

## **Психологическая подготовка родителей к расставанию на 6-8 часов с любимым ребёнком.**

«...Вы приняли решение: ребенка нужно отдать в детский сад. Этому решению предшествовали часы раздумий, тревог, переживаний. Как он адаптируется к новым условиям? Не будет ли болеть? А вдруг?...

Для многих родителей - это очень ответственный шаг. Самое ценное в жизни, ее смысл и радость – отдать в чужие руки?! Разорвать своими руками нити постоянной близости, постоянного единства, симбиоза сродным дитя! Психологи установили четкую закономерность: чем тревожнее мать, чем чувствительнее она реагирует на малейшие недомогания ребенка, чем болезненнее она переживает разлуку с ребенком – тем тяжелее проходит его адаптационный период в детском саду.

Ответьте себе на вопрос: почему я отдаю ребенка в детский сад? (потому что мне надо выходить на работу; ему надо научиться жить среди людей или др.)

Как видите, готовить к детскому саду надо и себя, дорогие мамы и папы. Снять вашу тревогу и напряжение поможет:

- полная ориентировка во всей жизнедеятельности детей в группе (чем кормят, как спят, что делают), во всех ее помещениях, во всех требованиях, во всех условиях жизни детей в группе;
- установление доверительных отношений с сотрудниками дошкольного учреждения. Расскажите им об особенностях своего ребенка, его привычках, слабостях, недомоганиях;
- знакомство с родителями детей, посещающих эту группу;
- участие в деятельности детского сада, оказание помощи в уборке участка и других мероприятиях еще до поступления ребенка в детский сад.

И если вы уверились, что вашему малышу там будет хорошо, то успокойтесь. Примите как неизбежность разлуку с ним, думайте о том, что ему жить среди людей – сверстников и взрослых. Что вы не «избавляетесь от него, а поступаете так, как ему необходимо. Не страдайте от этой разлуки. Не стройте страшные прогнозы (не поел, не спит, плачет, мокрый, обижен кем-то!), думайте светло и благожелательно о его жизни в саду. Знайте, что ему ваша уверенность тоже передастся, и он спокойно и безболезненно воспримет поступление в детский сад. **Все будет хорошо.**

Не следует перекладывать на плечи ребенка страдания при разлуке с вами. Это в вашей компетентности. К разлукам с любимыми надо привыкнуть. И если вы не хотите при этом потерять любовь ребенка, развить в нем равнодушие к вам, то отнеситесь к разлукам с ним ответственно.

***Не оставляйте маленьких детей на длительное время.***

***Не сердитесь, не впадайте в панику, если ребенок с трудом расстается с вами.***

Поймите, детская привязанность и любовь к близким – это очень серьезно. Это на всю жизнь. Уважайте чувства малыша, отнеситесь к нему бережно и тактично при разлуке его с вами. Тогда ребенок поймет, что вы все равно любите его, и он спокойно начнет жить интересной жизнью в детском саду, зная, что вечером он опять будет с вами».