

Полезни съвети за успешна адаптация в детската градина

Предстои детето ви да тръгне на детска градина или пък са минали вече няколко месеца, но то още не се чувства добре там. Всяка сутрин се измъчвате и вие, и то, когато трябва да тръгвате. Ето няколко лесни стъпки, които могат да ви помогнат за по-лесна адаптация към градината.

Синхронизирайте правилата

За да се адаптира по-добре детето, вкъщи трябва да се подкрепят същите правила, каквито го очакват в градината, а именно – да се подреждат играчките след игра, да се храни на масата, а не пред телевизора, да се поддържа ред.

Често самите родители са хаотични, нямат създадени навици и затова и децата стават такива. Детето много лесно ще научи, че едно е изискването към него в градината, друго вкъщи и съответно няма как да се очаква промяна в поведението. То винаги ще предпочита по-лесния вариант. Дори и към него да се поставят правила, то няма да ги спазва, ако вижда, че примерът, който дават родителите, е противоположен. Единственото, което бихте предизвикали, ако изведнъж започнете да му поставяте граници, е реакция на съпротива. То ще усеща, че родителите му не вярват истински в изреченото, че се създава двоен стандарт. Негативизмът ще се насочи не само към тях, но и към правилото. Затова поне половин година преди стартиране на детската градина мама вече не бива да върви сама и да прибира играчките и пантофите. Важно е детето да вижда как всеки си подрежда собствените вещи и че има еднакви последствия за всеки вкъщи, ако не се спазват правилата.

Упражнявайте раздяла

Започнете да се разделяте с детето първоначално за кратко, а след това за по-дълго време. Ако детето от раждането си е отглеждано само от майката, известно време преди да тръгне на градина трябва да започне да свиква с нейното отсъствие. Оптималният вариант е да бъде оставяно за няколко часа с друг близък човек, но ако нямате на

кого да го оставите, може да се възползвате от услугите на детски парти центрове. Първоначално присъствайте на заниманията му, постепенно излизайте за половин-един час, докато то свикне с факта, че дори и да ви няма за известно време, бързо ще се върнете и никога няма да го изоставите. Изпращайки го на детска градина, тръгвайте без да вдигате много шум – все едно, че е нещо не кой знае какво. Забавянето подхранва надеждата, че няма да тръгнете.

Създайте си ритуал за сбогуване

Ритуалите действат успокоително (дори на възрастните), тъй като многократното повторение ги превръща в познати и сигурни неща. Това може да е специална целувка, помахане, жест, който е таен и само ваш.

Поддържайте позната обстановка

Месец преди тръгване правете редовни обиколки в двора на градината или около нея. Помолете персонала да ви допусне да се разходите в сградата за няколко минути преди първия ден.

Не отстъпвайте

Веднъж щом го заведете до входа на градината, не се изкушавайте да го вземете след десет минути. Дори и след като влезе, а вие обикаляте нервно наоколо и чувате, че продължава да плаче, не се поддавайте на паниката. Веднъж постигнало успеха да ви разколебае, гарантирано е, че ще опитва винаги и така успокояването му от страна на персонала става още по-трудно.

Спокойствие и позитивизъм

Важно е все пак да имате доверие в учителите, които ще се грижат за детето. За да бъдат на такава позиция, те са преминали през специален подбор, отговарят на необходимите изисквания и имат умения да се грижат за малки деца. Вашето безпокойство и непрекъснатото разпитване за начина, по който се грижат за детето ви, само доказва неспособността ви да се доверите и да предадете контрола върху него в ръцете на друг значим възрастен.