



## Как подготовить маму к детскому саду? Мнение эксперта

Отправляя ребенка в садик, родители переживают о том, как он перенесет переход на новый этап своей жизни. Однако, зачастую, проблема заключается не в том, как малышу привыкнуть к условиям детсада, а в психологическом состоянии родителей.

*“Последние наблюдения показывают, что дети приходят в сад достаточно подготовленными и самостоятельными. Гораздо больший стресс испытывают мамы. Многие женщины сегодня по тем или иным причинам испытывают повышенную тревогу за ребенка, чувство вины за то, что оставляют его под чужим присмотром”, – рассказывает руководитель учебно-практического центра “Эксперт”, основательница известного в Тюмени детского центра “Ступеньки” Марина Бакулина.*

Состояние матери может негативно повлиять на ребенка, даже если он с удовольствием посещает детский сад. Дело в том, что до 5 лет ребенок находится в эмоциональном поле матери, считывает все ее настроения и сомнения. Из-за материнского стресса возникает психологически напряженная обстановка в семье в целом.

Чтобы оградить себя от лишних переживаний, психологи дают следующие рекомендации. Во-первых, следует постараться отдать малыша в садик за несколько месяцев до выхода на работу. Так у мамы будет время привыкнуть к тому, что теперь она может проводить время без ребенка, а при необходимости не придется брать больничный или отгул.

Во-вторых, нужно наладить личный контакт с воспитателем, понаблюдать за тем, как он общается с детьми, какая атмосфера создается в группе, и, если явные тревожные сигналы отсутствуют, научиться доверять педагогу.

Также мама должна четко определить для себя плюсы посещения ребенком детского сада. Самореализация, карьерный рост, улучшение условий жизни семьи, личное время – не роскошь, а нормальные потребности человека, которые она сможет реализовать. При этом ребенок проводит время под присмотром профессионалов, общается со сверстниками и получает дошкольное образование.

Полезными знаниями о воспитании детей с самого рождения тюменские родители могут обогатиться, участвуя в онлайн-проекте “Школа ранней помощи”, реализуемом учебно-практическим центром “Эксперт”. Обучение проводят профессионалы: педагоги, психологи, неврологи, логопеды и другие специалисты. Чтобы стать участником “Школы ранней помощи”, нужно зарегистрироваться [на портале](#).