

ПОМНИТЕ!

Не повторяйте ритуал много раз, он должен быть выполнен единожды;

Не затягивайте только прощание надолго;

Если надо вернуться (забыли что-то сказать воспитателю или положить нужную вещь в шкафчик) возвращайтесь так, чтобы ребенок вас не увидел.

Не думайте, что в первые дни регулярных прощаний ребенок будет уходить радостно. Грусть и слезы имеют место быть, ведь ребенок расстается с самым близким, любимым и родным.

Адаптация считается пройденной, когда ребенок не "застрянет" в состоянии грусти, а после прощания целый день потом нормально себя чувствует. Хоть легкая грусть и после адаптации - это тоже нормально, уважайте это чувство ваших детей.



Прощаясь с детьми перед садиком, мы не можем в это время сохранять с ними физическую близость, но можем сохранить контакт с помощью эмоциональной привязанности.

Ритуалы прощания - это волшебная вещь, позволяющая сохранить эмоциональную связь между ребенком и родителем.

Это про ощущение важности, нужности, значимости, а также про единство со своим взрослым и про принадлежность.

♥ Я нужен

♥ Я важен

♥ Я значим

♥ Я любим

Имея с ребенком СВОЙ ритуал прощания, вы таким образом "напитываете", "наполняете" его на целый день. Когда ребенок спокоен, что в отношениях с родителями все хорошо, когда ощущает любовь и заботу, то так ему проще переживать разделение с вами.

АДАПТАЦИЯ К ДЕТСКОМУ САДУ

СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ ОТ ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА



ЗАЧЕМ НУЖЕН РИТУАЛ ПРОЩАНИЯ

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-то уходите. Это важно делать даже дома, чтобы малыш спокойно воспринимал временную разлуку, знал, что останется с кем-то из близких, а мама скоро придет. Не убегайте, пока малыш не видит, не обманывайте его. Обнимайте и целуйте у дверей, говорите, когда вернетесь.

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, в первое время он будет плакать и скучать. Но психологически он будет готов, ведь вы уже много раз доказывали ему — вы каждый раз приходите обратно.

Зачем Вам ритуал прощания?

Ритуал помогает маме или папе психологически подготовиться к тому, что придется отпустить малыша. Часто происходит ситуация, когда после прощания с мамой малыш плачет и воспитатель успокаивает, 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 расставания. В другой ситуации мама тоже вспоминает про условный платочек, но не возвращается, потому что знает о последствиях.

Как создать свой ритуал?

Прощайтесь каждый раз одним и тем же способом. Четко проговаривайте, во сколько вернетесь: «Я вернусь, когда ты поспишь», «Я заберу тебя на вечерней прогулке». Сразу уходите. И запомните: малыш имеет право расстраиваться и плакать, когда вы уходите, ведь он вас очень любит. Это нормально.

Придумайте свой ритуал и начните использовать его каждый день. Ритуал «сработает» не сразу, потребуется время, чтобы ребенок привык. Поэтому не торопитесь менять его.

Какие могут быть ритуалы прощания?

Все, что угодно, что нравится. Но важно повторять этот ритуал из раза в раз при прощании:

- ❖ «обнимашки» и в конце два поцелуя в обе щёчки;
 - ❖ послать воздушный поцелуй;
 - ❖ можете "положить" поцелуйчики в кармашки ребенку. А когда ребенок соскучится по вам, он "достанет" из карманчиков поцелуи и приложит к щечке;
 - ❖ слова: "Я тебя люблю. С нетерпением жду встречи";
 - ❖ папа с сыном - прощание по-мужски (похлопывание по спине);
 - ❖ просто слова: "Хорошего тебе дня, мой любимый..." и объятия, поцелуй;
 - ❖ потереться носиками друг с другом и сказать: "Я тебя люблю. Я с тобой всегда. До встречи";
 - ❖ дети могут просто минуту посидеть на коленях, обняв крепко, как бы наполняясь энергией любви родителей и потом побежать на занятия;
- в общем, вариантов - масса, пробуйте...

