

В детский сад без слез или как уберечь ребенка от стресса

**Емец Инга Станиславовна,
воспитатель**

- Не совершайте ошибки и не делайте перерывов в посещении – неделька дома не только не поможет малышу адаптироваться к саду, но и продемонстрирует ему, что есть и другой вариант, которого можно всеми силами добиться.
- Постарайтесь спланировать свое время так, чтобы в первую неделю посещения детсада ребенок не оставался там более двух- трех часов. В семье в этот период необходимо создать спокойный и бесконфликтный климат для вашего ребенка. Не реагируйте на его выходки и не наказывайте за капризы. Лучше на это время отмените все развлекательные мероприятия и сократите время просмотра телевизора и телефонов. Постарайтесь соблюдать такой же режим, как и в саду.





- Уделите ребенку как можно больше времени поиграть в домашние игрушки в детский сад, где какая-то из них будет самым ребенком. Понаблюдайте, что делает эта игрушка, что говорит, Помогите вместе с ребенком найти игрушки-друзей и порешайте проблемы с ребенком через нее, ориентируя игру на положительные результаты.

- Если ребенок стал агрессивным и раздражительным, не ругайте его. Главное помнить, что это тот же ваш любимый малыш. Проводите с ним время, больше обнимайте его, ложитесь или садитесь с ним рядышком, прочитайте его любимую книгу, и как можно чаще говорите, как сильно вы его любите.

