

# КАК ПОМОЧЬ РЕБЕНКУ АДАПТИРОВАТЬСЯ К ДЕТСКОМУ САДУ

Часто от родителей можно услышать жалобы на то, что у детей трудно проходит адаптация к детскому саду. Когда ребёнок впервые начинает ходить в садик, а также после каникул или длительных болезней, то он капризничает, не хочет идти в садик. Время уже поджимает, родители опаздывают на работу, начинают нервничать, кричать, а дети при этом ещё сильнее ревут.

Настроение на целый день испорчено и у родителей и у ребенка. Что делать? Как ходить в садик без опоздания и в хорошем настроении? Далее разберем ошибки, которые часто совершают родители, поделюсь некоторыми инструментами коммуникации с ребенком в этот сложный для него период.

При системном применении этих рекомендаций при походе в садик общение с ребенком уже не будет создавать прежних проблем.









В таких ситуациях, отлично помогают инструменты коммуникации с ребенком. Какие? Сейчас, я Вам о них расскажу.

1. Активное слушание. Самое главное, чтоб успокоить ребенка, нужно успокоить себя. Для этого можно попить воды, посчитать до 20, а затем обнять малыша и разговаривать только в спокойном тоне, слушая его ответы.

2. Установить правила. Можно установить правило: если малыш без капризов и вовремя уходит в сад, то вечером будет прогулка в парке или на детской площадке.

3. Отвлечение. Хочу Вам рассказать 8 уловок переключения внимания ребенка:

• Псевдовыбор. Что ты будешь это или то: кашу гречневую или пшеничную, футболку красную или зеленую.

• Юмор на ситуации или на предметы. А давай прогоним капризку. Штанишки сговорились и спрятались и т.д.

• Парадокс. Отвлекь его из негативного состояния с помощью парадокса. Например, корова говорит «Гав»? , а может «Мау» и т.д.

• Странные вопросы: Ты сейчас тихо плачешь или громко? А можешь, еще тише.

• Игра. А давай, мы с тобой поиграем в дочки матери. Ты сегодня будешь чуть мамой и будешь меня учить чистить зубки.

• Фокус внимания:

Посмотри, какая погода за окном

Послушай, что там едет

Понюхай, как пахнет корица

Потрогай, какая приятная на ощупь

Попробуй, какой на вкус этот кусочек.

• Помощь маме. Отнеси бабушке, подай мне, пожалуйста вот ту тарелочку.

• Секрет. Хочешь, я только тебе расскажу секрет.

4. Позаботиться. А давай ты одну штанину оденешь, а я другую.

5. Похвалить. Какой ты молодец, что ты выбрал какую куртку тебе одеть, ты так здорово дошел до садика, без каприза.





