

РИТУАЛЫ ВСТРЕЧ И ПРОЩАНИЯ

Расставание в первые дни в детском саду бывает сложным и болезненным. Но чтобы вам не пришлось и дальше отдирать от себя судорожно вцепившегося в ногу ребенка и слушать волшебный крик «Ма-а-амочка, не уходи», от которого рушатся стены, нужно придумать какую-то хитрость. Это должен быть ваш личный ритуал.

Что такое ритуал встреч и прощания с мамой

Ритуал в классическом понимании – это последовательность действий по одному и тому же сценарию, который настраивает на нужный лад. В данном случае это утренний ритуал прощания в детском саду и вечерней встречи.

Ритуал должен быть:

- ✓ неизменным;
- ✓ приятным для ребенка, успокаивающим;
- ✓ выражающим вашу любовь и привязанность друг к другу.

Сколько по времени должен занимать ритуал?

Он может быть совсем коротким, на 1-2 минуты, и происходить непосредственно при прощании и встрече. Или более продолжительным, начинаться еще дома, продолжаться по дороге в детский сад и заканчиваться при расставании. Но только правильно рассчитывайте свои силы. Если вы постоянно опаздываете и хронически спешите, то лучше придумать коротенький сценарий, а не «комкать» существующий из-за нехватки времени. Это святое!

Варианты ритуалов встреч и прощания

❖ Обмен напоминашками

Обменивайтесь дома маленькими предметами, которые будут напоминать вам друг о друге. Это может быть каштанчик, брелок, игрушка-прищепка, небольшой шарик. Прячьте напоминашку сына в сумку с серьезным видом и говорите, что будете постоянно доставать ее и смотреть, когда вам станет грустно и тоскливо.

❖ Сказка по дороге

Заведите обычай придумывать вместе короткую сказку по дороге в детский сад и обратно. Главным героем может любое существо или предмет, которое вы увидели на улице первым: резиновые сапоги, детская горка, собака Тузик, девочка Соня. Рассчитывайте объем «произведения» так, чтобы оно заняло всю дорогу.

❖ Поцелуйчик в кармашке

Один из самых милых и популярных ритуалов. Задача мамы — «сложить» в карманчик или «спрятать» в ладошку волшебный поцелуй, который малыш сможет достать, когда будет сильно скучать. Для вас это скорее шутка и игра, но дети помнят и пользуются такими поцелуйчиками. Они дают им ощущение, что мама рядом и мама их любит.

❖ Помахать в окошко

Этот метод работает на «постепенное удаление», разделение. Малышам нравится стучаться в стекло, махать, их захватывает эта иллюзия, что мама

вроде близко, но по другую сторону стекла, а маме такой вариант помогает уйти так, как требуют психологи: не поддаваясь на капризы и сразу, не затягивая процесс прощания.

❖ Язык секретных агентов

Придумайте какие-то жесты, понятные только вам двоим. Например, дотронуться до носа пусть означает «постараюсь забрать тебя пораньше», положить руку на противоположное плечо – «буду скучать», поправить волосы на голове – «приготовлю сюрприз».

❖ «Поцелуй» носами

Обнимайтесь и тритесь друг о друга носами при расставании и встрече. Эта простая игра будет успокаивающим тактильным контактом. Еще можно целоваться ручками, локтями, лбами... В общем, чем угодно. Это никак не влияет на эффективность такого прощания.

❖ Прощальная песенка

В интернете можно найти самые разные короткие песенки-прощания. Если вы добавите в песню имя малыша и нежно будете напевать в преддверии разлуки, это поможет малышу заранее подготовиться и сделает само расставание более мягким. И такой прием будет работать скорее на подсознательном уровне, а значит, эффективнее любых слов.

❖ Вкусное угощение

Подкупать ребенка игрушками и подарками, уговаривая остаться в детском саду, категорически нельзя. Но можно завести ритуал вкусняшек. Малыш должен знать, что вы принесете ему вечером что-то вкусное и разрешите съесть по дороге домой. Это может быть конфета, маленькая шоколадка, печенье, пряник, банан, яблоко, мандаринка. Каждый день вкусняшки должны быть разными, малыш не должен знать заранее, что вы ему принесете. И у вас в сумке не должно быть пару килограммов этого печенья или таких же яблок.

❖ Что ты видишь?

Маленькая игра, с помощью которой можно облегчить дорогу до детского сада. Это не само прощание, но многие малыши начинают переживать разлуку ещё до прихода в сад. Чтобы их успокоить, хорошо подойдет песня или такая игра. Суть в том, что вы с малышом поочерёдно называете объекты, которые встречаются вам на пути.

Это, кстати, неплохо развивает словарный запас и внимательность. Эта игра увлекает и полностью отвлекает от скорого расставания.

Кстати, в эту игру можно играть в любое время, будь то дорога в садик, поездка к бабушке, прогулка по лесу...

Мы предложили несколько вариантов ритуалов встреч и прощаний, чтобы вас вдохновить. Можете использовать любой из них или придумать свой собственный, о котором никто даже не догадывается.