

Что помогает справиться крохе с боязнью новой обстановки и с разлукой с мамой?



Что помогает справиться крохе с боязнью новой обстановки и с разлукой с мамой?

1. Дайте с собой малышу его любимую игрушку. Психолог *Т. Козак* пишет: «Пусть игрушка ходит вместе с ним ежедневно и знакомится там с другими, расспрашивайте, что с игрушкой происходило в детском саду, кто с ней дружил, кто обижал, не было ли ей грустно. Таким образом, вы узнаете многое о том, как вашему малышу удастся привыкнуть к садику».
2. Если у малыша разрывается сердце от расставания с Вами, положите ему в кармашек Вашу небольшую фотографию или дайте на прощание «кусочек себя» (например, Ваш носовой платочек, который пахнет Вашими духами, или что-нибудь в этом роде).
3. Если ребенку трудно расстаться с мамой, пусть на первых порах его отводит в садик папа или бабушки-дедушки.
4. Если ваше чадо «впало в детство» (так называемый псевдо «регресс»), например, вернулся к соске или бутылочке с молоком, «разучился» что-то делать, не стыдите его и не впадайте в панику. Это временное состояние, которое помогает малышу расслабиться и успокоиться.
5. Еще одно любопытное замечание психолога: «Если ребенок по дороге в сад начинает хныкать и замедлять шаги, не уговаривайте его (это только усилит внутреннее напряжение), а... похвалите. Скажите, например: «Умница, теперь я вижу, какой ты у меня большой и храбрый...» или «Какой ты молодец, а вот я на твоём месте, наверно, ревела бы, а ты смелый, знаешь, что в садике...» и т.д. Это тот случай, когда полезно заговаривать зубы. А главное, мамины слова придают ребенку уверенность. Ведь сильный человек (даже если речь о малыше) справится с трудностями».
6. Когда вы уходите — **расставайтесь с ребенком легко и быстро**. Конечно же, вы беспокоитесь о том, как будет вашему ребенку в детском саду, **но долгие прощания с обеспокоенным выражением лица, у ребенка вызовут тревогу, что с ним здесь может что-то случиться, и он долго не будет вас отпускать**. Не травите себе душу, наблюдая за площадкой из-за забора или подслушивая под дверь. **Кстати, дети чаще всего быстро успокаиваются сразу после того, как мама исчезает из поля зрения**.
7. Не совершайте ошибки и не делайте перерывов в посещении — неделька дома не только не поможет малышу адаптироваться к садику, но и продемонстрирует ему, что есть и другой вариант, которого можно всеми силами добиваться.
8. Постарайтесь спланировать свое время так, чтобы в **первую неделю посещения детского сада ребенок не оставался там более двух-трех часов**. В семье в этот период необходимо создать спокойный и бесконфликтный климат для вашего малыша. Щадите его ослабленную нервную систему! Не реагируйте на его выходки и не наказывайте за капризы. Постарайтесь в выходные дни соблюдать дома такой же режим, как в детском саду.
9. Поиграйте с ребенком домашними игрушками в детский сад, где какая-то из них будет самым ребенком. Понаблюдайте, что делает эта игрушка, что говорит, помогите вместе с малышом найти ей друзей и порешайте проблемы вашего ребенка через нее, ориентируя игру на положительные результаты.
10. Если ребенок стал агрессивным, раздражительным, не ругайте его. Главное — помнить, что это все тот же малыш. Проводите с ним все время, **побольше обнимайте его, лежите и сидите рядышком, пошепчите ему на ушко его любимую песенку**. Возьмите его на пару ночей в свою кровать, конечно, если для вас это приемлемо, — и вы убедитесь, что рядом все тот же крохотный человек, который когда-то благодаря вам появился на свет.

