

Как уменьшить стресс ребенка в адаптационный период

Скоро Вам вместе с Вашим малышом предстоит начать новую жизнь - Ваш ребенок идет в детский сад. Чтобы он успешно адаптировался к новым условиям, хотим предложить Вам несколько рекомендаций:

- Постарайтесь создать в семье спокойную, дружескую атмосферу.
- Установите четкие требования к ребенку и будьте последовательны в их предъявлении.
- Будьте терпеливы.
- Формируйте у детей навыки самообслуживания и личной гигиены.
- Поощряйте игры с другими детьми, расширяйте круг общения со взрослыми.
- Когда ребенок с Вами разговаривает, слушайте его внимательно.
- Если Вы увидите, что ребенок что-то делает, начните "параллельный разговор" (комментируйте его действия).
- Говорите с малышом короткими фразами, медленно; в разговоре называйте как можно больше предметов. Давайте простые и понятные объяснения.
- Спрашивайте у ребенка: "Что ты делаешь?" На вопрос "Почему ты это делаешь?" он ответит, когда подрастет.
- Каждый день читайте ребенку.
- Заботьтесь о том, чтобы у ребенка были новые впечатления: ведь лето - прекрасная пора для открытий!
- Занимайтесь с малышом совместной творческой деятельностью: играйте, лепите, рисуйте...
- Поощряйте любопытство.
- Не скупитесь на похвалу.

Радуйтесь Вашему малышу!