

## Сделаем утро ребёнка добрым!



Как же бывает трудно по утрам разбудить и собрать ребенка в детский садик! Он так сладко спит, а мы вытаскиваем его из сна, запикиваем еще сонное тельце в одежду, подгоняем, раздражаемся. Результат - и родители раздражены, и ребенок совсем несчастен. И, вдобавок все это дает негативный заряд на целый день.

Минимизировать последствия раннего пробуждения не только можно, но и нужно, и, кстати, это не так уж и сложно.

Не вытаскивайте его из сна, а потихонечку развеите сон, как утренний туман. Сначала войдите к нему в комнату, подвигайтесь, дайте ему почувствовать сквозь сон ваше присутствие, потом приблизьтесь, прикоснитесь. Дайте ребенку потянуться, поворочаться, еще немного полежать с закрытыми глазами. Найдите для ребенка повод проснуться. Действительно, зачем ему вставать рано? Мама опаздывает, нужно в детский сад, дела. Все это незначительно для ребенка. Но, возможно, на кухне его ожидает сюрприз? А может его любимая игрушка тоже хочет почистить зубки? Дайте понять, что проснуться ребенку не просто надо - это приятно. Тот ребенок, который капризничает, тянет время, просто обеспечивает себя полноценным вниманием мамы. Но бывает и наоборот: ребенок собирается сам, кушает, одевается. А мы не обращаем внимания, моем посуду, поправляем причёску. Если вам необходимо завершить какие-то утренние дела, привлекайте ребенка к их выполнению, хвалите его за помощь. Дорога в детский сад - это прекрасная возможность побыть чуть больше вместе. Разнообразьте её!

Помните - ваше утреннее настроение является залогом того, как пройдет весь ваш день и день вашего ребенка. Постарайтесь сделать это утро добрым!

