

7 СПОСОБІВ ЛЕГКОЇ АДАПТАЦІЇ ДО ДИТЯЧОГО САДКА ДИТИНИ ТА БАТЬКІВ

Наталя Лескова

*психолог за освітою та покликанням,
мати трьох дітей,
управляючий дитячим садком «Колиска»*



ΙΣΗΥΕΕ ΜΙΦ...



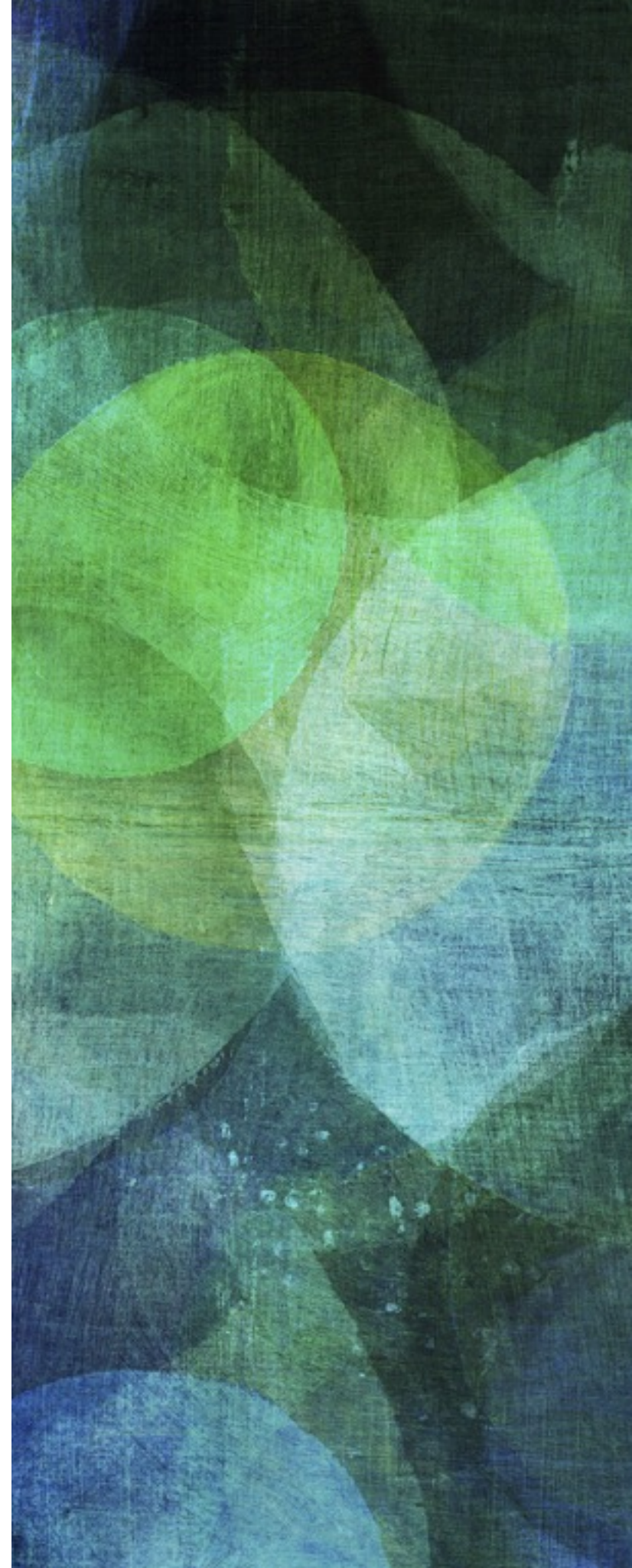



ІСНУЄ МІФ...

.....

-що є діти, яких зовсім не можна залишати в дитсадку, вони будуть завжди плакати, страждати і в результаті, батькам доведеться забрати їх з навчального закладу. При цьому у малюка буде величезний стрес, батьки пересваряться з усіма вихователями, а репутація дитсадка буде підірвана.
- Поспішу вас втішити - тільки одиниці дітей не зможуть бути в дитсадку, адаптуватись, знайомитись з іншими дітьми і давати батькам можливість займатись не лише вихованням дітей, а кар'єрою і собою.

**ПРОБЛЕМА ЗОВСІМ НЕ В
ХАРАКТЕРАХ,
А В МЕТОДАХ,
ЯКІ ВИКОРИСТОВУЮТЬ
БАТЬКИ ТА ВИХОВАТЕЛІ**





За роки нашої роботи з дітьми, ми бачили абсолютно різні історії адаптації дітей до дитсадка. Ми спостерігали і змогли вивести **7 головних порад для батьків.**

Притримуйтесь їх і ваш малюк буде з радістю йти до дитсадка і цікаво та весело проводити в ньому час!

Ви, звісно, хочете знати ці способи, що є нашими особистими спостереженнями і якими ми з радістю з вами поділимось тут!

7 СПОСОБІВ...

ПО-ПЕРШЕ

Не сприймайте сльози вашого малюка як знак, що йому погано в садочку.

Це цілком природно, що дитина, яка любить своїх батьків, свій дім засмучується, коли вони її залишають. Зазвичай малюк плаче протягом 1-2хв після того, як ви пішли. Потім відволікається грою, друзями і залишається спокійним до вечора.

Чим довше малюк бачить батьків і розуміє, що вони мають піти, тим довше буде тривати "слізне прощання". Щоб звести до мінімуму стрес для дитини, треба "швидко попрощатися"!

Для деяких дітей спрацьовує просто "переставити за поріг і зачинити за собою двері".

Чим швидше мама піде, тим швидше припиниться плач!

ПО-ДРУГЕ

Варто зрозуміти, що малюк засмучується в перші тижні перебування в садочку тому, що думає "батьки залишили мене тут назавжди!»

Та коли щодня його забирають додому, він починає розуміти, що батьки завжди будуть повертатися і **заспокоюється**. Або принаймні сприймає своє перебування в дитсадочку як тимчасове явище.

ПО-ТРЕТЄ

Кожна мама, звісно, буде переживати і хвилюватися "як там мій малюк?»

Пам'ятайте, що батьки тісно зв'язані з дитиною. Ваш негативний емоційний стан часто може передаватись дитині навіть на відстані! Тому намагайтесь зберігати спокій і позитивно мислити.

Моя порада:

Уявіть свого малюка, прикритого крилами янгола-охоронця, який оберігає вашу дитинку надійно і постійно.

А наші вихователі, в свою чергу, як досвідчені і відповідальні люди, зроблять все, щоб вашому малюку було комфортно і затишно!

СПОСІБ 4

Робота над адаптацією малюка до дитсадка починається ще з дому: намагайтесь більше часу приділяти малюку, який має йти до дитсадка, або вже почав туди ходити.

Чому?

Тому що кожна дитина має свою "ємність для батьківської любові і турботи". Чим більше ви наповните цю ємність, тим спокійнішою буде дитина в час вашої відсутності (не тільки в дитсадку). Вона почуватиметься комфортно, бо знатиме: "мама й тато люблять мене і піклуються про мене!"

СПОСІБ 5

Використовуйте систему заохочень та винагород. Обіцяйте купити іграшку, пограти в улюблену гру, повести в цирк і таке інше.

Не забувайте регулярно виконувати такі обіцянки. Особливо акцентуйте що **винагорода буде пов'язана з хорошою поведінкою малюка в дитячому садочку!**

СПОСІБ 6

Поговоріть з малюком і правильно його налаштуйте. Ваші слова дуже багато значать для нього.

Табу: ніколи не вживайте фразу "тільки не плач!" Можливо, малюк і не збирався плакати, доки ви не підкинули йому таку ідею. Частіше хваліть і пишайтесь дитиною. Завжди можна знайти за що, навіть за найменші дрібнички.

СПОСІБ 7

Дайте малюку з собою **улюблену іграшку**, нехай вона буде поруч і нагадує йому про дім, про маму й тата. Це буде маленька часточка домашнього тепла, що допоможе дитині бути спокійною та насолоджуватись часом в дитсадку.



ЯК НАВЧИТИ ДИТИНУ ПОЛЮБИТИ ДИТСАДОК?

bonus:-)

Хочу відзначити, що ледь не половина батьків припускається страшної помилки: **приводить дитину до дитсадка в той самий день, коли мама має вийти на роботу і дитина раптом на весь день залишається в компанії невідомих людей.**


Віддати дитину до дитсадка - це як вчитись кататися на велосипеді. Навіть якщо велосипед дуже якісний і надійний, ви не зможете одразу сісти на нього і поїхати. Ви починаєте з перших метрів, а же потім не задумуючись їдете (може навіть не тримаючи руль)

Те ж саме і з дитсадком: щоб дитина залишилась на весь день, потрібно її до цього підвести поступово. Цей процес займає **біля двох тижнів.**

ПРАВИЛЬНА ПІДГОТОВКА ДИТИНИ ДО ТОГО, ЩОБ НА ЦІЛИЙ ДЕНЬ ЛИШИТИСЬ БЕЗ БАТЬКІВ ПРОХОДИТЬ ТАК

.....

- Ви приводите малюка перші кілька днів на 1-2 години, при цьому мама залишається поруч з малюком.
- Наступні кілька днів треба спробувати залишити дитину на кілька годин. При цьому мама перебуває десь поблизу, щоб повернутись до малюка, якщо він ще не готовий лишитись.
- Далі кілька днів малюка можна лишити вже на 3-6 годин з вихователями та іншими дітьми.
- І тільки через 5-10 днів ви зможете практично без проблем залишити дитину в садочку на цілий день



Виконуйте наші поради і ви побачите як ваш малюк з радістю біжить до дитсадка, а ввечері так само радісно повертається додому. Ви не будете чути сліз, нервувати й перейматися, а ваша дитина назавжди запам'ятає дитсадок як затишне і комфортне місце, де її завжди чекають знання і розваги, вихователі і друзі!

До зустрічі в дитсадку «Колиска»!
Наталя Лєскова