**Консультация
«ваш ребенок пошел в детский сад»**

Вы решили отдать своего ребенка в детский садик или ясли, но вот вопрос – как он сам воспримет то, что мама, которая раньше постоянно была рядом, теперь будет появляться только вечером, а вместо нее целый день придется быть с воспитателем и еще десятком других ребятишек, каждый из которых претендует на ее внимание? Как вообще происходит адаптация и что это, собственно говоря, такое? Адаптация – это приспособление организма к новой обстановке (для ребенка детский садик несомненно является новым, еще неизвестным пространством), новому окружению и новым отношениям. Адаптация включает широкий спектр индивидуальных реакций, характер которых зависит от психофизиологических и личностных особенностей ребенка, от сложившихся семейных отношений, условий пребывания в дошкольной организации, то есть каждый ребенок привыкает по-своему.

Однако можно отметить некоторые закономерности, о которых следует рассказать родителям. Во-первых, надо помнить, что до 3 лет ребенок не испытывает потребности в общении со сверстниками: она пока не сформировалась. В этом возрасте взрослый выступает для ребенка как партнер по игре, образец для подражания и удовлетворяет потребность малыша в доброжелательном внимании и сотрудничестве. Сверстники этого дать не могут, поскольку сами нуждаются в том же. Поэтому нормальный ребенок не может быстро адаптироваться к садику, поскольку сильно привязан к матери и ее исчезновение вызывает бурный протест, особенно если малыш впечатлительный и эмоционально чувствительный.

Вновь пришедшие дети испытывают страх перед незнакомыми людьми и новыми ситуациями общения. Этот страх – одна из причин затрудненной адаптации ребенка к садику. Нередко боязнь новых людей и ситуаций приводит к тому, что ребенок становится более возбудимым, ранимым, обидчивым, плаксивым, он чаще болеет, так как стресс истощает защитные силы организма. Кстати, мальчики 3–5 лет более уязвимы в плане адаптации, чем девочки, поскольку в этот период они больше привязаны к матери и более болезненно реагируют на разлуку с ней. У эмоционально неразвитых детей адаптация, наоборот, происходит легко: у них нет сформированной привязанности к матери. Психологи указывают на следующий парадокс: чем раньше ребенок будет отдан в дошкольную организацию (например, до 1 года), тем более он будет коллективистски настроен в дальнейшем. Первичный эмоциональный контакт такой ребенок установит не с матерью, а со сверстниками, что не лучшим образом скажется на развитии его эмоциональной сферы – в дальнейшем такой ребенок не сможет испытать глубокого чувства любви, привязанности, сострадания. Таким образом, чем более развита эмоциональная связь с матерью, тем труднее будет проходить адаптация. К сожалению, проблемы адаптации преодолевают не все дети, что может привести к развитию невроза.

Если адаптация к яслям или детскому саду не произошла в течение 1 года и более, то это сигнал родителям, что с ребенком не все в порядке и нужно обратиться к специалисту.

Что можно порекомендовать?

Если ребенок страдает нервным нарушением, то отдавать его в детский сад нужно не раньше 3 лет – для девочек и 3,5 лет – для мальчиков.

Если ребенок – единственный в семье, часто болеет, испытывает страхи, то его вхождение в детский сад должно быть постепенным. Сначала его нужно привести в группу, познакомить с воспитателями, ребятами, посмотреть вместе игрушки, вызвать интерес к новому окружению и – вернуться домой. Затем несколько раз можно приводить ребенка в сад и забирать до начала дневного сна. В зависимости от поведения ребенка время пребывания нужно постепенно увеличивать.

Дома следует побольше играть с ним в подвижные эмоциональные игры, поскольку в детском саду ребенок чувствует себя скованно, напряженно, а если не разрядить это напряжение, то оно может стать причиной невроза.