**Адаптация ребенка к детскому саду (советы психолога)**

**1. Расскажите малышу «суровую правду жизни»**

Сколько бы ребенку не было лет, ему следует объяснить почему надо ходить в детский сад. Можно сказать: «Детский сад – это место, где о тебе позаботятся, и ты сможешь играть, пока мы на работе» или: «Мама и папа хотят, чтобы ты встретил новых друзей, а в детском саду это очень удобно».

**2. В первые дни побудьте с ребенком в детском саду**

Для ребенка, который только пойдет в детский сад, будет некоторым утешением, если в первый раз вы проведете с ним несколько часов в детском саду, вместе. Поговорите с воспитательницей, чтобы малыш увидел, что этот человек нравится маме и папе и что он совсем не такой страшный, каким кажется.

**3. Распишите заманчивые картины**

Расскажите ребенку, какие у него появятся замечательные друзья. Попытайтесь заинтересовать его чем-нибудь, что у него будет в детском саду, чего он лишен дома. Например, в детском саду есть аквариум или живой уголок, или огромная педальная машина, какой дома нет.

**4. Прощайтесь весело**

Не затягивайте расставание долгими объятиями, поцелуями и сладкими обещаниями. Если малыш заметит родительскую тревогу, он решит, что для нее, видимо, есть какой-то серьезный повод. Обнимите ребенка, поцелуйте, скажите, когда вы за ним зайдете, и оставьте, улыбнувшись – независимо от того, рыдает он или нет.

**5. Не уходите потихоньку**

Хотя иногда кажется, что лучше уйти потихоньку, пока ребенок поглощен игрой, не делайте этого. Пропажа мамы или папы – самый страшный кошмар. Дайте знать, что вы уходите.

**6. Дайте понять: детский сад – это не навсегда**

Расскажите своему малышу, чем вы займетесь с ним этим вечером, чтобы он понял: детский сад – это не навсегда. Принесите что-нибудь небольшое, но памятное, и тревога немного уменьшится. Детский сад станет не таким страшным местом, если оставить ребенку его любимую игрушку.

**7. Поинтересуйтесь, чем занимается малыш в саду**

Бывает, что прошло несколько недель, но момент расставания по-прежнему мучителен: ребенок плачет и кричит, когда вы уходите. Однако возможно, что, как только вы скрываетесь из виду, он забывает обо всем печальном и весело играет весь остаток дня. Узнайте у воспитательницы, как он ведет себя днем. Если ребенок быстро успокаивается после вашего ухода, можно больше не волноваться.