Тренировать, буквально с самого рождения, систему адаптационных механизмов у ребенка и приучать заблаговременно к таким условиям и  ситуациям, в которых ему надо менять формы поведения. Надо с самого начала дать понять ребенку, что вы его любите, но в то же время вы не можете уделять ему столько времени, сколько он хочет, потому что у вас есть еще важные дела. Если есть возможность приводить к нему в гости других маленьких детей, чтобы он знал, что он не один в мире маленький, есть еще такие же и даже меньше.

Отправить в детский сад ребенка лишь при условии, что он здоров. Потому что при поступлении в детский сад под действием стресса, его иммунная система ослабевает,  и достаточно чихнуть рядом с ним, как он тут же заболеет. Это ведет за собой прерывание адаптационного процесса, что ухудшает процесс адаптации. Таким образом, можно сделать вывод, что необходимо повысить роль закаливающих мероприятий. По поводу закаливания можно проконсультироваться у врача.

Заранее узнать все новые режимные моменты в детском саду и ввести их в режим для ребенка дома. Это поможет вашему ребенку быстрее адаптироваться к условиям детского сада. Ребенку с нарушением зрения очень сложно привыкнуть к новому окружению, а тут еще будет новый режим дня. Из-за непривычки он может отказаться от еды, сна. Что влечет за собой в дальнейшем отсутствие аппетита, сна. Это в свою очередь, усложняет процесс адаптации.

Если есть возможность, как можно раньше познакомить малыша с детьми в детском саду и с воспитателями группы, куда он в скором времени придет.

Волнующие вас проблемы, связанные с детским садом обсуждать при условии, если малыш вас не слышит. Он не должен знать, что детский сад стал источником проблем для мамы и папы. Детский сад станет чем-то плохим в воображении ребенка, а это значит, что там его ничего хорошего не ждет.

Необходимо настроить малыша как можно положительнее к его поступлению в детский сад.

Готовить вашего ребенка к временной разлуке с вами и дать понять ему, что это неизбежно только потому, что он уже большой. Ведь для ребенка очень важно, что вы его уже считаете взрослым. Необходимо внушать ему, что это очень здорово, что он дорос до сада и стал таким большим. Он будет делать все, чтобы не разочаровать вас. Еще лучше будет, если он знает ребенка постарше, который ходит в тот же детский сад. Объяснять ребенку, что он для вас, как и прежде, дорог и любим. Ребенку необходимо знать, что вы его любите.

Будьте спокойны и уверены накануне поступления ребенка в детский сад. Знайте, что все ваши переживания, тревоги передаются ребенку и разворачиваются в его крохотном сознании с полным размахом.

Планировать свой отпуск так, чтобы в первый месяц посещения ребенка нового организованного коллектива у вас была бы возможность оставлять его там не на целый день и даже сначала посидеть вместе с ним. Пусть первые дни посещения детского сада станут для него приятными и оставят положительный отпечаток.