**Психологическая подготовка ребенка к садику**

На вопрос — с какого возраста лучше отдать ребенка в детский сад нет однозначного ответа. По наблюдениям, дети в возрасте 3 лет внутренне более готовы отпустить маму и уже склонны принимать логические доводы, поэтому с ними легче «договориться». Малышу в 1-1.5 года трудно что-либо объяснить, но некоторые малыши быстрее адаптируются в этом возрасте к садику. В общем, это очень индивидуально. Но есть и достаточно общие моменты, которыми я хочу поделиться.  
Желательно заблаговременно подстроиться под режим сада. Важно заранее начать говорить о садике с ребенком, стараясь создать в его сознании положительный образ сада и отношения к нему. Важно, что бы в этом процессе принимали участие все члены семьи. Очень хорошо погулять немного на территории садика и при возможности предпринять экскурсию внутрь, чтобы малыш увидел и «понюхал» будущий второй дом. Обонятельная память очень сильна, и пусть специфический запах садика -смесь запаха хлорки и детской кухни отложится в его памяти, ассоциируясь с чем-то позитивным. Потому, что часто мамы ознакомительно прогуливают детей на площадках садика, малышам нравится, они хотят в садик, но когда реально туда приходят и видят группу с множеством незнакомых детей, чувствуют незнакомые запахи — часто пугаются и весь положительный настрой слетает.  
  
Если ребенку около 3х лет, желательно выстроить в его восприятии параллельно две линии отношения к садику - «там весело и интересно» и «это твоя работа и это важно».  
  
Идем в садик! Вот вы уже идете в садик. Обязательно нужно заверить ребенка в том, что вы его непременно заберете и сказать когда. И повторять это какое-то время каждый день, поскольку то, что очевидно для взрослых, совсем не так очевидно для детей. А забирая, сказать что вы очень соскучились по своему малышу и все время о нем вспоминали.  
  
Малышам ясельного возраста, конечно, трудно объяснить необходимость садика логически, однако дети очень чувствительны к состоянию мамы, поэтому так важно маме самой настроиться на садик, тогда и у ребенка «зеркально» сформируется подобный настрой. Важно понять, что во всех взаимодействиях мама проецирует на ребенка именно свое внутреннее состояние, а не внешнее. То есть важней чистота и спокойствие внутренних переживаний, чем умение быть внешне спокойной, навык, наподобие умения «держать лицо» в непростых ситуациях. Другими словами, мы взаимодействуем с детьми и друг с другом, своей внутренней сутью, выражающейся, в частности в определенном состоянии, а не внешними движениями.  
  
Как правильно настроиться самой маме? Не сомневаться в принятом решении, не паниковать, приведя малыша в садик и видя его нежелание оставаться, настроиться на благополучный результат и понимать, что трудности адаптации временны. Не мучиться чувством вины.Как правило, большинство детей довольно быстро привыкают к саду и только 10% адаптируются тяжело.  
  
Для начала, ребенка лучше оставлять в садике на пару часов, постепенно увеличивая время пребывания. Хорошо бы взять с собой игрушку, которая будет для малыша чем-то родным из дома. Есть дети, которые неплохо переносят сад, но тяжело в нем утром остаются, и как правило, вариации на тему «не хочу» начинаются уже дома или по дороге в сад. У меня именно такой ребенок. Помогает вот что: условно это можно назвать «заговариванием зубов». Заранее (именно немного заранее нужно продумать тему, а то в процессе утренней суматохи фантазия может отказать ) придумываю захватывающую историю про -медвежонка-гномика-бабочку-кого-угодно-, и в лицах рассказываю ее своему ребенку, отвлекая его внимание от процесса сбора в сад. Работает замечательно, -ребенок увлечен рассказом, задает вопросы, удивляется, а мы незаметно доходим до садика и герой рассказа тоже приходит в гости к деткам, или же в садик, или вливается в какое-либо сообщество малышей для о-о-очень интересных игр и занятий. Старайтесь заранее одеть ребенка дома так, чтобы не затягивать раздевание в самом саду. Как известно, долгое прощание только усиливает у ребенка чувство тревоги. Поэтому старайтесь быстро прощаться и быстро уходить, передав ребенка воспитателю.  
  
При условии среднего садика и внимательных воспитателей ребенок обычно через 2 недели начинает уже адаптироваться к саду. Обратите внимание, как малыш вас встречает, когда вы приходите его забирать. Если радостно, или вообще просит еще немножечко подождать пока он(она) доиграет, - то все в порядке, даже если утром ребенок идет еще со слезами.  
  
Дети с большим удовольствие идут в сад, если у них там есть друг. Но не все детки умеют «завязывать знакомства». Поэтому, с одной стооны их нужно этому учить, а с другой стороны, помочь познакомиться с кем-то в группе, разговориться, обменяться игрушками и начать играть.  
  
И еще один очень важный момент. Дело в том, что для большинства детей в процессе утреннего «оставания» в саду есть два отдельных, абсолютно не связанных друг с другом процесса. Первый – это нужно отпустить маму. Любимую, близкую мамочку, гарант защиты и спокойствия- да еще добровольно отпустить! Редко ребенок способен легко это сделать. И это малышу не нравится. Надо помочь ему своей доброжелательностью, уверенностью и любовью.  
  
А второй момент – это непосредственное нахождение в коллективе группы, игры со сверстниками, занятия, возможность использовать новые игрушки. И это, как правило, малышу нравится и является с определенного возраста необходимым условием его правильного развития.Это два разных переживания, и именно их раздельное ощущение ребенком дает известный феномен, знакомый воспитателям и няням, -ребенок рыдает, отпуская маму, и тут же успокаивается и начинает играть, стоит ей уйти. Как правило, многие детки с утра идут неохотно в садик, но в течение дня им там достаточно комфортно, что и видно из того, какое у них настроение при встрече и из рассказов о прошедшем дне. Кстати, важно и полезно расспрашивать детей о том, как прошел их день. Во-первых, это информативно для родителей, во-вторых развивает у ребенка способность к последовательному рассказу, внимательность и память.