

## В ДЕТСКИЙ САД С УЛЫБКОЙ

Уважаемые родители!

Если ребенок все еще с трудом прощается с Вами по утрам в детском саду:

1. Для начала разберитесь со своими эмоциями, что Вы чувствуете: волнение, страх, раздражение, вину, гнев, жалость, спокойствие...?

2. Если Вы испытываете негативные чувства, определите их причину. Они могут быть следующими:

- Что будут думать обо мне другие родители?
- Наверное, ребенку плохо в детском саду?
- Я так устал(а) от этих криков!
- Я не могу справиться со своим ребенком – я плохой родитель! ...

3. Признайтесь себе в своих переживаниях. Это поможет Вам успокоиться, изменить свое поведение и общение с ребенком.

4. Уточните у воспитателя, как чувствует себя ребенок в саду в течение дня.

5. Если слезы у ребенка по утрам не прекращаются, определите какие это слезы: истерика – протест или это слезы горевания.

### **Что делать со слезами ребенка:**

- **Не игнорируем.** Если мы игнорируем ребенка, т.е. да он успокоится рано или поздно, он перестанет плакать, но навыки адаптации при этом мы не развиваем.
- **Не делать запрет на слезы, не стыдить.** «Мальчики не плачут, фу как стыдно, как не красиво». Нет, слезы это хорошо, это нормально, «Иди сюда, я тебя пожалею, иди сюда поплачь». Мы обязательно транслируем ребенку, что со слезами все в порядке.

Если ребенок часто бывает плаксивым, капризным, тогда этот вопрос можно разрешить совместно с воспитателем и психологом.

*Легкой адаптации!*