****

**Искусство успокаивать ребенка**

**Отдавая ребёнка в сад, родителям следует понимать и сопереживать волнениям малыша. Ребенок нуждается в успокоении, потому что он маленький и не может справиться со своими переживаниями сам. Успокаивать ребенка – довольно непростое занятие. Оно требует времени, терпения и уверенности в своей правоте. Ребенок надеется на взрослого, считает его более сильным, более терпеливым, более опытным, поэтому взрослый всегда может успокоить ребенка.**

**Ребенок устраивает самые бурные сцены самым любимым**

**и близким людям именно потому, что доверяет им, их силе и мудрости. Чтобы успокоить ребенка, нужно ему СОЧУВСТВОВАТЬ и верить, что малыш ничего НЕ ДЕЛАЕТ «НАЗЛО», он просто переживает еще непонятное ему взросление.**

**Предлагаем три способа показать ребенку, что вы его понимаете:**

**- Взять ребенка на руки (посадить на колени, прижать к себе), покачать, погладить и сказать, что вам действительно жаль его, ведь он так сильно расстраивается!**

**- Подумать, отчего именно ВАШ ребенок расстроен больше всего, и сказать ему об этом (ведь сами дети чаще всего**

**не могут рассказать словами о своих переживаниях).**

****

**Например, "Тебе грустно, что ты остаешься один (одна) без меня!", или "Тебе так не хочется идти в садик!", или "Ты**

**так боишься, что я поздно вернусь!" и т.д. Ведь каждая мама очень хорошо чувствует, что именно тревожит её малыша, только не всегда говорит об этом.**

**- Выслушать, не оправдываясь, все сердитые и обидные слова, которые говорит в данный момент ребенок. Главное сейчас – это его переживания, а не ваши переживания, сочувствующего взрослого. Важно помнить, что при расставании именно ребенок нуждается в утешении. Успокаивая ребенка, не ждите и не требуйте от него прощений, разрешений и оправданий для себя!**

**Каждый маленький ребенок очень хочет, чтобы мама и папа были всегда спокойны и радостны. При отрицательных эмоциях взрослых дома, ребёнок испытывает психологический дискомфорт: он сжимается от страха, когда мама и папа ссорятся; плачет, когда видит плачущую маму. Малыш хотел бы помочь своим любимым, но ему трудно нести ношу сочувствия взрослым. Невыносимость этой ноши делает одних детей капризными, тревожными; других – раздраженными, пугливыми; третьих – даже агрессивными. Сочувствуя ребенку, нужно постараться поставить себя на место ребенка. Если же маме или папе самим тяжело дается успокоение ребенка, если они сами слишком сильно переживают и им хочется прижаться к малышу, пожаловаться ему и утешиться около него, то им лучше поговорить об этом друг с другом, с хорошими друзьями, а может, даже с психологом.**

**Подготовила Коновалова И.И.**