**Ребенок плачет в детском саду: советы психолога**



Первый поход в детский сад – необходимость, без которой не обойтись. Во-первых, родители вряд ли могут себе позволить воспитывать малыша дома, поскольку им нужно ходить на работу, во-вторых, только в детском саду он получит достаточное количество общения со сверстниками и множество различных знаний, которые разовьют его и подготовят к школе. Тем не менее для ребенка, всю жизнь до этого бывшего практически неразлучным с мамой и домом, это настоящее испытание.

*Неудивительно, что многие дети плачут в подобной ситуации, но не отправлять их в детский сад практически невозможно, поэтому рассмотрим, как решить данную проблему.*

**Чего нельзя делать родителям в подобной ситуации?**

* Если ребенок уже пошел в садик и постоянно там плачет, **не вздумайте ругать его за это**. Во-первых, агрессия испугает его еще больше и станет дополнительным поводом для слез, во-вторых, поймите – он просто маленький и нуждается в защите.
* **Не стоит заставлять ребенка пообещать, что он больше не будет плакать** и тем более бессмысленно потом апеллировать к тому, что он пообещал. Даже взрослые далеко не всегда сдерживают свои сознательно данные обещания, а для малыша этот ритуал – вообще полная абстракция, он пока не понимает его сути, а может и попросту забыть. В конце концов, он же не потому плачет, что хочет вас разозлить, а потому, что не может решить какую-то свою проблему, так что лучше бы вы помогли ему в этом.
* НЕЛЬЗЯ **пугать малыша тем, что за постоянный плач его оставят в детском саду навсегда.**Этим вы создаете четкую ассоциацию «детсад – это наказание», а кто согласится ни за что терпеть наказание ежедневно, пусть и с перерывами на ночь?
* По этой же причине не стоит при ребенке **критиковать воспитателей**, даже обоснованно – сложно объяснить малышу, почему вы осознанно отдаете его тете, которую сами назвали плохой.
* Не стоит оставлять ребенка дома просто потому, что он плачет и [отказывается идти в садик](https://o-krohe.ru/psihologiya/rebenok-otkazyvaetsya-idti-v-sadik/). Если это можно сделать сегодня, то почему нельзя и завтра? Его мнение могло бы измениться, если бы он пошел туда и увидел, что там не так уж плохо, если же причины нежелания вполне конкретные, пусть скажет о них прямо. **Потакая слезам, вы просто разбалуете ребенка и потеряете над ним контроль.**
* Дети боятся, что родители, оставив их в саду, уже за ними не придут – разубедите чадо в возможности такого развития событий,**но не используйте слово «скоро».**Дети младшего детсадовского возраста имеют весьма относительное представление о времени, тем более что раньше вы не оставляли их одних надолго, так что «скоро» – это считаные минуты. Время идет, а мама все не приходит – получается, не сдержала обещание. Значит, может вообще не прийти, а это уже хороший повод поплакать.

**Как помочь малышу в адаптации?**

* Малыша очень пугает то, что раньше вы оставляли его максимум на полчаса, а теперь бросили на целый день. Приучайте его к садику постепенно – пусть сначала ходит туда на пару часов, потом на три и так далее, чтобы избежать чрезмерного стресса.
* Пройдитесь по нескольким детским садам, в идеале – с малышом. Так и вы лучшее учреждение подберете, и он получит возможность заранее составить мнение о предстоящем как о чем-то нормальном, не являющемся проблемой.
* Пусть изменения придут в жизнь ребенка постепенно. Если он привык долго спать и большую часть времени сидеть дома, проведите репетиции – сначала просто будите его в предполагаемое время, затем добавьте сборы, а дальше выводите его на прогулки, которые однажды приведут прямиком в детский сад.
* Если вы сдаете малыша в садик довольно поздно, попробуйте словами объяснить ему, в чем польза новых знакомств и круга общения. Не забудьте и о том, что обычно это не дается в первый же момент, так что сначала надо немного потерпеть.
* Чтобы ребенок не думал, что его бросили, дайте ему четкую привязку к расписанию, дабы он знал, что родители действительно не забыли о нем, просто еще слишком рано.

*Не указывайте время и не говорите абстракциями, а назовите конкретный момент – после обеда, после прогулки, после сна.*

* Пусть малыш учится общаться с другими детьми заранее – хотя бы в той же песочнице. Можно попробовать сымитировать ситуацию и дома, в ролевой игре по мотивам детского сада.
* Пусть маленький возьмет с собой нечто привычное, дорогое своему сердцу. Лучше всего подойдет, конечно же, любимая игрушка.
* Постарайтесь сами не создавать поводов для детского волнения. Ребенок с утра не должен быть накрученным, так что не нервничайте и не суетитесь, даже если подозреваете, что опоздаете на работу.
* Демонстративно дружелюбно общайтесь с персоналом учреждения – пусть малыш видит, что его оставляют не кому-нибудь, а действительно хорошим тетям. Опять же, если карапуз остается в хороших руках и его потом заберут, то почему мама плачет и не хочет прощаться с маленьким? Покажите уверенность в том, что ничего плохого случиться не может.
* Вечерами интересуйтесь состоянием дел ребенка. Самостоятельно проговорив свой день, малыш сам поймет, что ничего плохого не произошло. *Если же имеют место какие-то действительно нехорошие явления, то вы как раз о них узнаете, даже если сам малыш почему-то о них не рассказывал.*