Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области средняя общеобразовательная школа №1 «Образовательный центр»

имени 21 армии Вооруженных сил СССР п.г.т. Стройкерамика муниципального района Волжский Самарской области

структурное подразделение «Детский сад «Солнышко»

«РОЛЬ РОДИТЕЛЕЙ В ПРОЦЕССЕ АДАПТАЦИИ РЕБЕНКА К ДЕТСКОМУ САДУ»

# (консультация для родителей)

Педагог-психолог:

Полева Г.П.

п.г.т. Стройкерамика 2022-2023 учебный год

# Консультация

**«Роль родителей в процессе адаптации ребенка к детскому саду»**

Быть родителями – это искусство. Однако, если художниками рождаются, то родителями становятся. Главное в этом процессе – проявить чуткость, понять переживания своего ребенка, уметь встать на его место, особенно в критические для него периоды, одним из которых, несомненно, является период привыкания ребенка к детскому саду.

Первое, что должны уметь родители, - быть спокойными во взаимоотношениях с малышом, уравновешенными и доброжелательно настроенными к детскому саду и воспитателям. Ребенку непременно передадутся эти чувства. Например: Мама Маши, очень неуверенная в себе женщина, перенесшая психологическую травму, вследствие которой она часто кричит на девочку, ей не хватает терпения в разрешении повседневных конфликтов с ребенком. Маша плохо адаптируется к детскому саду, капризничает, болеет. Улучшение произошло, когда папа, более уравновешенный и спокойный, стал приводить девочку в детский сад. Ваш образ жизни – семейная атмосфера, установки, ценности и взаимоотношения в семье являются главными факторами в развитии личности ребенка. Дети воспринимают нормы поведения в обществе, усваивая таковые в семье, на ее примере они учатся взаимодействию с людьми. 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 сказываются 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 отсутствии детей. Дайте ребенку понять, что он занимает в семье очень важное место, что он любим, что его интересы – это ваши интересы. Не бойтесь признаться в своей неправоте, если вы действительно были не правы: сорвались, незаслуженно поругали малыша.

Каждомуиз родителей надо избегать указаний, противоречащих мнению другого родителя; это сбивает ребенка с толку и порождает у него тревогу. Поэтому добивайтесь согласованности своих действий.

Ясно выражайте ребенку свои требования, мягко и доступно объясните, чего вы хотите от него. Например, недостаточно сказать «веди себя хорошо», если вы хотите тишины, а ребенок расшалился. Попросите его не шуметь (спокойно и доброжелательно, без раздражения).

Проявляйте свои мысли и чувства без агрессивности, внимательно слушайте ребенка.

Не забывайте оставлять времени для себя: почитайте, отдохните. Ваше спокойствие нужно, прежде всего, вашему малышу.

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

И еще один совет, который поможет и вам и ребенку пережить непростой период привыкания к новым условиям жизни: найдите спокойное уединенное место и 5 минут свободного времени. Вдохните носом воздух, выдохните ртом. Закройте глаза. Дыхание спокойное. Представьте своего ребенка, его личико, его одежду, вообразите его играющим в группе. Мысленно передайте ему свою любовь, силу, исходящую от вас … Откройте глаза, улыбнитесь.

Удачи вам и вашим малышам в привыкании ко второму дому – детскому саду.