***Мама и папа ведут меня в детский сад!***  
Желтый лист кружит и вьется,  
Дождик капает и льется,  
Покраснели уж рябины,  
Висят нити паутины.  
( З. Письман «В сентябре в лесу»)  
Да, сентябрь подкрался незаметно. Наступила пора вести ребенка в детский сад.   
Детский сад – это новый этап в жизни ребенка. Но не только для ребенка. Для вас, дорогие родители, это тоже новый этап жизни. Для тех, кто ведет первого ребенка в детский сад – незнакомый.  
Родители отдают ребенка в детский сад по *разным причинам*:   
  
родителям надо работать, чтобы обеспечивать себя и ребенка,   
в детском саду ребенок учиться общению в коллективе, учиться уважать других, чтобы другие уважали его,  
ребенка подготовят к обучению в школе.  
Но даже, если это решение не связано с серьезными жизненными потребностями семьи (например, обязательный выход мамы на работу), оно поселяет чувство тревоги у тех, кто близок ребенку. Именно тревоги, а не безграничной радости и успокоенности. Чем ближе день, когда родители поведут ребенка в детский сад, тем чаще дают о себе знать *следующие проявления*:  
  
родители и их родители (то есть бабушки и дедушки) начинают вспоминать эпизоды из личного опыта. Причем в первую очередь вспоминаются эпизоды отрицательного характера;  
все чаще на детской площадке крутятся разговоры о детском саде: «А вы ходите в детский сад? Как там?;   
ускоренно пытаются привить ребенку не только культурно – гигиенические навыки (умение пользоваться туалетом, мыть руки и лицо, есть и пить самостоятельно, раздеваться и одеваться), но и поведенческие (как общаться с другими детьми, как слушать и выполнять просьбы взрослых);  
все чаще взрослые в общении с ребенком и друг с другом используют слова «детский сад» и «воспитательница»: «Вот пойдешь в детский сад … Что скажет воспитательница, когда увидит такое …?  
  
И вот ребенок пошел в детский сад. У него начался сложный период адаптации к условиям детского сада. У родителей тоже начинается свой процесс адаптации. *Адаптирующегося родителя отличает*:  
повышенная тревожность;  
обостренное чувство жалости к ребенку и к себе;  
преобладание интереса ко всему, что связано с обеспечением жизнедеятельности ребенка (еда, сон, туалет);  
повышенное внимание к педагогам (от усиленного контроля до заискивания);  
многословность (задает много вопросов, интересуется подробностями и деталями из прожитого ребенком дня).  
  
Но вы, дорогие наши мамы и папы, должны больше думать о ребенке. Поэтому вы *не должны*:  
наказывать или сердиться на малыша за то, что он плачет при расставании или дома при упоминании, что надо идти в детский сад. Помните: он имеет право на такую реакцию. Дети этого возраста еще не умеют держать обещанное слово, поэтому не надо строго напоминать о том, что «он обещал не плакать». Лучше опять напомните ему, что вы обязательно за ним придете.  
пугать ребенка детским садом. Если вы хотите, чтобы детский сад стал для ребенком любимым и безопасным местом, не надо говорить ему такие слова: «Вот будешь себя плохо вести, опять пойдешь в детский сад».  
плохо отзываться о воспитателях и саде при ребенке. Это может навести малыша на мысль, что сад - нехорошее место и там его окружают плохие люди. Тогда тревога не пройдет вообще.  
нельзя обманывать ребенка, говоря, что вы придете очень скоро, если малышу, например, предстоит оставаться в садике полдня или даже полный день. Пусть лучше он знает, что мама придет нескоро, чем будет ждать ее целый день и может потерять доверие к самому близкому человеку.  
  
**Наоборот, близкие ребенку люди *должны*:**  
Настраивать ребенка на мажорный лад. Внушать ему, что это очень здорово, что он дорос до сада и стал таким большим.   
Не оставлять его в дошкольном коллективе на целый день, как можно раньше забирать домой.   
Создать спокойный, бесконфликтный климат для него в семье.   
Щадить его ослабленную нервную систему.   
Не увеличивать, а уменьшать нагрузку на нервную систему. На время прекратить походы в цирк, в театр, в гости. Намного сократить просмотр телевизионных передач.   
Как можно раньше сообщить врачу и воспитателям о личностных особенностях малыша.   
Не кутать своего ребенка, а одевать его так, как необходимо в соответствии с температурой в группе.   
Создать в воскресные дни дома для него режим такой же, как и в детском учреждении.   
Не реагировать на выходки ребенка и не наказывать его за детские капризы.   
При выявленном изменении в обычном поведении ребенка как можно раньше обратиться к детскому врачу или психологу.   
При выраженных невротических реакциях оставить малыша на несколько дней дома и выполнять все предписания специалиста.  
**Чтобы ребенку было легче с вами расставаться,** создайте свой *«ритуал прощания»*:  
надо переодеть ребенка,   
собрать свои вещи,   
поцеловать ребенка, сказать, что скоро за ним придете, а сейчас вам надо на работу (в магазин, встретить бабушку, по делам),  
взять ребенка за руку и подвести к двери в группу, отдать воспитателю. Кстати, брать вашего ребенка на руки воспитатель не обязан. Не всем здоровье позволяет!  
и сразу уйти!  
Если вам хочется ввести в ритуал прощания махание рукой в окошко, то пожалуйста! Но это не очень удобно тем, что если вы забудете потом как – нибудь это сделать, то стресс вашему ребенку обеспечен. И не надо махать по полчаса!