

Консультация для родителей

«Роль родителей в процессе адаптации»

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.

Несколько советов родителям для успешной адаптации ребенка:

1. Формируем позитивный настрой:

Очень важно говорить и рассказывать ребёнку про детский сад в положительном ключе, особенно про воспитателя - это вторая по величине фигура после мамы. На своём примере показывайте доброжелательные отношения к педагогу-воспитателю. Желательно, чтобы ваша речь была искренняя и эмоционально подкреплена. Дети отзывчивы на эмоциональное выражение чувств.

2. Учимся общаться с другими детьми:

Научите ребенка знакомиться с другими детьми, обращаться к ним по имени, просить, а не отнимать игрушки, в свою очередь, предлагать игрушки другим детям.

3. Выбираем любимую игрушку:

Пусть малыш сам выберет себе в компаньоны любимую игрушку, с которой он сможет ходить в детский сад - ведь вместе намного веселее!

4. Сами готовимся к тому, что нужно будет расставаться с ребенком:

Существуют разные мнения о том, стоит ли находиться маме рядом с малышом в начальный период адаптации к детскому саду. Казалось бы, что тут плохого, если мама посещает садик вместе с ребенком? Все довольны, малыш не плачет, мама спокойна. Но тем самым неизбежное расставание только затягивается. Да и другие дети, глядя на чужую маму, не могут понять - а где же в таком случае моя? Поэтому будет лучше для всех, если с первого же дня ребенок попытается остаться в группе один, без опеки мамы. А опытные воспитатели возьмут заботу о малыше в свои руки.

5. Выбираем ритуал прощания:

Разработайте вместе с ребенком несложную систему прощальных знаков внимания - так ему будет проще отпустить вас. Например, поцелуйте его в одну щечку, в другую, помашите ручкой, после чего он спокойно идет в садик.

6. Планируем свою жизнь с учетом интересов малыша:

Помните, что на привыкание малыша к детскому саду может потребоваться до полугода времени, поэтому тщательно рассчитывайте свои силы, возможности и планы. Лучше, если на этот период у семьи будет возможность "подстроиться" под особенности адаптации малыша.

7. Не колеблемся!

Ребенок отлично чувствует, когда родители сомневаются в целесообразности детсадовского воспитания. Любые ваши колебания хитрый малыш сумеет использовать для того, чтобы остаться дома и помешать расставанию с родителями. Легче и быстрее привыкают дети, для родителей которых детский сад является единственной альтернативой.

8. Участвуем в общении ребенка с детьми и воспитателями:

Ребенок привыкнет к детскому саду тем быстрее, чем с большим количеством детей и взрослых он сможет построить отношения. Помогите ему в этом. Познакомьтесь с другими родителями и их детьми. Называйте других детей в присутствии вашего малыша по именам. Спрашивайте его дома о новых друзьях. Поощряйте обращения вашего ребенка за помощью и поддержкой к другим людям. Чем лучше будут ваши отношения с воспитателями, с другими родителями и их детьми, тем легче будет вашему ребенку.

9. Контролируем ситуацию, но не впадаем в панику:

Совершенных людей нет. Будьте снисходительны и терпимы к другим. Тем не менее, прояснять ситуацию, тревожащую вас, необходимо. Делайте это в мягкой форме или через специалистов.

10. Не позволяем себе негативных высказываний, связанных с детским садом:

В присутствии ребенка избегайте критических замечаний в адрес детского сада и его сотрудников. Внимание - никогда не пугайте ребенка детским садом!

11. Обеспечиваем поддержку малышу:

В период адаптации эмоционально поддерживайте малыша. Чаще обнимайте его и целуйте.

Удачи! Пусть ваш ребенок почувствует себя в детском саду членом дружного коллектива и получит новый толчок для развития.

