

Как психологически подготовить ребенка к детскому саду



1. Объяснить, зачем надо ходить в детский сад

Дайте ребенку младше трех лет мотив «надо»: «Все взрослые ходят на работу, все дети ходят в детский сад». Детям постарше подойдет мотив, что в детский сад нужно ходить, чтобы стать взрослыми, научиться играть с другими детьми, быть самостоятельными и смелыми.

2. Создать и подкреплять положительные ожидания

Гуляйте около детских садов, рассказывайте, что это место, куда дети приходят играть, что там ребенок найдет много новых игрушек и товарищей по играм. Нельзя, чтобы ребенок считал посещение детского сада наказанием. Нельзя даже в шутку говорить, что ребенок останется в детском саду и его не заберут – это снижает чувство безопасности.

3. Обеспечить стабильность в жизни

В первую очередь в семье должна быть благополучная психологическая обстановка. Сделайте хотя бы за месяц, до того как ребенок пойдет в детский сад, или отложите до конца адаптации то, что можно, например, переезд ребенка в другую комнату.

4. Знакомить с детским садом с помощью книг, фильмов, игр

Читайте с ребенком книги из серии «Я иду в детский сад». Подойдут мультфильмы и детские фильмы по теме. Предложите ребенку организовать детский сад для игрушек, где вы будете воспитателями, и разыгрывайте режимные моменты: прием пищи, прогулки, занятия, игры, тихий час.

5. Приучить к разлукам и тому, что родитель возвращается

Ребенок должен знать, что родители не оставят ребенка в детском саду навсегда и обязательно вернутся за ним. Пробуйте оставлять ребенка с тем, кому доверяете, и ненадолго уходить. Не «исчезайте»: прощайтесь с ребенком и говорите, что вернетесь. По возможности уточняйте, когда именно вернетесь и обязательно выполняйте обещание, чтобы ребенок не перестал вам доверять. Приучить ребенка к расставаниям поможет позитивный игровой ритуал быстрого прощания: договоритесь, например, чмокать друг друга в щечку или стучаться кулачками.

6. Познакомить ребенка с воспитателями

Расскажите ребенку, как общаться с педагогами, особенно в трудных ситуациях. Что делать, если его обижают. Расскажите, что воспитатель – надежный и добрый человек, который всегда поможет ребенку в группе.

