Советы психолога на сайт.

**«Как помочь ребенку привыкнуть к детскому саду?»**

*«Почему ты плачешь?»,* этот вопрос задают родители своим маленьким детям, которые цепляются за них и рыдают, не позволяя уйти. Понять, почему ребенок плачет почти невозможно, сам ребенок, тоже ни за что не сможет объяснить причину, даже спрашивать его бесполезно. Почему же он плачет?

Он плачет, потому что слезы – единственный способ, которым ребенок может показать, что он беспокоится. Ребенок не боится остаться без мамы, его беспокоит ситуация расставания, а еще он беспокоится за маму.

Взрослые наделяют слезы более трагичным смыслом, чем дети. Взрослые плачут в горе, от боли. При виде плачущего ребенка, взрослый теряется, он знает по собственному опыту, как трудно утешить плачущего человека. Ребенок же слезами «разговаривает». Он хочет поговорить о расставании, а то, что он плачет показывает как сильно он хочет поговорить.

*«Зачем прощаться?»*

Наверное, многие взрослые переживали огромный соблазн вообще избегать прощаний, ребенок отвернулся, а ты на цыпочках – и в двери. Конечно, после таких расставаний на душе кошки скребут, как он там?

После таких прощаний обычно возникает множество проблем у родителей с ребенком. Ведь для ребенка умение прощаться и отпускать вовсе не мелочь, а важный аспект человеческих отношений, которому его обучают родители.

*«Как лучше прощаться»*

Для этого давайте вспомним, что мы знаем о желаниях малыша, и решим чего хочет взрослый.

|  |  |
| --- | --- |
| Ребенок хочет знать:  - знать, куда уходит мама;  - знать когда она придет;  - быть уверенным, что с ним ничего не случится;  - быть уверенным, что с ней ничего не случится. | Взрослые хотят:  - обеспечить безопасность ребенка;  - не опоздать туда, куда идет;  - оставить ребенка в хорошем настроении;  - вернувшись, увидеть радостного малыша. |

Постараемся совместить эти пожелания.

- чтобы не опаздывать и иметь возможность попрощаться с ребенком, соберитесь на 5 – 10 минут пораньше, не больше, чтобы не превращать прощание в событие дня.

- скажите честно ребенку, куда идете, (но только, очень просто, например: «Я иду в магазин», «Я иду печатать на компьютере», и уже позже - «Я иду на работу»). Не бойтесь, ребенок не поймет всех слов, но спокойная интонация подскажет ему, что все хорошо;

- скажите малышу, когда вы вернетесь. Для этого не нужно говорить время по часам (этого маленькому ребенку не понятно). Можно сказать: «Я приду, когда ты покушаешь, погуляешь, поспишь». Ребенку понятнее конкретные описания событий.

- расскажите ребенку, с кем он останется, и что он будет делать: «Ты будешь с воспитателем и детьми играть, гулять, потом вы покушаете, а потом будете меня встречать».

- не сулите ребенку «призов» за то, что он вас отпускает, но если он попросит ему что-то принести, не отказывайте по возможности. Время от времени приносите ему, какую-нибудь маленькую приятную вещицу (печенье, конфетку, тетрадку), чтобы он чувствовал, где-то далеко вы о нем помните и любите.

*Педагог-психолог Гроза О. И.*

Советы психолога в газету.

**«Как помочь ребенку привыкнуть к детскому саду?»**

- Не опаздывайте, дорогие родители, забирайте ребенка вовремя, не надо, особенно в первое время, оставаться ребенку одному, последним.

- Дайте ребенку в садик его любимую игрушку, постарайтесь уговорить оставить ее переночевать в садике и наутро снова с нею встретиться. Если ребенок на это не согласится, 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 удается привыкать к детскому садику.

- Поиграйте с ребенком домашними игрушками в детский сад, где какая-то из них будет самим ребенком. Понаблюдайте, что делает эта игрушка, что говорит, помогите вместе с ребенком найти ей друзей и порешайте проблемы вашего ребенка через нее, ориентируя игру на положительные результаты. Например, если ребенок плачет при расставании, проиграйте прощание, дома на игрушках, а также встречу и побольше положительных эмоций. Ребенок это запомнит, неосознанно соотнесет со своей ситуацией и все повторит, уже в детском саду.

- создайте «ритуал прощания», договоритесь с ребенком, например о том что помашете ему, или пошлете «воздушный поцелуй». И конечно не забудьте похвалить его в спокойные дни.

*Педагог-психолог Гроза О. И.*

**«Что нужно знать взрослым о ребенке в возрасте 6 – 7 лет?»**

В 6 лет ребенок теряет непосредственность в поведении, нормальное поведение становится самостоятельно поддерживаемой нормой. Ребенок уже способен к волевым усилиям, но долго и усердно заниматься скучным делом еще не в состоянии. Очень ориентирован на внешнюю оценку. Поскольку ему пока трудно составить мнение о себе самом, он создает свой собственный образ из тех оценок, которые слышит в свой адрес. Поэтому, дорогие родители, любые ваши оценки в адрес ребенка, влияют на его самооценку. Ваши негативные оценки могут сформировать у него заниженную самооценку, и наоборот – завышенную, что повлияет на его отношения со сверстниками. По возможности избегайте заключений о личности ребенка в целом, оценивайте лишь его действие или поступок.

- не оберегайте своего ребенка от повседневных дел, не стремитесь решать за него все проблемы, но и не перегружайте его тем, что ему непосильно. Пусть ребенок, выполняя посильные задачи, получает удовлетворение от сделанного.

- учите ребенка самого оценивать, достиг ли он цели. Изначально сложное задание, которое не под силу ребенку, может уничтожить в нем уверенность в собственных силах и желание двигаться дальше.

- не перехваливайте ребенка, но и не забывайте поощрять его, когда он этого заслуживает. Похвала, как и наказание должна быть соизмерима с поступком.

*Педагог-психолог Гроза О. И.*