



Техника расставания

Вы оставляете в яслях встревоженное, а то и ревущее чадо? Как лучше обставить этот момент: растянуть прощание или ускользнуть украдкой, пока малыш не видит? Ни так, ни эдак говорит Сьюзен Б.

Динерман, автор книги «Как там наши дети?». С ребенком обязательно надо попрощаться, но прощание должно быть как можно более кратким и приятным. Если вы станете уговаривать малыша отпустить вас, то он только расплачется, если вы уйдете не сказав ни слова, это может вызвать еще более сильный стресс. Это не значит, однако, что маме нельзя помедлить несколько минут, если у ребенка выдалось тяжелое утро. Решив остаться, объясните малышу, что задержитесь на ограниченный срок, скажем, прочтаете сказку - и все. И сдержите слово. Вот еще несколько не сложных способов смягчить расставание:

Найдите «прощальное» окошко.

Если есть место, откуда ребенок может выглянуть на улицу, пусть он смотрит, как вы машете ему рукой или шлете воздушный поцелуй.

Разработайте ритуал прощания.

Воздушные поцелуи, особые словечки, объятия - то, что действительно понравится малышу, привнесут позитивные моменты в ваше прощание с ним.

Выберите удобные точки отсчета.

Поскольку маленькие дети по-своему воспринимают время, лучше сказать малышу, что вы вернетесь не в пять часов, а после «тихого часа» или после обеда.

Договоритесь с супругом,

если ваш малыш плачет, когда вы отводите его в ясли, пусть Ваш муж попробует это дело взять на себя.

«Страх разлуки»

Заранее готовьтесь к разлуке. Обсудите, чем будете заниматься вместе с ребенком после вашего возвращения. Это даст пищу для предвкушения чего-то приятного и будет связано с вашим уходом. Но обязательно выполните свое обещание.

Будьте готовы к испытаниям... Трудно надеяться на полное исчезновение страха и разлуки. Это важная фаза развития ребенка при переходе к более зрелой и менее напряженной привязанности к вам. Поэтому, говоря ребенку о том, что бояться разлуки плохо и что вас это огорчает - недопустимо.

И, в конце концов, **сами беспричинно не расстраивайтесь**, если ребенок будет проявлять большую или даже меньшую, чем Вы предполагали, тревогу.

