужно просто не бежать от нее, а начать ее решать. И всё будет хорошо!

ЖЕЛАЮ ОТ ДУШИ УСПЕХОВ И КАК МОЖНО БОЛЕЕ ЛЕГКОЙ АДАПТАЦИИ!

