**Уважаемые родители!**

**Предлагаю Вашему вниманию несколько консультаций, посвященных типичным летним проблемам.**

1. **Ребенок раньше общался с бабушкой и дедушкой, но вдруг начал капризничать, просит забрать его.**

Иногда дети протестуют против того, чтобы побыть с бабушкой и дедушкой летом. Такое случается даже с детьми, которые уже жили с ними, а иногда с теми, чьи родители тренировали совместное проживание, то есть бабушка приезжала и гостила по нескольку дней. Если ваш ребенок переживает без вас, то главное, о чем нужно помнить: в этой ситуации нет виноватых. Причина настроения ребенка – не стресс, а поломка «алгоритма поведения» и привычек, которые вырабатывались между вами и ребенком все это время. Чтобы избежать протеста ребенка, родители должны передать старшим родственникам подробную информацию о его действиях в течение дня. Проговорите ритуалы отхода ко сну, особенности прогулки, формы общения, особенности питания, предпочтения в играх. Привычное поведение поможет ребенку чувствовать себя защищенным без родителей.

Вот шесть пунктов, которые нужно выполнить, чтобы помочь ребенку. Пункт первый: пересказать им распорядок дня в будни и выходные дни, выделить важные моменты. Пункт второй: описать особенности питания ребенка. Пункт третий: рассказать о ритуалах ребенка в течение дня, например, прочитать сказку перед сном, посмотреть мультфильм в определенное время, послушать колыбельную, пообниматься утром. Пункт четвертый: маме желательно один или два раза в день звонить ребенку, лучше через видеозвонок. Во время звонка хвалить ребенка в его присутствии. Пункт пятый: поощрять ребенка знакомыми ему способами – игрушками, словами, интересным времяпровождением. Пункт шестой: играть с ребенком в течение 20-30 минут в день в те игры, которые он предлагает или которые ему нравятся.

Иногда бабушки и дедушки стремятся активно воспитывать ребенка. Донесите до них, что необходимо четко следовать расписанию и привычным особенностям быта ребенка хотя бы первые три дня. Только после этого можно при необходимости корректировать быт, причем делать это постепенно.

Когда ребенок категоричен и отказывается оставаться с бабушкой и дедушкой, не нужно сразу же забирать его. Пообещайте, что заберете раньше, чем запланировали, и выполните обещание.

1. **Как помочь ребенку, если у него неожиданно возник новый страх.**

Если ваш ребенок вдруг сильно испугался что-то, а у вас нет возможности обратиться к педагогу-психологу, не отчаивайтесь. Вы можете помочь ему сами. Запомните одно правило: чтобы преодолеть у ребенка страх, важно говорить о нем и пробовать изобразить его. Изображать телом, на бумаге, с помощью пластилина, теста, песка – обычного или кинетического.

Есть мнение, что нужно «переключить» ребенка от пугающих событий, но оно неверно. Когда ребенок окажется один, особенно во время ночного сна, он все равно столкнется с мыслями о произошедшем. От этих мыслей и чувств ему станет хуже, ведь они будут непонятны ему, он не успел осознать, что произошло и что можно с этим делать.

Предлагаю алгоритм из пяти шагов для ситуаций, когда ребенок испугался. Шаг первый: подробно расспросите ребенка о том, как все произошло. Попросите описать, что он видел, какие звуки слышал, кто был рядом, что он делал. Шаг второй: предложите ребенку показать место на теле, где он почувствовал напряжение, когда он испугался, либо же показать телом то, как он сидел, стоял, смотрел; изобразить телом ситуацию, в которой он находился, и то, как отреагировало его тело. Шаг третий: попросите ребенка «вытащить» из этого места на теле свой страх и нарисовать его на бумаге или вылепить. Выбирайте то изобразительное средство, которое нравиться ребенку. Если ребенок не смог осознать, где его страх, то пусть он изобразит его без отсылки к телу. Важно: если ребенок говорит, что не знает, как рисовать страх, не делайте это за него. Покажите вашу готовность помочь, но избегайте помогать действиями. Дайте словесную подсказку, например: имеет ли страх тело, голову, цвет, звук: большой он или маленький. Шаг четвертый: когда ребенок нарисует или вытеснит страх, предложите сделать рисунок или фигурку смешной, нестрашной, доброй. Предоставьте выбор ребенку, как именно это сделать. Если ребенок затруднятся, предложите несколько вариантов, чтобы он выбрал сам: фигурка улыбается, дарит конфетку, становится красивой, улетает в другой город, превращается в голубя. Главное – изобразить все это на рисунке или вылепленной фигуре. Шаг пятый: в течение недели повторяйте алгоритм со второго шага до пятого.

1. **Что делать, чтобы летом ребенок не растерял навыки, которые получил в детском саду.**

Родители с высокой требовательностью к себе и своим детям иногда беспокоятся, сохранит ли ребенок знания и навыки, которые он приобрел в детском саду, особенно если он готовится к школе или занимается у специалистов. В первую очередь я хочу успокоить вас: дошкольный возраст – это период игры и главная задача ребенка сейчас – играть. А обучение – это основная задача взаимодействия в следующий школьный период. Программы детского сада предусматривают перерыв в занятиях летом, и после каникул специалисты возобновляют работу с ребенком и восстанавливают навыки. Озвучу перечень действий родителей, которые помогут поддержать знания и навыки детей.

1. Играть с ребенком в его любимые игры. При этом обращать его внимание на цвет, форму, величину, количество, свойство предметов, которыми вы манипулируете.
2. Рисовать с ребенком по его замыслу и на заданную тему – предметы, человека, сюжет.
3. Конструировать из бумаги, манипулировать с пластилином, песком, водой.
4. Читать ребенку и обсуждать прочитанное: кто герой, что произошло, чем все закончилось.
5. Играть в игру «Придумай слово». В ней взрослый и ребенок по очереди называют слова, которые заканчиваются или начинаются на определенную букву.
6. Обсуждать с ребенком изменения времен года, частей суток. Обсуждать действия, которые свойственны этому времени: «днем мы гуляем», «зимой можно кататься на санках».
7. На детской площадке давать ребенку возможность скатываться на горке, лазать по турникету, висеть на перекладине – это подготовка руки к письму.
8. Говорить с ребенком о чувствах и эмоциях, которые он может испытывать в той или иной ситуации, например: «Что ты почувствовал, когда неожиданно увидел друга? Как ты думаешь, он был рад тебя увидеть? Как ты узнал об этом?», «Почему мальчик из мультика расплакался?» Так мы развиваем эмоциональный интеллект и социальные навыки.

ЖЕЛАЕМ КРЕПКОГО ЗДОРОВЬЯ И ХОРОШЕГО НАСТРОЕНИЯ ВАМ И ВАШИМ ДЕТЯМ

Педагог-психолог ДОУ № 243

Мария Евгеньевна Кожевникова