

Зачем нужен ритуал прощания?



Ритуал в классическом понимании – это последовательность действий по одному и тому же сценарию, который настраивает на нужный лад.

Ритуал прощания – ваши действия и слова, которые транслируют ребенку посыл, «я сейчас уйду, но обязательно вернусь» и, самое главное, «я тебя люблю». Ваша задача – использовать ритуал каждый раз, когда вы куда-то уходите. Это важно делать даже дома, чтобы малыш спокойно воспринимал временную разлуку, знал, что останется с кем-то из близких, а «мама скоро придет». Не убегайте, пока малыш не видит, не обманывайте его. Обнимайте и целуйте у дверей, говорите, когда вернетесь.

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.

Зачем ребенку ритуал прощания? Для ребенка важна стабильность. Он видит, что изо дня в день вы куда-то уходите, прощаетесь у порога и каждый раз возвращаетесь. В детском саду ритуал поможет ему быть спокойнее, когда утром вы оставите его в группе. Конечно, ребенку будет грустно, в первое время он будет плакать и скучать. Но психологически он будет готов, ведь вы уже много

раз доказывали ему – вы каждый раз приходите обратно.

Зачем Вам ритуал прощания? Ритуал помогает маме психологически подготовиться к тому, что придется отпустить малыша. Часто происходит ситуация, когда после прощания с мамой малыш плачет и воспитатель общается с ним, придумывает игры, чтобы его отвлечь. Но как только малыш отвлекается, мама вдруг вспоминает, что забыла положить ему носовой платочек, и заглядывает в группу. И ребенок заново испытывает тот же стресс. В другой ситуации мама тоже вспоминает про условный платочек, но не возвращается, потому что знает о последствиях. Она весь день корит себя, чувствует вину. Такая мама тоже не научилась отпускать ребенка.

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»: «прячьте» малышу в кармашек перед расставанием свой поцелуй из ладошки, чтобы он мог в любой момент «достать» его и вспомнить, что мама ушла недалеко и скоро за ним придет.

«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.

Это несколько вариантов ритуалов встреч и прощаний, можно всегда придумать свой собственный, о котором никто даже не догадывается. Но помните ритуал должен быть:

1. Неизменным;
2. Приятным для ребенка, успокаивающим;
3. Выражающим вашу любовь и привязанность друг к другу.