

Если ребёнок не отпускает маму...



- До прихода в детский сад расскажите ребёнку, что его там ждёт;
- приучайте к детскому саду постепенно – в течение 2-3 недель соблюдая щадящий режим сокращённого дня;
- будьте спокойны, старайтесь не нервничать, не показывать свою тревогу по поводу адаптации ребёнка к детскому саду, он чувствует ваши переживания;
- если Вам тяжело при расставании, попросите других членов семьи отводить ребёнка в детский сад. По возможности приводить малыша в сад должен кто-то один, будь то мама, папа или бабушка. Так он быстрее привыкнет расставаться;
- дайте ребёнку с собой любимую игрушку или предмет принадлежащий маме (ленту, платочек...) – это будет поддержкой;
- продумайте и отрепетируйте несколько способов прощания: воздушный поцелуй, крепкое рукопожатие... это отвлечёт от грустных мыслей, станет своеобразным ритуалом, будет со временем радовать и ребёнка, и родителей;
- не обманывайте ребёнка, забирайте домой во время, как пообещали;
- будьте внимательны к ребёнку, когда забираете его из детского сада. Поговорите о достижениях за этот день. Похвалите, порадитесь за него, выразите это в словах. Если не плакал, поощрите походом в парк...
- после детского сада погуляйте с ребёнком на детской площадке. Дайте подвигаться и поиграть в спокойные игры.
- устройте семейный праздник вечером. Например, семейное чаепитие, посвящённое достижениям в саду;
- в выходные дни резко не меняйте режим дня ребёнка;
- эмоционально поддерживайте малыша: демонстрируйте свою любовь и заботу, не скупитесь на похвалу, чаще обнимайте, поглаживайте, называйте ласковыми именами;
- уделяйте ребёнку больше своего времени, играйте вместе, каждый день читайте малышу;
- на время прекратите посещение с ребёнком многолюдных мест: цирка, театра;
- создайте спокойную обстановку в семье;
- будьте терпимее к его капризам, «не пугайте», не наказывайте детским садом;
- избегайте обсуждения при ребёнке волнующих проблем, связанных с детским садом.