

## ***НАУКА РАССТАВАНИЯ.***

На 3-м году жизни многие малыши начинают посещать детский сад. Временная разлука с привычной домашней обстановкой — неизбежный этап взросления детей. Для нормального развития им нужно научиться расставаться с близкими, прежде всего с матерью. У ребенка с мамой тесная эмоциональная связь. Чем крепче эта связь, тем сильнее страдания ребенка. С приходом в детский сад для ребенка нарушаются привычные для него формы общения, построенные на участии, безусловной любви и заботе. В детском саду воспитатель не сможет мгновенно, как мама, откликнуться на его желания, выполнить просьбу. Ребенку трудно это понять, и он ждет маму. Поэтому у ребенка могут возникнуть страх одиночества, страх потери мамы, лишения родительской любви. Так же на 3 году жизни все еще сохраняется у детей повышенная возбудимость, эмоциональная чувствительность и впечатлительность. Мамы иногда так же могут создавать обстановку тревожности, когда сами болезненно расстаются с ребенком утром в детском саду. Надо помнить, что взрослый обучает ребенка своим примером. Чтобы не провоцировать страхи, родители должны сохранять спокойствие, уравновешенность, доброжелательность по отношению к малышу, воспитателям, детскому саду.

### ***Почему может возникнуть страх разлуки?***

#### ***Потому что дети:***

1. Эмоционально привязаны с рождения к маме, к привычным домашним условиям - это возрастная особенность в раннем возрасте.
2. Различны по устройству нервной системы (одни быстро и легко приспосабливаются к новым условиям, другие тяжело переживают смену привычной обстановки, что провоцирует повышенную тревожность).

Подходят к концу 3 года жизни к возрастному кризису (кризису 3 лет), что ослабляет их защитные силы и способствует повышенной возбудимости, неуравновешенности, протестному поведению.

### ***Что делать, что бы страх разлуки не возник?***

1. Задолго до прихода ребенка в детский сад начинайте готовить его к общению с чужими незнакомыми взрослыми и детьми: ходите в гости, на детские праздники, чаще бывайте на детских игровых площадках.

2. Наблюдайте за ребенком, помогайте налаживать контакты с другими людьми: обучайте «волшебным словам» общения: «Как тебя зовут?», «Давай играть вместе», «Дай мне, пожалуйста» и т.д.
3. При знакомстве с воспитателями расскажите как можно подробнее о своем ребенке: его привязанностях, любимых занятиях, игрушках и т.д.
4. До первого прихода в группу побывайте на площадке детского сада с ребенком и посмотрите, как забирают детей домой: родители спешат, забирают детей домой, некоторые дети не торопятся уходить, потому что им интересно тут играть.
5. После 1-2 дней присутствия ребенка в группе научитесь мягко, но коротко расставаться с ним. Не затягивайте эту процедуру, но и не отрывайте ребенка от себя резко, попросите воспитателя переключить внимание ребенка на что-нибудь интересное.

### **Что делать, если страх разлуки все же возник?**

1. Не вините, не ругайте и не наказывайте ребенка за его страхи.
2. Разделите чувства ребенка, примите его страх как данность и не уверяйте в том, что «ничего страшного нет».
3. Проанализируйте свое поведение и чувства: дети улавливают наше эмоциональное состояние и откликаются на него.
4. Выясните, почему ребенок боится идти в группу: поиграйте в «Детский сад», где игрушки это он сам, воспитатели, дети. Понаблюдайте, как игрушка поступает, что говорит, что делает. Спросите, что игрушке нравится или не нравится в д/с.
5. Побеседуйте с воспитателем и узнайте, не произошло ли чего - ни будь неприятного с ребенком: упал, обидели, не поел и т.д.
6. Объясните ребенку на доступном языке, почему вы оставляете его в д/с, что интересного его там ждет.
7. Дайте в детский сад его любимую игрушку.
8. Если страх при расставании с мамой длится более 3 недель, попробуйте сменить того, кто приводит ребенка в детский сад - это может привести к достаточно быстрому положительному эффекту. Хорошо, если ребенка провожает более спокойный и уравновешенный взрослый (папа, иногда братья, бабушки).