

Расставание с мамой

[Вернуться к списку](#)

Одним из важнейших аспектов готовности ребенка к детскому саду является умение малыша расставаться с мамой, его психологическая готовность к отсутствию родителей. Это важная часть подготовки ребенка к детскому саду. Итак, вы правильно подготовили своего малыша и вам даже удалось убедить его, что мама непременно за ним вернется. Теперь вам обоим предстоит научиться правильно расставаться.



Хотя малыш понимает, что родители не бросают его на произвол судьбы, а возлагают на него ответственную задачу, расставаться с родными все равно не хочется. От мамы во многом зависит эмоциональный настрой ребенка и его успешная адаптация в садике. Проще, конечно, если это будет не первое ваше расставание. Но в любом случае – будьте очень внимательны к своему малышу, особенно в первые дни в садике. Наберитесь терпения, ведь ему намного сложнее, чем вас. Постарайтесь сделать все возможное, чтобы ваш крошка легче переносил расставание с вами.

Расставайтесь с ребенком правильно!

Нельзя просто убегать от ребенка, пока тот отвлекся. Малыш в таком случае начнет воспринимать прощание как трагедию, что может привести к боязни знакомств, а также усиленному контролю своих вещей и окружающих его людей. Могут возникнуть ревность и неуважение к маминым личным делам. Бросая внезапно ребенка, вы можете заставить его почувствовать себя обманутым.

Ни в коем случае нельзя угрожать ребенку, упрекать его или наказывать при прощании. Трудно придумать что-то вреднее, чем фраза «Вот не будешь слушаться — оставлю в садике насовсем!» или «А вот в детском саду тебя за такое наверняка накажут». Дети все запоминают и мотают на ус. Пара слов, сказанная вами в сердцах, может навсегда сформировать у малыша стереотип: садик — место наказания и ссылки. Стоит ли потом удивляться, что ребенок не хочет

туда идти? Он просто боится, что если будет недостаточно послушным, в один прекрасный день мама за ним не вернется...

Ритуал прощания

Чтобы облегчить этот болезненный процесс расставания, придумайте вместе с ребенком ритуал прощания. Например, мама приседает, берет ребенка за ручки, говорит куда уходит и когда вернется, целует в лоб, обнимает, говорит «пока-пока» и посылает воздушный поцелуй. Спросите у крохи, хочет ли он, чтобы вы его поцеловали, обняли, погладили по головке, подержали на ручках, посадили на коленки, посидели вместе в раздевалке, помахали в окошко рукой перед тем, как уйти. Повторение одинаковых действий при прощании успокаивает ребенка. Пусть это будет, как игра, можно даже порепетировать несколько раз дома, как вы будете прощаться. Лучше всего – помахать рукой в окошко, ведь получается, что момент прощания выносится за пределы группы и становится бесконтактным, поэтому малыш не плачет, а охотно заходит в группу и бежит к окну, чтобы не пропустить вас и помахать вам на прощание.

Проявите фантазию



Скажите малышу, что вы будете думать о нем и скучать, что вечером, после садика, вы ему все расскажете, где вы были и что делали. Придумайте игры, в которые можно играть на расстоянии. Например, можно сочинять сказку по телефону. Когда наступит ваша очередь продолжать, постарайтесь так

построить сюжет, чтобы у него появилось развитие. Останавливайтесь на самом интригующем моменте, и тогда ребенок обязательно захочет придумать продолжение.

Пишите письма. Если ребенок еще совсем маленький и не умеет читать, письма можно рисовать. Изобразить свой номер в отеле, или любые элементы обстановки, в которой вы находитесь. В ответ ребенок нарисует, или напишет вам о том, что волнует его в данный момент.

Подумайте о небольших сюрпризах, которые малыш будет находить

каждый день в ваше отсутствие. Это могут быть какие-то милые пустячки – заколка, машинка, блокнотик. Пусть папа или бабушка каждый день выдает ребенку подарок от мамы, а еще лучше, чтобы он находил его сам, например, на стульчике у кровати. Такие нехитрые мелочи скрасят ожидание вашего приезда.

Обязательно выделяйте на ритуал прощания с ребенком время с запасом

Спокойно объясните малышу, куда вы идете и что там будете делать. Например, «мама идет на работу выпекать булочки» или «мама поедет в больничку лечить зубки». Если вы будете нервничать или раздражаться из-за того, что опаздываете на работу, то ваше настроение мгновенно передастся ребенку, а дети, как известно, выражают отрицательные эмоции слезами.

Но затягивать минуту расставания тоже не нужно

Все должно происходить легко и без излишних переживаний с вашей стороны, ведь ребенок чувствует эмоциональный настрой мамы. Не обещайте, что вы ему принесете подарочек (потому что это будет выглядеть как откуп от него), но на обратном пути к ребенку можете захватить что-нибудь вкусное («подарок от зайки»).

Будьте пунктуальны

Никогда не опаздывайте, собираясь забрать ребенка домой. «За всеми пришли, а за мной еще нет» — это наносит детскому самолюбию сокрушительный удар. Не нужно поселять в душе ребенка страх вашего внезапного исчезновения. Чаще говорите малышу, что вы всегда думаете о нем и помните — просто иногда бываете немного заняты взрослыми делами.

Встречайтесь с малышом весело

Ну и конечно, момент возвращения заслуживает не меньшего внимания, чем минута прощания. И когда ребенок бежит стремглав к маме, проявляя свою радость, очень важно каждый раз встречать малыша с улыбкой и любовью.

**С любовью,
Детский семейный центр «Островок тепла»**