

## Консультация по теме: «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.

**Также 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.

**Ясно выражайте ребенку свои требования,** 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, без раздражения). Проявляйте свои мысли и чувства без агрессивности, внимательно слушайте ребенка.

Знайте, что трудности и переживания, подобные вашим, испытывают все родители, отдающие детей в детские учреждения.

**Чтобы Ваш ребёнок привыкал к детскому саду безболезненно, рекомендуем следующее:**

- ◆ придерживайтесь дома режимных требований данного учреждения: завтрак обед, сон
- ◆ позаботьтесь о навыках самообслуживания у ребёнка.
- ◆ подберите ребёнку удобную одежду и обувь, чтобы они соответствовали нужному размеру.
- ◆ собирая ребёнка в детский сад, не торопите его, при этом не раздражайтесь сами.
- ◆ приводите ребёнка в детский сад заблаговременно, чтобы он успел поиграть в игрушки до завтрака.
- ◆ ребенок должен постепенно привыкать к режиму в детском саду: приведите его вначале на 2 часа, постепенно увеличивая его пребывание в детском саду до обеда, и только потом оставляйте на целый день
- ◆ вещи должны быть заранее помечены, чтобы без труда ребёнок и воспитатель могли их найти
- ◆ если до посещения детского сада вы не отлучили ребёнка от вредных привычек, то во время адаптации нельзя сразу отнимать ребёнка от пустышки, бутылки и т.д.
- ◆ необходимо рассказать воспитателю об индивидуальных особенностях ребёнка, чтобы воспитателю было легче найти к нему подход.
- ◆ придя с ребёнком в детский сад и раздев его, будьте спокойны при прощании: тревожное состояние матери неблагоприятно влияет на ребенка.

- ◆ интересуйтесь у ребёнка, как у него прошёл день, чем он занимался, в какие играл игрушки? Ребёнок с удовольствием с вами поделится и будет знать, что его пребывание в детском саду вам не безразлично.
- ◆ обязательно смотрите рисунки и поделки своих детей. Непременно похвалите ребёнка, восхититесь его умениями. Это придаст ему уверенности в себе.
- ◆ Не пугайте ребёнка д/с, чтобы у него не сложилось негативного отношения к детскому саду.
- ◆ Прислушивайтесь к советам воспитателей, т. к. они с вашим ребёнком находятся большую часть времени и готовы помочь вам.

***Уважаемые родители!***

***Придерживайтесь этих рекомендаций, и ваш ребёнок быстрее адаптируется в детском саду.***

*Педагог-психолог: Михайлова Г.В.*