**«Адаптация в детском саду от «а» до «я».**

**Консультация для родителей**

*Цель: познакомить родителей с особенностями привыкания детей к детскому саду; дать практические советы по облегчению прохождения этого периода детьми; рассказать о порядке прохождения адаптации в детском саду; помочь в установлении контакта с воспитателями.*

Большинство детей и их родителей рано или немного позже, сталкиваются с адаптацией к детскому саду. В среднем это происходит, когда ребенку чуть больше двух лет. Что же такое адаптация, к чему нужно привыкать ребенку, как сделать так, чтобы малыш прожил этот непростой период как можно легче, как самому справиться с переживаниями, как наладить диалог с воспитателями? Обо всем этом по порядку.

*Что же такое адаптация?* Не будем обращаться к толковому словарю, а скажем простыми словами. Адаптация – привыкание к новым условиям. Вот так просто звучит, но на деле это очень трудно для малыша 2 лет.

Если обратиться к опыту адаптации взрослого, например, к привыканию к новому месту проживания, учебы, работы, то мы вспомним как непросто бывает. Все новое, мы не знаем какие здесь правила, как все устроено, и постепенно находим ответы на все вопросы с помощью коллег, соседей, однокурсников. Буквально через пару дней мы уже знаем где срезать дорогу, чтобы быстрее дойти до автобусной остановки, где ближайший магазин, как на новом месте работы ходят на обед, с каким преподавателем можно себе позволить опоздать на 10 минут, а у какого лучше не садиться на первую парту.

Для ребенка 2-х лет существует огромная проблема – в большинстве случаев он не может сформулировать, что его тревожит, не может уйти если ему что-то не нравится, не может (в некоторых случаях) сказать, потому что еще не научился говорить и множество других проблем.

Помимо этого, ребенок впервые сталкивается с тем, что он будет без мамы, с чужой тетей, и ей нужно довериться. Ему нужно смириться с тем, что нужно как-то пережить свое «взросление», отделение от мамы. Нужно привыкнуть к шуму и большому количеству детей вокруг. Нужно привыкнуть, что не все желания исполняются тут же и что есть другие дети со своими желаниями, а чтобы тебе помогли одеться нужно подождать пока воспитатель освободится. Научиться самостоятельности: самому снимать штаны, отправлять ложку в рот, засыпать без укачиваний. Нужно привыкнуть к новому режиму дня, к новой еде, к новой кровати и правилам. Привыкнуть к тому, что бывает грустно по утрам, когда мама уходит. Привыкнуть к воспитателям, научиться доверять им и искать у них утешения, успокоения у такой незнакомой тети. Научиться делиться игрушками и договариваться с другими детьми, решать споры и разногласия. Так много всего, для 2-х летнего крохи.

*А что же в этот момент происходит с родителями?* С теми самими мамами и папами, которым пора выходить на работу из декретного отпуска. Родителям тоже приходится не сладко. Они переживают, волнуются, беспокоятся. И нельзя сказать, что из-за пустяков, страхи вполне обоснованы. Первое что беспокоит большинство родителей – воспитатели, которые будут работать с его ребенком. Ведь воспитатель проводит с детьми порой больше времени, чем родители в будние дни.

Как они будут разговаривать с моим малышом? А вдруг его будут обижать? А помогут ли ему с одеждой? Все что нужно оденут? Поправят тот самый ботинок, у которого молния немного заедает? Чем будут кормить? Тепло ли в группе? Есть ли там машинки, которые так любит мой сын? А безопасно ли в детском саду? А сможет ли моя принцесса сама уснуть? Не будут ли заставлять есть? Неужели, каждое утро ребенка будут от меня отрывать, потому что он сам не отходит? Как часто он будет болеть?

Тысячи вопросов возникают в голове у взволнованных родителей. Бывает, что они просто переживают от неведения, потому что отдают своего первого малыша в детский сад. А бывает, что имея собственный не самый положительный опыт, они опасаются, как бы такое же не произошло с их крохой. Если еще к этим переживаниям добавить рассказы и истории друзей, статьи и видеоролики из интернета, то можно нести валерьянку и не отдавать ребенка в детский сад.

Все эти переживания и тревоги вполне естественны, вот ваш малыш, который всегда рядом, которого в любой момент можно обнять, успокоить, который является смыслом вашего существования в этот момент. А теперь вы должны доверить присмотр за малышом совершенно незнакомому для вас человеку и, мало этого, доверить жизнь и здоровье своего самого родного существа – своего ребенка. Родителям нужно привыкнуть к тому, что малыш уже немного повзрослел и что-то может сам – надеть шапку, донести ложку до рта, сходить в туалет, заняться игрой. Нужно позволить ему постепенно отдаляться от себя, исследовать мир. Сложив все это вместе мы получим обоснованное основание для тревоги.

*Адаптация к детскому саду несколько отличается от других изменений, к которым нужно привыкать, в жизни человека, и ее необходимо проходить постепенно, желательно уделить адаптации от 2 недель до месяца. При этом начинать подготовку к ней следует не за один день до первого посещения детского сада, а желательно за пару месяцев до этого события.*

*С чего начать?*

* Стоит начать знакомить ребенка с детским садом примерно за 2-3 месяца до первого посещения. Начать следует с разговоров о том, что существует такое место как детский сад, для чего он нужен, что дети там делают. Подкреплять беседу можно иллюстрациями из книг (сейчас есть такие книги, которые помогают подготовить ребенка к детскому саду), а также с помощью мультфильмов.
* Формировать положительный образ детского сада – рассказывать о том, что в детском саду все сделано специально для детей: кровати, столы, стулья, раковины, унитазы, а значит ребенку там будет очень удобно. В детском саду много интересных игрушек, которые все можно рассматривать, трогать, играть с ними. В детском саду дети играют, кушают, гуляют. Специально для детей готовят вкусную и полезную еду, с помощью которой они быстро растут, становятся сильными и умными. В детском саду много ребят, с которыми можно подружиться и весело играть в разные игры.
* Родитель может объяснить почему он хочет, чтобы ребенок пошел в детский сад. Потому что маме/папе нужно выходить на работу (можно даже показать свое место работы, чтобы у ребенка было представление об этом месте), можно сказать, что вам ваша работа очень нравится, там много интересного, или «мне нужно ходить на работу, чтобы зарабатывать деньги на продукты, игрушки» и т.д. «Я буду утром приводить тебя в детский сад, ты там будешь играть, гулять, спать, а потом я буду забирать тебя домой, и мы будем вместе играть, обниматься, гулять» (свои варианты, что вы любите делать с ребенком). Желательно приводить в пример не материальную мотивацию.
* Также можно радостно готовиться к детскому саду выбирая новые сандалии, платье, игрушку, которую ребенок будет брать с собой в качестве своего друга.
* Когда вы будете проходить мимо детского сада, обращайте внимание ребенка на территорию детского сада, как там интересно. На детей, как здорово они играют. На то, что там есть воспитатель – взрослый, который всегда придет на помощь.
* Нужно рассказать ребенку о воспитателях. Что это взрослые тети, с которыми он будет в саду целый день, они будут вместе играть, петь, танцевать, читать книжки, гулять. А самое главное – они всегда помогут.
* За пару месяцев до начала посещения детского сада необходимо подстроить режим дня ребенка как можно ближе к режиму дня детского сада, чтобы во время адаптации для ребенка не было стрессом, что нужно утром вставать раньше на 2 часа, что днем нужно ложиться спать не в 15:00, а в 12:00.
* Желательно сделать ребенка как можно более самостоятельным – научить обуваться, снимать штаны, просить пить, мыть руки, ходить в туалет, отучить от соски и бутылочки, самостоятельно засыпать без укачиваний на руках.
* Ввести в рацион ребенка пищу близкую к той, которую он будет есть в детском саду. Пример детсадовского меню можно найти в интернете на сайте детского сада. Стоит разнообразить меню ребенка, давать ему твердую пищу, чтобы у него вырабатывался жевательный рефлекс.
* Играть с ребенком в игры, можно играть как одна из игрушек вашего ребенка идет в детский сад. Желательно научить ребенка играть с вами, а не только с гаджетами и музыкальными игрушками. Имея опыт такой игры, ему будет проще взаимодействовать со сверстниками и воспитателями.
* Гуляйте с ребенком утром до обеда, хотя бы 1-1,5 часа. Во время прогулок постарайтесь не предугадывать что сейчас чувствует ваш малыш – жару или холод. Не нужно молча одевать на него шапку или наоборот снимать кофточку. Нужно дать ребенку самому научиться понимать, что происходит с его телом. Если вы видите, что ребенок трясется от холода или обливается потом, то скажите ему об этом: «Я вижу, что ты трясешься, это значит, что ты замерз, давай я помогу тебе одеть кофточку». Этот навык очень поможет ребенку в детском саду.
* Будет здорово, если до посещения детского сада у ребенка будет опыт общения с другими детьми, а именно, как можно получить желаемую игрушку, которая сейчас у другого. Научить его обмену, что можно попросить. А если ты или другой ребенок не хочет делиться, то это нормально. Таким образом мы учим ребенка здоровой коммуникации и опыту переживания фрустрации – когда невозможно получить то, что он хочет.
* Помимо опыта общения с другими детьми, нужно дать ребенку опыт общения с другими взрослыми, расширить его «социальный горизонт». Я понимаю, что многим мамам бывает трудно доверить своего любимого малыша другим людям, даже если это ваш супруг или ваша свекровь. Но ребенку нужно научиться оставаться без вас на какое-то время, научиться взаимодействовать с другими взрослыми, объяснять им что он хочет, вы то понимаете его почти без слов.

*Все вышеперечисленное касалось ребенка, а теперь давайте вернемся к родителям.*

* Родителям стоит определиться с детским садом, выбрать в какой они хотят отдать своего ребенка, в тот, что ближе к дому/работе, в тот, что с лучшими условиями и ремонтом, или в тот, где им нравятся воспитатели.
* Следующий шаг – знакомство с воспитателями. Чем больше вы будете знать о воспитателях, тем вам будет спокойнее доверить им своего ребенка. Пообщайтесь лично с воспитателями, задайте все интересующие вас вопросы, расскажите о своих тревогах, об особенностях своего ребенка.
* Познакомьтесь с группой, в которую будет ходить ваш ребенок, осмотрите все помещения – раздевалку, спальню, туалет, саму группу. Пройдитесь по территории участка, на котором будет гулять ваш малыш. Убедитесь в безопасности территории, как взрослые заходят на территорию детского сада, есть ли камеры видео наблюдения вокруг здания детского сада, может ли ребенок сам выйти с территории во время прогулки.
* Сообщите об аллергиях ребенка, непереносимости каких-то продуктов и просто нелюбимых блюдах вашего ребенка, а лучше составьте памятку.
* Важный момент, для более легкой адаптации ребенка, желательно чтобы начало посещения детского сада не совпадало с другими стрессами: отучением от соски или подгузника, рождением другого ребенка, разводом родителей, переездом.

*Это была все предварительная работа, а теперь перейдем к тому моменту, когда мы уже отводим ребенка в первый раз в детский сад. Как и когда лучше начинать водить?*

* Лучше начинать с вечерней прогулки. Почему? Потому что вечером детей забирают и у воспитателя будет больше времени, которое он сможет уделить вам и вашему малышу. Также немаловажным является тот факт, что детей забирают и ребенок это видит. Что вот они играли с этой тетей, а потом за ними пришла мама и забрала домой. И другим детям будет не так обидно, что какой-то мальчик или девочка тут гуляет с мамой.
* Продолжительность первого посещения детского сада 1-1,5 часа. За это время вы покажете ребенку участок, на котором он будет гулять, познакомите его с воспитателем, покажите, как на участке все устроено – где песочница, где хранятся игрушки и т.д.

*Почему именно вы все показываете? Потому что ребенок вам доверяет, вас знает, и, если, вы говорите, пойдем посмотрим – он идет за вами. За чужой тетей он не пойдет. Желательно если вы будете делать это не с полным безразличием, а улыбаясь и завлекая ребенка с собой. Не просто перечислять что вы видите на участке, а пройти по территории, потрогать все, заинтересовать своего малыша.*

* Во время первой прогулки не стоит пытаться заставить ребенка знакомиться с другими детьми. Обычно дети 2-х лет еще не испытывают необходимости взаимодействовать с другими детьми, им интереснее взрослые. К детям они обращаются редко, когда им что-то нужно, например, их заинтересовала игрушка, которая в руках у другого малыша.
* После первой такой прогулки в детском саду закрепите с ребенком дома положительные моменты – было интересно, много игрушек, «а помнишь, как ты здорово лепил куличики или катался на той красной машине». Подчеркнуть достоинства воспитателя – была доброжелательной, помогала детям, обещала завтра показать что-то интересное и т.д. Еще раз подчеркнуть, что за детьми приходили родители, никого в детском саду не оставляют, все дети уходят домой.
* Следующее посещение – тоже прогулка. В этот раз дайте ребенку возможность самому походить по участку. Вы просто стоите в стороне, не убегаете, не прячетесь, просто терпеливо ждете. Ребенок будет периодически к вам подходить – показывать игрушки или просто проверять, на месте ли вы. Если вы видите, что ребенок спокойно себя ведет, ему тут нравится, он может взаимодействовать с воспитателем, то можно отойти на 10-15 минут. Перед этим, нужно предупредить о своем уходе ребенка, назвать причину своего ухода – в магазин за водой или булочкой, в машину за кофтой, позвонить по работе. Если ребенок спокойно вас отпустил, то стоит вернуться не позднее, чем вы обещали. Не стоит оставлять его на час. Дети хоть и не имеют представления о том, сколько длятся 15 минут и сколько длится 1 час. Но они понимают, что дойти за водой до машины это довольно быстро.
* Первые 2-3 посещения детского сада – это прогулка, продолжительностью до 2 часов.
* Следующий этап – приход в группу к завтраку. С этого момента вы оставляете ребенка в детском саду уже не на 2 часа, а на 4. За это время ребенок посетит завтрак, успеет погулять и пообедать. После обеда его нужно забрать домой.
* Как только вы начинаете приводить ребенка в детский сад непосредственно в группу, вам необходимо будет оставлять его там уже без вашего присмотра. Для первого посещения группы допустимо, что вы пройдете с ребенком в группу, покажете ему там все игрушки, места общего пользования (туалет, спальню). После того как ребенок немного освоится в группе, нужно перейти в раздевалку и там его подождать, не уходить без предупреждения.

*Такой уход «по-английски» ребенок расценит очень негативно. Для него весь мир перевернется, ведь «мама пропала». После этого случая он перестанет спокойно от вас отходить, ведь вы можете исчезнуть в любой момент.*

* Далее ребенок остается в детском саду с завтрака и до конца тихого часа. Можно принести для него пижаму, так ему будет проще, его любимую тряпочку или игрушку, с которой он обычно засыпает.

*Для того, чтобы ребенку было проще остаться в детском саду, ему необходимо знать как в этом самом саду все устроено и когда именно вы его заберете. Расскажите ребенку о режиме детского сада: в какой последовательности все происходит, что там можно делать. Что нужно делать если он захочет пить или писать. К кому обратиться, если не получается надеть штаны. Чем более интересно и ярко будет звучать ваш рассказ, тем спокойнее и увереннее ребенок будет чувствовать себя при первом посещении детского сада. Малышам гораздо спокойнее, когда они знают последовательность действий, их пугает неизвестность. Когда дети видят, что все происходит так, как говорила мама, то они более уверенны и расслаблены.*

* Чтобы с утра не тратить массу времени на уговоры остаться в детском саду, начните этот разговор с вечера. Проговаривайте с ребенком, что завтра он пойдет в детский сад, напоминайте о приятном (интересных игрушках, доброй воспитательнице, успехах ребенка). Проговаривайте, когда именно вы за ним вернетесь – после прогулки, после обеда, после сна. Для более понятного для ребенка объяснения можно использовать картинки с характерными действиями детей в детском саду (сидят за столом кушают, гуляют, спят, играют).
* Утром дома перед выходом снова проговорите что сейчас ребенок пойдет в детский сад, а вы отправитесь на работу, после того как он пообедает вы за ним вернетесь, и вы будете вместе что-то делать (играть, обниматься, готовить вместе его любимую кашу и т.д.), что-то приятное и интересное для ребенка.
* По дороге в детский сад, если ребенок расстраивается, что нужно с вами расстаться, если он переживает и нервничает, не нужно его за это ругать. Стоит вспомнить, что это маленький человек, ему всего 2 года и он еще не умеет справляться со своими эмоциями, они пока сильнее чем ребенок. Вспомнив все это, нужно согласиться с ребенком, сказать ему, что вы понимаете, что он расстраивается, переживает и пожалеть его. Принять его чувства, постараться его успокоить, ведь не бывает не правильных эмоций.

*Вспомните себя, в момент, когда вы переживаете и нервничаете, не думаю, что вам было бы приятно, если бы ваш друг или супруг сказал: «было бы из-за чего расстраиваться», «ничего страшного не случилось, нечего плакать», и это еще полбеды, а вот если этот человек крикнет на вас? Неприятно, правда?*

* В приемной (раздевалке) группы не стоит затягивать расставание. Тут можно повторить куда вы уходите, зачем и когда вернетесь (это лучше показать на таких же картинках как у вас дома). Можете придумать свой алгоритм прощания, после которого ребенок будет заходить в группу – 5 раз поцеловать, обняться, стукнуть кулачками, свой вариант. Все уговоры происходят дома.

*Не питайте иллюзий, что даже с этими советами ребенок пойдет на 100% без слез, но на 80% ему будет спокойнее и понятнее что происходит.*

* Для того, чтобы ребенку было проще в группе без вас он может взять с собой любимую игрушку. Игрушка будет его заменителем мамы, она пахнет домом, с ней спокойнее, она его друг.
* Одевайте ребенка по погоде, чтобы на прогулке ему было комфортно. Оставляйте в шкафчике достаточное количество запасной одежды, подгузников (если ваш ребенок пока их носит). В холодное время используйте варежки, а не перчатки, шапки на завязках, ботинки на липучках или молнии (без шнурков). Одевайте детей в одежду по размеру, чтобы ребенку было удобно, ничего не жало и не задувал ветер в короткие штанины/рукава.

*Следите за состояние одежды ребенка, чтобы она было сухой и опрятной. Воспитатели тоже люди, не всем хочется брать на руки или обнимать малыша, который всю неделю ходил в одной футболке, на которой можно разглядеть всю палитру супов за неделю.*

* Во время вашего отсутствия ребенок не раз будет грустить, вспоминать вас, может всплакнуть – это нормальное поведение. Если ребенок плачет и в течение 15 минут успокаивается, все в порядке. Не стоит изводить себя, через 2-3 недели ребенок привыкнет к новым условиям, воспитателям и будет спокойнее ходить в детский сад.

*Чтобы успокоить себя, можно попросить воспитателей прислать вам фотографию вашего ребенка через 30 минут после его прихода в детский сад, чтобы убедиться, что ребенок спокойно играет и выдохнуть.*

* Еще один важный момент – если вы обещаете, что придете за ребенком после обеда – не обманывайте своего малыша. Старайтесь забирать ребенка именно в тот момент, на который вы с ним договорились. Как только вы нарушите свое обещание, ребенок перестанет спокойно вас ждать, он будет больше нервничать, переживать, расстраиваться.

*Если уж случился какой-то форс-мажор, то позвоните воспитателю и предупредите, а тот в свою очередь поговорит с ребенком и успокоит его.*

* Детей 2-х лет не стоит оставлять в детском саду на все время работы учреждения. То есть приводить к открытию детского сада и забирать за 2 минуты до закрытия. Бывают разные жизненные ситуации, но постарайтесь забирать детей в светлое время суток, это касается осени и зимы.

*Осенью и зимою темнеет рано, и детям начинает казаться что уже наступила ночь, а мама за ними еще не пришла, и вот тут начинают проявляться тревога и паника.*

* Теперь перейдем к моменту, когда вы забираете ребенка из детского сада. По возможности можно приносить ребенку что-то (блестящий желудь, рисунок, который вы нарисовали для ребенка, новую заколку и т.д.), при этом можно сказать о том, что вы помнили про своего малыша пока были на работе. После вашего прихода ребенок может расплакаться, отчего так происходит? Не потому, что ребенку в детском саду плохо и его там обижают, а потому что он устал морально, он выдохнул и успокоился, что вы пришли. Ребенку просто нужно сбросить напряжение.

*Принимайте его эмоции, успокаивайте. В этот момент не стоит ребенка сравнивать с другими детьми, которые спокойно собираются домой, или грозить, что оставите его в детском саду.*

* По дороге домой разговаривайте с ребенком о его дне в детском саду, но говорите о чем-то положительном. Не нужно задавать вопросы в духе: «Тебя не обижали воспитатели?», «Тебя никто не бил?». Такие вопросы подсознательно настраивают ребенка против детского сада, в его голове возникает мысль, что в детском саду могут обидеть и там может быть плохо.

*То же самое касается и запугиваний детским садом. «Вот будешь себя плохо вести, оставлю тебя в детском саду», «Не умеешь ты спокойно играть, все время все ломаешь, вот Мария Ивановна тебя быстро научит как надо с игрушками обращаться». Выходит, что детский сад не место радости и веселья, интересных открытий, а какое-то исправительное учреждение для особо вредных детей, с которыми не могут справиться собственные родители.*

* Может быть еще и обратная ситуация, вы приходите за ребенком в детский сад, а он не хочет уходить домой. Что делать? Ограничить ребенка временем, но не словами «еще 5 минут», а конкретно «лепишь еще 2 куличика, и мы уходим», «скатишься еще 3 раза с горки и домой», «я считаю до 10, а ты катаешься на машине, потом уходим». И прям считаете сколько куличиков он слепил и сколько раз с горки съехал, медленно считаете до 10. Если ребенок после этого не согласен уходить, то объясняем ему, что все честно. Со временем он привыкнет уходить по вашей просьбе, нужно дать ему время.
* Постарайтесь во время адаптации уделять ребенку тройное внимание дома и на прогулке, напоминайте о садике, ребятах, воспитательнице, но только в положительном ключе. Не бойтесь слез ребенка – это нормальная реакция на стресс, он пока по-другому не умеет выражать свои эмоции.
* Старайтесь сохранять спокойствие, не плакать при расставании и не кричать на ребенка за медлительность или слезы. Если вы не можете сдержать слезы при расставании с ребенком, то пускай другой член семьи отводит его в детский сад – папа, старший брат, бабушка. Главное, чтобы этот член семьи держал себя достойно. В выходные придерживайтесь режима дня детского сада, это касается времени сна и обеда.

*Бывает такое, что во время адаптации у детей происходит регресс навыков. О чем речь. Вот ребенок пошел в детский сад, он уже может сказать, что хочет, и вдруг, после недели в детском саду, он перестает говорить. Или, ваш малыш дома исправно ходит на горшок и всегда просыпается с сухими штанами, и вот после начала посещения детского сада он стал писать в штаны во сне. Это реакция организма ребенка на стресс. Будьте к этому готовы и следите за отклонения в поведении и состоянии здоровья малыша.*

* Из-за изменившихся условий, стресса, обмена «болезнями» среди малышей, погодных условий, дети начинают болеть, при этом довольно часто. За первый год посещения детского сада, дети могут заболеть 10-12 раз. Будьте готовы к такому повороту событий.

*Поэтому, если заметили, что ваш ребенок стал вялым, стремится полежать, у него пропал аппетит, или появились явные признаки болезни – температура, кашель, сопли, оставляйте ребенка дома. Детский сад должны посещать здоровые дети! Во время адаптации очень трудно, а если ребенок еще и болен, у него вообще никаких сил не останется и болезнь может стать более тяжелой. Приведя больного ребенка в детский сад, вы делаете плохо всем: собственному ребенку, другим детям, воспитателям (им с вашим капризным ребенком быть целый день), и самим себе. Ребенка могут отстранить от посещения детского сада и вам придется уйти на больничный до полного выздоровления. Только после этого, вашего ребенка примут обратно со справкой, в которой будет указано, что ребенок здоров.*

* Дома ни в коем случае не обсуждайте при ребенке воспитателей – какие они вредные, делают что-то не так, не нравятся вам, вы им не доверяете. Даже если в этот момент ребенок сидит рядом и заинтересованно играет, он все равно на уровне подсознания воспринимает вашу интонацию и ваши переживания.
* Необходимо постараться установить партнерские отношения с воспитателями, эти люди будут находиться рядом с вашим ребенком значительное количество времени, помогать ему, приглядывать за ним, успокаивать его. Придерживайтесь позиции взаимного уважения, я говорю о позиции быть «на равных». То есть воспитатель не упрекает вас в том, что вы не воспитали своего ребенка, не научили его ходить на горшок, не отучили от соски и т.д. А вы в свою очередь не кричите на воспитателя и не идете жаловаться к заведующей, если в один из дней воспитатель вечером не гуляет с детьми, если у вашего ребенка не сложены аккуратно вещи в шкафчике, если у ребенка не поправлены манжеты штанов, если ребенок испачкал одежду на прогулке и т.д.

*Все мы люди и бывают ситуации, когда мы не можем договориться, или не понимаем друг друга. Старайтесь решать возникающие с воспитателями разногласия мирным путем, путем обсуждения, высказывания собственного мнения, ваших пожеланий. Но не забывайте о взаимном уважении и чувстве такта. Любую ситуацию можно обсудить и найти приемлемое для обеих сторон решение. Учитесь спокойно говорить о том, что вас не устраивает, слышать другого человека, принимать чужую точку зрения.*

* Период привыкания ребенка к детскому саду может растянуться от 2-х недель до пары месяцев. Если адаптация длится более 3-х месяцев, стоит обратиться за помощью к специалисту-психологу. Время адаптации зависит от индивидуальных особенностей малыша, как часто он будет болеть или пропускать посещение детского сада, от вашего поведения и отношений с воспитателями.

*Все вышеперечисленное должно помочь вам в понимании особенностей адаптации в детском саду. Теперь вам будет проще отдать ребенка в детский сад, помочь ему справиться с этим нелегким периодом в его жизни, наладить контакт с воспитателями.*

*Желаем вам: спокойствия, терпимости к собственным детям и взаимопонимания с воспитателями!*