Консультация: «Как правильно прощаться с ребенком, оставляя его в детском саду»

***Воспитатель: Третьякова К.А.***

***Передача привязанности***

 Для ребёнка очень важно быть привязанным к знакомому надёжному взрослому. Поэтому оставляя ребёнка с няней, бабушкой или воспитателем, не забудьте прямо проговорить ребёнку, что теперь Вы уходите по делам, а эта тётя будет о нем сейчас заботиться. Озвучьте, что ей можно задать любые вопросы или попросить помощи. Скажите, что делать, если станет грустно, захочется рисовать или кто-то обидит. Ребёнок должен быть уверен, что он не остался один. У него есть тётя для решения всех проблем.

***Как уходить, оставляя ребенка***

Многие мамы считают, что лучший способ оставить малыша – это тихо удалиться «по-английски», пока он отвлёкся на что-то, опасаясь столкнуться со слезами и расстройством малыша. Безусловно, метод удобен взрослым. Но давайте подумаем, как это воспринимается с позиции ребёнка

Он доверяет маме. Он увлёкся чем-то интересным, дал волю своему исследовательскому интересу. И тут оказалось, что мама исчезла. Куда, почему и вернётся ли она – всё это абсолютно неизвестно! Представьте, что бы Вы чувствовали, если бы однажды утром обнаружили, что Ваш муж, а тем более ребёнок исчез в неизвестном направлении, когда Вы чуть отвлеклись и выпустили его из виду? Паника обеспечена! У ребёнка же ещё более ограниченный жизненный опыт и возможности мышления, анализа, логики, представления о причинах и следствиях. Он просто знает, что мама пропала! И это катастрофа! В итоге мы получаем взлёт тревожности, цепляние за маму (чтобы точно не упустить её из виду), капризность. Ребёнок боится погрузиться в исследование мира. Все его силы начинают уходить исключительно на контроль за местонахождением матери. Согласитесь, это не удобно Вам, и это совсем не рациональное использование энергии, отпущенной ребёнку на развитие!

***Прощание***

Так как же нам тогда расставаться?

Обязательно попрощайтесь с малышом. Не пугайтесь его негативного отношения к этому факту и даже слёз. Это нормально. Ему нужно выразить свои эмоции, проявить своё отношение к ситуации. Обычно ребёнок достаточно быстро успокаивается после бурной реакции расставания и включается в игровую деятельность. Обязательно скажите, куда Вы идёте (можно немного пофантазировать, если Вы реально возвращаетесь домой, и ребёнок просится с Вами). Объяснение должно быть простым и ясным ребёнку: мама идёт в магазин, например. Это есть в его картине мира. Он может себе представить, что Вы будете делать и что будет происходить (примерно с 2.5 лет). Если Вы говорите, что идёте на работу – это довольно абстрактное понятие для ребёнка, его нет в опыте малыша. Поэтому расскажите, что Вы будете там делать – разговаривать с тётями, звонить по телефону, писать бумаги, и хотя нам кажется очевидным факт, что мы вернёмся за ребёнком, для него это вовсе не является очевидным. Дети устроены иначе чем взрослые и в глубине души каждый из них носит глобальный страх быть оставленным. Поэтому расскажите, когда Вы придёте и что будете делать потом вместе. Иногда тревожному ребёнку помогает, если Вы оставляете в садике свою символическую вещь – например, старую сумку или ключи. Как ни странно, ребёнку проще предположить, что Вы вернётесь за ними, чем то, что Вы обязательно вернётесь за ним!

***«Долгие проводы – долгие слёзы!»***

 Довольное часто можно услышать от мам негодующие реплики по поводу того, что воспитатели «выгоняют» и не дают попрощаться с ребёнком. Вид рыдающего малыша – это и правда не для слабонервных! И уходя, мама испытывает трудные чувства: вину, бессилие, чувство, что предаёт своего ребёнка, бросая его в трудную минуту. Действительно, существует некоторый небольшой процент детей, которые ну никак не могут адаптироваться к саду и оставаться там без мамы, рыдая часами напролёт. Обычно в этих случаях воспитатели сами звонят родителям и просят подойти. Да и Вы можете для спокойствия набрать номер воспитателя и узнать, как чувствует себя ребёнок, не злоупотребляя этим. В большинстве же случаев ребёнок успокаивается буквально за несколько минут!

**Почему лучше не устраивать долгое прощание?**

 Дело в том, что у детей до 5 лет так устроена нервная система (в силу своей пока ещё незрелости), что они могут переживать только одну эмоцию в единицу времени. Переключаться между эмоциями они могут довольно быстро, но вот смешивать их и переживать одновременно печаль и интерес или что-то ещё – им не доступно. Что же происходит, когда они прощаются с Вами? Они переживают печаль расставания. Кстати, взрослые люди порой тоже позволяют себе слёзы, прощаясь, например, на вокзале с любимыми, которые куда-то уезжают. Вполне естественное человеческое чувство. Но, до тех пор, пока Вы продолжаете прощание, ребёнок не имеет возможности переключиться на что-то иное. И чем дольше вы прощаетесь, тем больше слёз, тем глубже он погружается в тоску и печаль расставания. Но едва Вы пропадаете из поля его внимания, он видит интересную игрушку, другого ребёнка, и его эмоция меняется на интерес, радость или что-то ещё. Поэтому чем чётче и короче прощание, тем короче будет период, когда малыш погружён в трудные чувства.

***Создайте свой ритуал прощания***

 Дети любят ритуалы. Они помогают им ощутить некоторый контроль над этим сложным, хаотичным и пока мало понятным миром. Это даёт им надежность. А ещё помогает нервной системе переключаться, что пока достигается тяжело в силу незрелости мозга. Но если мы всегда сначала раздеваемся, потом даём друг другу «пять», потом обнимаемся, а в конце посылаем воздушный поцелуй, то ребёнку легче перейти к следующему пункту – войти в группу и отключить своё внимание от Вас! При этом чем более чувствительный, тревожный у Вас ребёнок, тем длиннее и многоступенчатый должен быть ваш ритуал прощания.