**«Рекомендации по адаптации»**

(Памятка для родителей)



Подготовила педагог-психолог

МАДОУ №27 «Радость»

Маскова С.Г.

**Как избежать сцен и манипуляций**

Ребенок чувствует, что "сцены" портят его отношения с родителями, а манипуляции мешают ему активно развиваться, поэтому он будет рад, если родители смогут с этим справиться. Сам он "остановиться" не может, ведь таким поведением он защищает себя от тревоги! Победить "сцены" помогут "ритуалы".

"Ритуал" - это порядок действий, который взрослые повторяют раз за разом. Например, уходя, мама всегда:

* на три минутки берет малыша на руки;
* целует и говорит, куда уходит и когда придет;
* говорит "пока-пока";
* если ребенок плачет - говорит, что ей очень жалко, что он грустит, но ничего не поделаешь, приходится расставаться;
* передает ребенка воспитателю;
* уходит.

Ритуал помогает потому, что учит ребенка ДОВЕРЯТЬ взрослым: ребенок хорошо знает, что мама уйдет, как она уйдет и когда вернется. Это доверие и знание снижает тревогу малыша.

***Никогда не говорите ребенку***

* "Не пускаешь меня на работу - не будет денег тебе на новую машинку!";
* "Ну пожалуйста, можно мама пойдет на работу?!";
* "Ты же большой мальчик (большая девочка)! Как тебе не стыдно плакать!";
* "Если будешь так реветь - уйду от тебя и вообще не приду!".

Важно помнить: эти фразы не только не помогают ребенку, но даже вредят, потому что в них есть УПРЕК. Упрек ребенку в том, что он МЕШАЕТ маме делать какие-то ее дела. Мамы говорят такие слова просто потому, что не знают, как успокоить малыша, а ребенок слышит, что он - помеха маме в ее жизни, и еще больше переживает, тревожится и, как следствие, капризничает.

Терпения вам и оптимизма!

***Как вести себя с ребёнком***

* показать ребёнку его новый статус (он стал большим);
* не оставлять его в детском саду на длительные сроки в первые дни;
* обратить внимание на положительный климат в семье;
* следует снизить нервно-психическую нагрузку;
* сообщить заинтересованным специалистам о личностных особенностях ребёнка, специфике режимных моментов и т.д.;
* при выраженных невротических реакциях не посещать учреждение несколько дней.

***Как не надо вести себя с ребенком***

* отрицательно отзываться об учреждении, его специалистах;
* не обращать внимания на видимые отклонения в поведении ребёнка;
* препятствовать контактам с другими детьми;
* увеличивать нагрузку на нервную систему;
* одевать ребёнка не по сезону;
* конфликтовать дома, наказывать ребёнка за капризы.

*Уважаемые родители! Мы надеемся, что наши рекомендации помогут Вам и Вашему малышу как можно легче и спокойнее пройти этот нелегкий, но очень важный период в жизни.*