

Готовимся к детскому саду заранее

Как подготовить ребенка к тому, что в детском саду он будет оставаться без мамы? Такую подготовку нужно начинать не ранее, чем угаснет сепарационная тревога, то есть примерно после полутора лет. Начиная с этого возраста, малыши уже не испытывают слишком сильного страха при разлуке с мамой, способны более-менее спокойно «подпустить» к себе малознакомого



взрослого человека. Конечно, это не означает, что ровно в полтора года ваше чадо вдруг станет совершенно независимым от вас и начнет с радостью встречать любого гостя. Настороженность по отношению к незнакомцам может сохраняться еще довольно долго, до 3х лет, а уж до конца второго года жизни будет присутствовать почти наверняка. *Если и после 3х лет жизни ребенок остается крайне пугливым, ни на шаг не отходит от мамы, нужно задуматься:* правильно ли вы выстраиваете свои отношения с малышом, не поддерживаете ли в

нем эту тревожность? Возможно, имеет смысл обратиться к детскому психологу. Ну а как правило, в полтора-два года дети начинают обретать некоторую независимость от мамы. Может быть, вы и прежде оставляли малыша на какое-то время с бабушкой или няней. Если же такого опыта у Вас не было, теперь неплохо бы о нем позаботиться. Трудно назвать точный возраст ребенка, в котором его следует «отрывать» от мамы: одни малыши более общительны, уверены в себе, другие-менее. И все-таки, третий год жизни – это период, когда ребенку уже не очень полезно проводить время только лишь с родителями.

Начинать лучше издалека. Попробуйте сходить с ребенком в гости – конечно, не на шумную вечеринку. Не требуйте от него, чтобы он немедленно поразил всех своей общительностью и прекрасными манерами. Предупредите родственников и друзей, чтобы они не форсировали события, не стремясь с порога «подружиться» с малышом. *Всякий раз, когда ребенок встречается с незнакомым или малознакомым взрослым, давайте ему возможность присмотреться к этому человеку.* Пусть малыш сидит у вас на коленях или даже прячется за спину. Возможно, убедившись в том, что незнакомый человек не представляет опасности (ведь вы-то его не боитесь!), через некоторое время он сам пойдет к нему, чтобы познакомиться. Не исключено, что для этого понадобится не одна, а несколько встреч. Важно, чтобы ребенок имел возможность самостоятельно устанавливать дистанцию и темпы ее сокращения. Постепенно малыш будет узнавать, что на свете есть и другие хорошие взрослые люди, кроме мамы с папой и бабушки с дедушкой. Кому-то может показаться, что всё это имеет мало отношения к детскому саду, куда ребенок пойдет через года или два. На самом деле такое последовательное, спокойное приучение малыша к посторонним взрослым имеет огромное значение для благополучной адаптации его и в детском саду, и в школе, и в обществе в целом.

После того как вы убедитесь в том, что в Вашем присутствии ребенок спокойно общается с другими взрослыми, можно попробовать оставлять его с кем-то из знакомых уже без вас. На роль временной «няни» лучше всего подойдет даже не бабушка, с которой малыш и так, наверное, проводит немало времени, а какая-нибудь ваша подруга. Для начала достаточно оставить ребенка на час-другой, постепенно время можно увеличивать. Главное, всегда говорите малышу, когда вы вернетесь и, конечно, сдерживайте своё обещание. Таким образом, малыш будет понимать, что ваше временное отсутствие – совсем не катастрофа и что вы всегда возвращаетесь к нему.

Маме на заметку

Если у вас есть такая возможность, уже в два года (и даже раньше) Вы можете походить с малышом в какой-нибудь игровой центр, группу раннего развития и т.п. Сейчас таких заведений существует огромное количество, НО совсем не стоит отводить маленького ребенка туда, где он должен оставаться один. Малышу не требуется никакого «развития», ради которого приходилось бы отрывать его от мамы, когда он к этому совершенно не готов. А вот занятия, которые малыши могут посещать вместе с мамой, - это то, что нужно! При чем основной целью должно быть не интеллектуальное развитие крохи, а именно постепенная адаптация к социуму. Понемногу малыш знакомится с педагогом, ведущим занятия, привыкает к тому, что в определенных условиях «главным» взрослым может быть не мама, а кто-то другой, - и при этом совсем не испытывает тревоги, поскольку мама все-таки находится рядом. Возможно, Вы будете приятно удивлены тем, что Ваш еще недавно застенчивый ребенок приобретает уверенность и самостоятельность. Этому волшебному превращению немало способствует то, что в игровой комнате много соблазнительных игрушек и пособий, которые привлекают внимание ребенка: заинтересовавшись ими, он попросту забывает о том, что должен цепляться за Вашу руку!