

Ритуалы прощания для детей:

10 способов расставания с мамой без слёз

“Мамочка, не уходи!” Эти слова, полные любви и надежды, способны свернуть горы, но рано или поздно все же приходит пора расставания. По мере взросления ребенка все чаще возникают моменты, когда маме необходимо куда-то пойти или немного побыть подругой, бизнес-леди или просто женщиной. И вы, наверняка, подозреваете, что от того, насколько грамотными будут наши действия при прощании, зависит успешность всей миссии.

Что такое “ритуалы прощания”?

Таким термином называют традиционные действия, которые вы делаете перед тем, как сказать “пока-пока” ребёнку. Действия повторяются и создают некий уникальный ритуал, обычай, который помогает малышу быстрее привыкнуть и понять, что мама его не бросает, а все также любит. Некая игра, которая способна отвлечь малыша от того, как он сам скучает по маме.

Примеры ритуалов при прощании.

1. Лайт-версия

Самое простое — это повторять одинаковый набор действий, которые обязательно нужно сделать перед уходом:

- Рассказать куда и насколько вы уходите;
- Когда вернётесь;
- Предложить помочь собрать все необходимое;
- Поцеловать друг друга.

Такой вариант сложно назвать ритуалом, тем не менее — это набор повторяющихся действий. Он подходит более спокойным и привыкшим к расставаниям или подростковым малышам. Хотя чаще всего такого ритуала не достаточно.

2. Обмен подарками

Можно договориться с малышом, что каждый раз при встрече вы будете обмениваться небольшими сувенирами, которые во время расставания вам напоминали друг о друге. Например, если мама пошла на маникюр в салон, то она может принести крохе визитку этого салона или конфетку-малышку, которые там дают клиентам. А малыш тем временем, гуляя с папой или бабушкой принесёт с прогулки камешек/листочек/веточку. Поначалу его займёт поиск того самого подарка для мамы, а потом сам сувенир будет напоминать крохе, что мама скоро вернётся.

П.С: я не предлагаю **подкупать** ребёнка и каждый раз приносить ему новые игрушки или вкусности. Пусть лучше это будет то, что досталось вам бесплатно, безделушка, которую наполнит смыслом сам малыш.

3. Поцелуй в карманчике

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.

4. 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.

5. Поцелуй носами

Милый метод сказать “пока” по-особенному. Маленькая забава-игра, которая способна немного повеселить и отвлечь карапуза. Еще можно целоваться ручками, локтями, лбами... В общем, чем угодно. Это никак не влияет на эффективность такого прощания.

6. Секретный жест

Для бруталов или тех, кому совсем не нравятся объятья, поцелуйчики и другое “мимими”. Например, почесывание уха значит “я тебя люблю”, а подмигивание “я буду скучать”. Можно ещё попрощаться на “секретном языке” (набор непонятных никому звуков). Это очень умильно и смешно, особенно для детей.

7. Игрушка-целовашка

Это не простая кукла/зверюшка взятая из дома, а особая игрушка “заряженная” маминой любовью. Возьмите любого пупса, который нравится малышу и расскажите, что он будет рядом, пока мама вынуждена уйти. Игрушка с радостью “поцелует и обнимет” ребёнка, когда он сильно заскучает, и будет охранять малыша.

Такой “кусочек дома” очень помогает в садике и даже если воспитатели против, чтобы дети приносили игрушки, объясните им. Думаю они будут только рады, если малыш будет спокойным и ему это действительно будет помогать. Главное, не тащить в сад вагон и маленькую тележку различных игрушек. Вполне хватит одной.

8. 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.

9. 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. Так мы, например, начинали с деревьев и дороги, а теперь дочка с радостью заявляет: “я вижу антенну вон на том доме/кошку в окне/несъедобные грибы”. 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...

10. Золотой ключик

На самом деле ключ может быть и не золотым, главное что-то открывать. Например, почтовый ящик, шкатулку с сокровищами... Главное, чтобы это *что-то* было важным и ребёнок знал, что вы будете ждать его возвращения, прежде чем открыть *это*. Таким образом у ребёнка появляется сразу два важных чувства: мама обязательно вернётся и мама верит, что я сохраню ключик, доверяет его мне.

В итоге игр-ритуалов получилось 10. Некоторые из них похожи друг на друга, какие-то подходят одним детям, какие-то другим... Но, по сути, все они — лишь вектор, идеи, которыми вы можете вдохновиться и создать нечто уникальное, индивидуальное, специально для Вашего ребёнка.

Все эти варианты объединяет одно — это лишь способы подарить ребёнку немного вашей любви, ведь именно мамина любовь так нужна и необходима каждому малышу. Любовь — самый дорогой и ценный подарок, который мы можем подарить нашим детям!