**Полезные советы для родителей «Умейте расставаться без сожаления»**

Для всех нас жизнь полна расставаний, иногда печальных и полных слез, иногда радостных, но также со слезами на глазах. Но ни у кого они не бывают такими «горькими» и «мучительными», как у наших малышей.

Беспокойство расставания с родными людьми у малышей обычно выражается в плаче, даже крике, особенно, когда его оставляют в дошкольном учреждении. Но родители должны знать, что такое беспокойство при расставании – нормальное, положительное проявление привязанности ребенка к близким ему людям.

Существуют способы уменьшения этих проявлений при расставании. И самыми основными из них являются:

1. *Не надо длительных прощаний.*

Пусть расставание будет быстрым и решительным. Не уговаривайте ребенка. Это вызовет лишнее беспокойство. И не войдет в привычку малыша. Помните, что как только Вы выйдете из группы, все проблемы исчезнут. Ребенок включится в ритм группы и, возможно, уже не вспомнит момент расставания с Вами.

1. *Поскольку расставание будет коротким, сделайте его ласковым****.***

Лучше всего с ребенком расставаться со словами «Я люблю тебя» и нежным поцелуем, который Вы будете каждый раз «прятать» в карман ребенка.

1. *Оставьте с ребенком кусочек себя.*

Если Вы оставите ребенку что-то, принадлежащее Вам – носовой платок, какую-то безделушку – Вы дадите этим понять ребенку: «Я вернусь за тобой».

1. *Дайте ребенку понять, что Вы всегда будете возвращаться за ним.*

После нескольких продолжительных по времени расставаний, даже самый беспокойный ребенок поймет, что мама уходит, но всегда возвращается за ним.

1. *Пусть возьмет с собой любимую игрушку.*

Пребывание ребенка в дошкольном учреждении, в группе, с чужими взрослыми людьми станет не таким пугающим для малыша, если он возьмет с собой его любимую игрушку или какой-нибудь особый для него предмет. Это частенько действует на малыша как успокоительное.

1. *Признавайте чувства ребенка.*

Вместо того чтобы сказать малышу при расставании «Не плачь, перестань», что выдаст Ваше собственное беспокойство, скажите: «Я знаю, что тебе нелегко, но ты у меня уже большой и плакать не будешь, не будешь расстраивать маму».

1. *Поинтересуйтесь поведением ребенка.*

По происшествии нескольких недель у Вас может создаться впечатление, что ситуация не улучшилась. Ваш ребенок по-прежнему кричит и плачет, когда Вы уходите. Но стоит Вам скрыться из виду, он начнет играть и счастливо проведет время до конца дня (Вы об этом можете и не подозревать). Поинтересуйтесь у воспитателя, уменьшилась ли продолжительность его переживаний после расставания с Вами. Если Ваш ребенок быстро восстанавливает своё душевное равновесие, можно больше не беспокоиться.

Рекомендовано государственным учреждением образования «Вороновский районный учебно-методический кабинет»

"Методические рекомендации для администрации и педагогов по организации взаимодействия учреждения образования

с семьями воспитанников

в современных условиях"