

Консультация на тему: «Как подготовить ребенка к тому, что в детском саду он будет оставаться без мамы».

*Шагнув самостоятельно,
отпустив родительскую руку,
ребёнок впервые ощутил свою
независимость.*

*Чем старше он становится,
тем большая степень независимости
ему требуется.*

И это естественный процесс.

*Главное, чтоб он чувствовал:
как бы он далеко не шагнул, вы всё равно
рядом.*



Часто самым серьёзным испытанием для малыша, который начинает ходить в детский сад, становится не процесс привыкания к режиму, а то, что он будет оставаться один, без родителей. Если до этого он всё время находился, например, с мамой и практически с ней не расставался, перестроиться ему действительно будет трудно. Лучше начать этот процесс заранее — обдуманно и подготовлено.

Как же правильно организовать процесс по тренировке сына или дочки обходиться какое-то время без мамы?

Понаблюдайте за ребёнком: если он слишком сильно переживает, оставаясь с кем-то кроме вас, или вообще отказывается вас отпускать, скорее всего, при адаптации к детскому саду его ожидают проблемы. Решить их конечно лучше заранее. Давайте рассмотрим, каким образом это лучше сделать.

1. **Сохраняйте спокойствие**

Главное, не волнуйтесь сами, когда оставляете малыша с папой, бабушкой или няней. Ребёнок чувствует ваше состояние и тоже может начать беспокоиться. Часто дети воспринимают ситуацию так, как мы её объясняем.

Ошибка

— Что ты только без меня будешь делать? А вдруг упадёшь, разобьёшься? Вдруг бабушка за тобой не доглядит?

Правильно

— Сегодня к тебе прилетит Мэри Поппинс. Да-да, та самая, о которой мы с тобой читали в книжке. Только у нас её зовут Ирина Николаевна. Знаешь, сколько игр она знает? Хочешь с ней поиграть?

2. **Чаще доверяйте ребенка папе**

Ребёнок не должен общаться исключительно с мамой. Ребенку любого пола нужно не только женское воспитание, но и мужское.

Отстраняя папу от заботы о ребёнке, женщины часто приводят такие аргументы: "Ты не сможешь", "Ты вечно занят", "Я лучше знаю своего ребёнка". Но такая позиция не приносит пользы. Ведь папа может открыть перед вашим малышом совсем другой мир, и тоже очень интересный.

Ошибка

— Кого ты больше любишь: папу или маму? Что? Ты папу любишь больше? Я для тебя стараюсь-стараюсь, а ты...

Правильно

— Мы с тобой сегодня поиграли. Теперь папина очередь. Он пойдёт с тобой гулять. Знаешь, как здорово играть с ним в прятки?

3. **Не уходите от ребенка внезапно**

Некоторые родители думают, что исчезнув "по-английски", они делают лучше своему малышу. Это не так. Наоборот, так мы показываем, что не доверяем ребёнку, не хотим объяснить ему ситуацию.

Лучше сделайте ритуал прощания приятным. "Садись ко мне на коленки. Вот так. А теперь послушай. Через пять минут мне нужно уйти. Я пойду на работу. Меня там ждут, я там делаю много полезного и за это получаю деньги. На них мы покупаем продукты, одежду, игрушки. Что мне принести тебе вкусенького?"

Говорите с малышом как со взрослым. Этим вы показываете, что уважаете его, ставите на позицию сознательного, самостоятельного человека, видите в нём не капризного кроху, а серьёзную личность. Как мы воспринимаем ребёнка, как общаемся с ним, так и он будет себя вести. Если мы будем сюсюкать, жалеть и причитать, ребёнок будет поступать соответственно: так и будет бояться оставаться один или с кем-нибудь кроме мамы.

Ошибка

— Давай поиграем в прятки! Ты меня точно не найдёшь. Закрой глаза! (И взрослый уходит из дома).

Правильно

— Как мы тобой прощаемся? Я тебя обниму и поцелую. Ты поиграешь, и я приду. Я тебя очень люблю. Помаша мне ручкой! Пока!

4. Обозначьте границы ожидания

Сыну или дочке гораздо легче будет ожидать маму, если мы объясним, сколько времени потребуется на это. Например: "Ты погуляешь, пообедает, поспишь, и я приду". Так ребёнок поймёт, что его не насовсем оставляют с чужим человеком, что это время кончится. Так ему легче будет контролировать процесс ожидания. Он поймёт, что мы заботимся о нём, нам небезразлично, что он чувствует и переживает. Для крохи "приду скоро" часто означает "никогда". Чётко обозначив границы ожидания, мы помогаем малышу пережить разлуку.

Ошибка

— Всё, пока! Когда приду — не знаю.

Правильно

— Когда маленькая стрелка дойдёт до цифры 6, я буду дома.

5. Не запугивайте постоянными замечаниями

"Ты упадёшь!", "Разобьёшься!", "Не бегай!" — слышит постоянно малыш от излишне тревожной мамы. Она сама беспокоится, и ребёнку даёт понять, что если её рядом не будет, с ним произойдёт катастрофа. Сам себя контролировать он не в состоянии. Задумайтесь: а захочет ли такой неуверенный в себе ребёнок оставаться один?

Ошибка

— Куда пошёл? Ведь обязательно свалишься! А мне потом тебя лечить!

Правильно

— Ты у меня такой большой, сильный, сообразительный! Можешь показать мне дорогу до дома? Иди вперёд, а я за тобой.

6. Не наказывайте ребенка одиночеством

Некоторые родители считают очень эффективным наказанием запира́ть ребёнка в комнате одного. Однако на самом деле всё, чего можно добиться таким способом — это устойчивый стресс и боязнь оставаться в одиночестве.

Ошибка

—Разбросала все игрушки? Будешь наказана. Я запрю тебя в комнате одну. Посиди и подумай над своим поведением.

Правильно

— Как ты можешь исправить свою ошибку? Правильно. Возьми и сложи все игрушки на места.

7. Больше любви, ласки и внимания

Ребёнок, страдающий от недостатка ласки, с трудом будет отпускать маму куда-либо. Он будет привлекать к себе внимание, капризничать, хныкать. Ведь если мама, даже находясь дома, не может дать ему необходимого тепла, тем более она не сможет это сделать, когда уйдёт.

Даже если вы не имеете возможности проводить вместе большое количество времени, проведите его с пользой для ребёнка. Чаще обнимайте его, говорите, что любите, проводите интересные игры и интересуйтесь его жизнью.

Пусть у вас будут специальные ритуалы: например, укладывая сына или дочку спать, вы ложитесь рядом, рассказываете друг другу свои секреты, сочиняете сказки или делитесь тем, как прошёл день. Всё это делает вас ближе друг к другу.

Ошибка

— Не реви! Мне надо уходить. Что ты вечно ноешь, плакса!

Правильно

— Я тебя очень люблю! Ты очень хороший! Помни, я всегда думаю о тебе и всегда приду к тебе на помощь.

Игры, которые научат обходиться без мамы

Игра в прятки - замечательное средство избавиться от чувства страха разлуки с близким человеком. Мама спряталась, но она есть, никуда не делась, появится. Прячься сам, малыш тоже борется с этим страхом. Он не

видит маму, но в любой момент может выйти из укрытия и увидаться с ней. Он уже не чувствует себя таким беспомощным, как в ситуации, когда мама исчезает и он никак не может на это повлиять. Теперь исчезает он сам, и другие вынуждены мириться с его отсутствием. Люди не исчезают навсегда. Они потом снова появляются. Это знание помогает крохе смириться с ситуацией, когда мама уходит.

Другой отличный вариант для избавления от страха остаться без мамы — **ролевые игры**. Возьмите игрушки и разыграйте различные ситуации. Мама зайчика пошла за морковкой. Кто посидит с малышом? Хорошая собачка. Она будет ухаживать за зайчиком, охранять его, катать на своей спине. С ней можно прыгать, бегать, кувыркаться. Она знает много интересных игр.

Закончить нашу консультацию, хочется с высказывания У. Ченнинга:

Для воспитания ребёнка требуется более проникновенное мышление, более глубокая мудрость, чем для управления государством.

У. Ченнинг