• Тренировать, буквально с самого рождения, систему адаптационных механизмов у ребенка и приучать его заблаговременно к таким условиям и ситуациям, в которых ему надо менять формы поведения.

• Не обсуждать при малыше волнующие вас проблемы, связанные с детским садом.

• Заранее узнать у участкового врача, какой тип адаптации возможен у ребенка по прогностическим критериям, и своевременно принять все меры при неудовлетворительном прогнозе.

• Устранить устраняемые анамнестические факторы риска, связанные с условиями социальной среды.

• Как можно раньше провести оздоровительные или корригирующие мероприятия, которые назначил врач.

• Отправить в детский сад ребенка лишь при условии, что он здоров.

• Не отдавать ребенка в детский сад в разгаре кризиса трех лет.

• Заранее узнать все новые моменты в режиме дня в детском саду и их ввести в режим дня ребенка дома.

• Повысить роль закаливающих мероприятий.

• Оформить в детский сад по месту жительства.

• Как можно раньше познакомить малыша с детьми в детском саду и с воспитателями группы, куда он в скором времени придет.

• Стараться отдать его в группу сада, где у ребенка есть знакомые ровесники, с которыми он раньше играл дома или во дворе.

• Настроить малыша как можно положительнее к его поступлению в детсад.

• "Раскрыть секреты" малышу возможных навыков общения с детьми и взрослыми людьми.

• Учить ребенка дома всем необходимым навыкам самообслуживания.

• Не угрожать ребенку детским садом как наказанием за детские грехи, а также за непослушание.

• Готовить вашего ребенка к временной разлуке с вами и дать понять ему, что это неизбежно лишь только потому, что он уже большой.

• Не нервничать и не показывать свою тревогу накануне поступления ребенка в детский сад.

• Планировать свой отпуск так, чтобы в первый месяц посещения ребенком нового организованного коллектива у вас была бы возможность оставлять его там не на целый день.

• Все время объяснять ребенку, что он для вас, как прежде, дорог и любим.