

ДЕНЬ 1. Ритуал ПРОЩАНИЯ поможет Вам и малышу спокойнее расставаться по утрам

Что такое ритуал ПРОЩАНИЯ?

Ритуал прощания – Ваши действия и слова, которые транслируют ребенку посыл – «Я сейчас уйду, но обязательно вернусь» и, самое главное, «Я тебя люблю!».



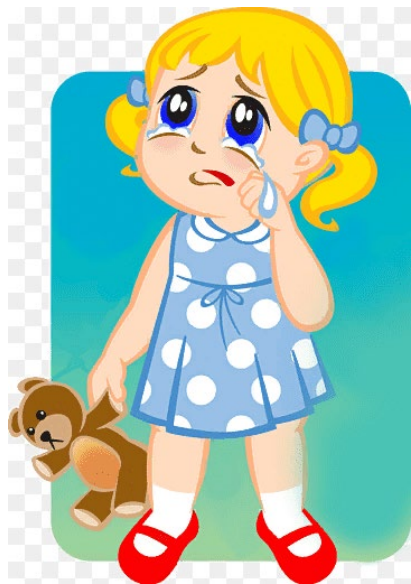
Ваша задача – использовать ритуал каждый раз, когда Вы куда – нибудь уходите. Не убегайте, пока малыш не видит, не обманывайте его. Обнимайте и целуйте у дверей, говорите, когда вернетесь.

ДЕНЬ 1. Ритуал ПРОЩАНИЯ

Зачем РЕБЕНКУ ритуал прощания?

Для ребенка ВАЖНА стабильность. Он видит, что изо дня в день Вы куда-то уходите, прощаетесь у порога и каждый раз возвращаетесь. В детском саду ритуал поможет ему быть спокойнее, когда утром Вы оставите его в группе.

Конечно, ребенку будет грустно, и в первое время он будет плакать и скучать. Но психологически он будет готов, ведь Вы уже много раз доказывали ему – Вы каждый раз приходите за ним обратно.



ДЕНЬ 1. Ритуал ПРОЩАНИЯ

Зачем Вам ритуал ПРОЩАНИЯ?

Ритуал помогает маме психологически подготовиться к тому, что придется отпустить малыша.

Часто происходит ситуация, когда после прощания с мамой малыш плачет и воспитатель общается с ним, придумывает игры, чтобы его отвлечь. Но, как только малыш отвлекается, мама вдруг вспоминает, что забыла положить ему носовой платочек, и заглядывает в группу. И ребенок заново испытывает тот же стресс.

В другой ситуации мама тоже вспоминает условный платочек, но не возвращается, потому что знает о последствиях. Она весь день корит себя и чувствует вину. Такая мама тоже не научилась отпускать ребенка.



ДЕНЬ 1. Ритуал ПРОЩАНИЯ

Как создать СВОЙ ритуал?

Не убегайте, прощайтесь каждый раз одним и тем же способом. Четко проговаривайте, во сколько вернетесь: «Я вернусь, когда закончится мультик», «Ты погуляешь, пообедаешь, и я приду за тобой». Сразу уходите.

И запомните: МАЛЫШ ИМЕЕТ ПРАВО расстраиваться и плакать, когда Вы уходите, ведь он Вас любит. Это нормально!



ДЕНЬ 1. Ритуал ПРОЩАНИЯ

Задание для семьи:

**Придумайте свой ритуал и
начните его использовать**



**Обнимите
ребенка
и дайте ему
обнять Вас**



**Пусть ребенок помашет
Вам из окна группы**



**Целуйте друг друга
на прощание или
посылайте
воздушные
поцелуи**