

ОТ АВТОРА

Ко мне как детскому психологу всё чаще обращаются родители с просьбой помочь адаптировать ребёнка к детскому саду.

Важно понимать, что детский сад создан не столько для социализации ребёнка, сколько для того, чтобы родители могли зарабатывать на жизнь, чтобы мама отдохнула. Для получения необходимых навыков общения достаточно внимания родителей, посещения различных кружков, игры с детьми во дворе.

Поход в детский сад для ребёнка, конечно, большой стресс, потому что это изменение в обычном укладе жизни! Ему ещё может быть очень сложно надолго оставлять маму. Чтобы облегчить привыкание, читайте сказки и рассказы про дружбу и общение в коллективе. Показывайте красивое здание, игровые площадки, рассказывайте о преимуществах (игрушки, друзья и т. д.). Поделитесь

своими воспоминаниями — как хорошо вам там было. Воссоздавайте режим дня, прощание и приход родителей, используя игрушки. Не лишним будет заранее познакомиться с воспитателем, обсудить стратегию адаптации, а также узнать у других родителей, какие педагоги работают в садике. Ведь вы не хотите получить неприятный сюрприз, который сведёт на нет все ваши усилия?!

Нужно постепенно увеличивать количество часов посещения детского сада, даже если ребёнку там нравится. Иначе велика вероятность, что малыш будет часто болеть из-за нервного переутомления. Если вам надо выходить на работу в январе, то в сад лучше начинать ходить в сентябре. Но помните: ничто не заменит доброжелательной семейной атмосферы. Чаще общайтесь и играйте с ребёнком!

В эту книгу вошли семь специальных психологических сказок, которые я сочинила, чтобы подготовить ребёнка к детскому саду. Читайте, отвечайте на вопросы, рассматривайте иллюстрации. Слушая эти сказки, представляя себя тем или иным персонажем, ребёнок раскрывается для общения,



проживает различные жизненные ситуации и учится взаимодействовать с окружающим миром. В этом и заключается всемирно известный метод сказкотерапии.

Этапы занятия по книге:

1. Вы читаете/рассказываете/проигрываете сказку, задаёте ребёнку вопросы.

2. Ребёнок представляет себя на месте героя.

3. В воображении он проходит сказочный путь вместе с героем.

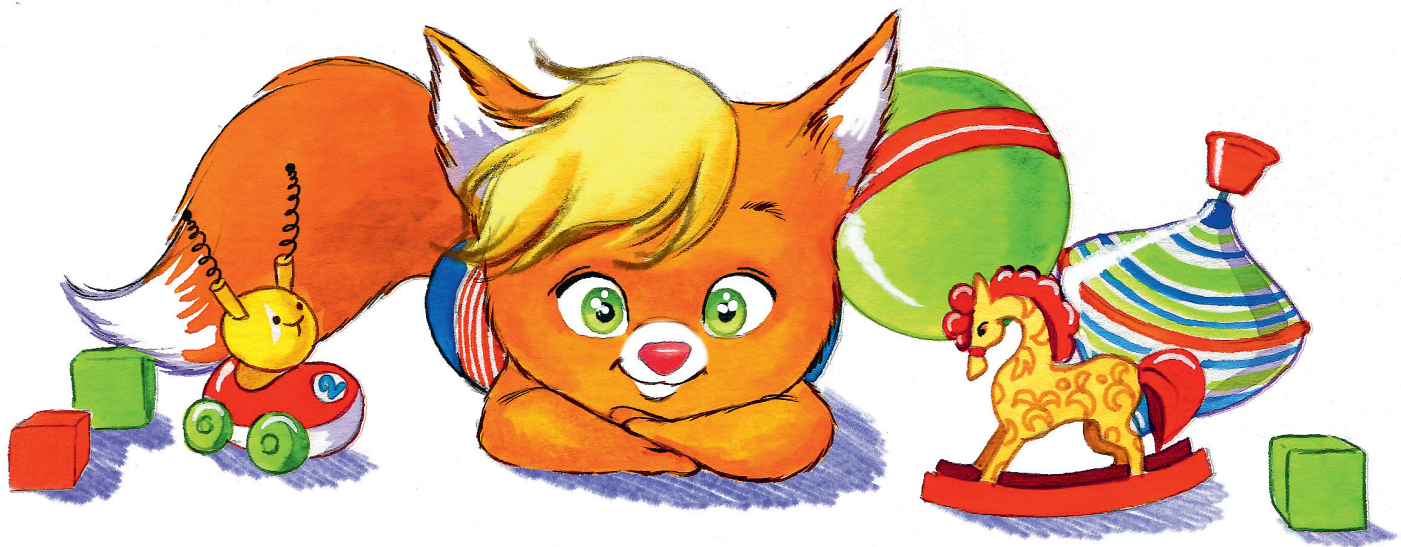
4. Он видит ситуацию со стороны, что не может сделать в обычной жизни.

5. Он сам делает выводы, так как «прожил» весь сказочный сюжет.

Желаю приятного и полезного совместного чтения!







ПЕРВЫЙ ДЕНЬ В ДЕТСКОМ САДУ

Жил-был любопытный и весёлый лисёнок по имени Маша. У лисёнка был красивый рыжий мех и пушистый-препушистый хвостик. Ни одно важное дело в доме не обходилось без него.

Однажды мама сказала Маше:

— Сынок, ты уже большой и теперь будешь ходить в детский сад, а я — на работу. В садике у тебя будет много друзей, с которыми ты будешь играть. Твой друг ёжик Пых будет с тобой в одной группе. А ещё в садике есть вос-



питательница — енотиха Ласка. Она учит детей рисовать и клеить, лепить и вырезать, придумывает весёлые игры, читает им сказки и ходит с ними гулять.

Масе стало интересно посмотреть, что же такое детский садик. И вот настал день, когда мама повела Масю туда. Они оба немного волновались из-за этого важного события.

В группе садика Маса увидел много шкафчиков, на которых были нарисованы разные игрушки и зверушки. Пока Маса разглядывал шкафчики и скамейки, к ним подошла воспитательница.

— Ты Маса? А я — твоя воспитательница, енотиха Ласка. Давай-ка посмотрим, где твой шкафчик... Ага, вот он.

Воспитательница подвела Масю к шкафчику с нарисованной пирамидкой.

— В этом шкафчике будет храниться твоя одежда. На крючок вешай свою куртку. Вот сюда ставь обувь. А на эту полочку положи физкультурную форму. Я научу тебя раскладывать вещи по

местам, и скоро ты сам будешь очень быстро переодеваться и держать свой шкафчик в порядке.

Мася вместе с мамой разложили по полочкам все вещи. Лисёнок переоделся в шортики и футболку. И мама разрешила ему пойти в группу к детям.

— А ты останешься со мной? — спросил Мася.

— Я пока подожду здесь, ведь садик только для детей, — сказала мама и села на лавочку.

Лисёнок подошёл к двери и замер. Ему вдруг захотелось побыть с мамой. Он понял, что не хочет играть с детьми, лучше посидит с мамой. Но тут он услышал звонкий детский смех и решил одним глазком взглянуть, что же там такое весёлое.

Мася приоткрыл дверь и увидел, что в комнате много разных игрушек. Ёжик Пых и зайка Ушунька соорудили из кубиков большую дорогу и устроили гонки машинок. А рядом кошечка Мурлы-

ка и обезьянка Улыбака готовили суп на игрушечной кухне.

— Мам, я только на минуточку и вернусь! — крикнул Мася и побежал к зверятам.

Воспитательница познакомила его с остальными детками. Мася уселся рядом с Пыхом и Ушунькой и тоже стал играть в гонки. Играть было весело, и лисёнок даже не заметил, как быстро пролетело время.

