

## ЕСЛИ РЕБЕНОК НЕ ОТПУСКАЕТ МАМУ

Каждый раз, когда Вы собираетесь уходить, Ваше чадо начинает горько и безутешно плакать. Для большинства мам это настоящее испытание, которого хочется избежать любыми способами.

*Какие чувства испытывает ребенок?*

*Как его успокаивать: утешать или ругать, оставаться или уходить?*

*А главное, как помочь ему безболезненно переносить наше отсутствие?*

Чаще всего бурно реагируют на уход малыши, которые большую часть времени проводят с мамой. В семьях, где маму на короткое время, но регулярно, подменяет кто-то из родных, маленький довольно быстро привыкает какое-то время обходиться без нее. Хотя иногда бывает, что малыш, еще вчера спокойно отпускавший маму, вдруг начинает протестовать против ее ухода. Что же испытывает ребенок, наблюдая за Вашими сборами? Какие чувства вызывает у него Ваш уход? В силу своего эгоцентризма, все, что происходит в семье, маленький ребенок, воспринимает в непосредственной связи с собой. Ему пока трудно понять, что какая-то часть маминой жизни не связана с ним, что у нее есть что-то свое. Поэтому малыш может связать мамин уход, например, с тем, что он недостаточно хорошо себя вел, и таким образом его наказывают. Чтобы Ваше отсутствие не вызывало негативную реакцию, уходя куда-нибудь ненадолго, в магазин или парикмахерскую, обязательно скажите малышу куда Вы идете и через какое время вернетесь. Даже если Вы считаете, что ребенок слишком мал для такой информации, Ваши слова удивительным образом успокоят его и помогут дождаться Вашего возвращения.



Особенно важно заранее позаботиться о том, чтобы ребенок был в состоянии спокойно переносить Ваше отсутствие, если Вы собираетесь выходить на работу. Маленький ребенок чутко реагирует на проявления Ваших чувств, поэтому важно, чтобы Вы были уверены в человеке, с которым его оставляете. Если Вы знаете, что о малыше хорошо позаботятся, Ваше спокойствие и уверенность, помогут ему справиться с тревогой. Хорошо если у ребенка есть любимая игрушка или вещица: зайчик, машинка, платочек, она послужит ему утешением в Ваше отсутствие, символизируя Вашу часть, неотлучно находящуюся с ним. Не уходите тайком, в надежде, что это будет менее болезненно для ребенка, таким образом, Вы облегчаете расставание только себе. Ребенок, обнаружив Ваше отсутствие, может решить, что Вы его бросили или просто исчезли. Обязательно улыбнитесь ему и скажите что-нибудь ласковое перед тем, как уйти, ему важно знать, что мама любит его и думает о нем независимо от того, рядом она сейчас или нет.

Крик для маленького ребенка – магический способ, с помощью которого он получает то, что ему нужно. И если Вы задерживаетесь всякий раз, когда он кричит, он будет повторять этот «фокус», чтобы добиваться желаемого результата.

Следует ли из этого, что не нужно задерживаться?

Нет, потому что ребенку действительно нужно, чтобы его утешили, и он заявляет об этом как умеет. Для чувства безопасности ребенка важно, чтобы его нужды в заботе и любви удовлетворялись. Но также, в силу должен вступить принцип реальности, Вы можете ненадолго остаться, но при этом четко обозначьте временные рамки: «Я побуду с тобой пять минут, а потом пойду».



Таким образом, Вы покажете малышу, что для вас важны его чувства и желания, не поддерживая при этом его иллюзию всемогущества, отказом от собственных намерений.

Ребенок может почувствовать себя покинутым, не только когда Вы уходите, но и если Вы «забыли» о нем, заговорившись с подругой или соседкой. Во время разговора с «чужаками», которые «отнимают» Вас у ребенка, дотрагивайтесь до него, погладьте по голове, поглядывайте на него почаще, чтобы показать ему, что Вы рядом. Не игнорируйте ребенка и не упрекайте его в том, что он Вам мешает, это только усилит его переживания. Для него то, что Вы рядом, но при этом недоступны, непонятная и пугающая ситуация. Ребенку важно чувствовать непрерывность вашей связи с ним.

Некоторые дети испытывают тревогу в связи с отсутствием мамы лишь время от времени. В раннем детстве каждый скачок в развитии предваряется усилением беспокойства. Ребенок стремительно растет, развивается, исследует вселенную, но в какой-то момент испытывает потребность вернуться в теплые мамины объятия, уютные и безопасные, чтобы почерпнуть в них уверенность и энергию для новых «вылазок» в большой мир. Поэтому когда ребенок вдруг начинает вести себя «как малыш», чаще всего это означает, что он вскоре порадует Вас новым достижением. Не упрекайте ребенка, что он стал вести себя как маленький, проводите с ним больше времени, чаще обнимайте и целуйте его, играйте с ним, все это усилит его чувство защищенности. Например, игра в прятки поможет ребенку понять, что если Вас нет – это не страшно.

С каждым разом он боится все меньше. Когда он подзарядится Вашей любовью, почувствует Вашу готовность принимать не только его сильные, но и слабые, нуждающиеся в заботе стороны, он вновь сможет отправиться на встречу новым открытиям.

