**Как помочь ребенку стать самостоятельным в дошкольном возрасте?**

 С годами ребёнок должен развиваться. В том числе и психологически. Базовых механизмов психологического развития два. Это подражание (ребенок старается уподобиться взрослому) и отделение, постепенно готовящее его к самостоятельной жизни. Но ведь отделение ребенка вовсе не обязательно должно происходить за счет его ранней «ссылки» на ночь в другую комнату! Тем более что в нашей традиционной культуре это не принято и, значит, подсознательно воспринимается малышом как нечто неправильное. Кроме того, нужно учитывать особенности психики ребенка и конкретные обстоятельства его жизни. Ранимых, впечатлительных детей лучше оберегать от дополнительных стрессов. Воспитание должно быть сбалансированным, чтобы не было ни депривации (дефицита любви), ни гиперопеки, когда взрослые трясутся над своим отпрыском, не давая ему ступить ни шагу без подсказки.

Скажем, малыш в 4 года спокойно засыпал в своей комнате, а потом пошел в сад и перестал отпускать от себя но вечерам маму. Родные считают это капризами. А на самом деле посещение детского сада – серьезное отделение ребенка от семьи, ведь он проводит в саду почти целый день. И, возвращаясь домой, нуждается в усиленной эмоциональной поддержке, в большей близости с родителями. Вопрос, спит ли ребенок отдельно, не является принципиальным для его социализации и эмоционального развития, особенно в дошкольном возрасте. Проблема и другом. Родители нередко развивают самостоятельность ребенка, чуть ли не насильно заставляя его засыпать в одиночестве, но при этом боятся отпустить его одного даже в соседний подъезд. Нормальное же отделение ребенка старшего дошкольного возраста состоит в том, что он должен научиться комфортно чувствовать себя без мамы в детском коллективе, общаться с друзьями семьи и отдельно живущими родственниками, спокойно оставаться у них ночевать, не стесняться обратиться с вопросом или просьбой к преподавателю, продавцу, консьержке. Есть много способов развивать самостоятельность, не мучая ребенка непосильными требованиями. Когда же он психически окрепнет, то сам выразит готовность спать отдельно. К сожалению, часто родителям не хватает терпения дождаться этого момента.

**Несколько полезных советов:**

**Во – первых**, не стоит ограничиваться одним ребенком. Для нормального эмоционального развития детей в семье должно быть несколько.

**Во – вторых**, нужно чаще общаться с родными и друзьями, приглашать их домой не только по большим праздникам.

**В – третьих**, нужно больше разговаривать с малышом. Он должен чувствовать, что он не один, это дает ощущение защиты. Когда ребенок начинает выходить в мир и осваивать новые социальные роли, важно, чтобы он начал контактировать с другими детьми. В последнее время издано много пособий с описанием простейших игр для самых маленьких. Ознакомьтесь с ними. Почему дети сейчас не играют? Да потому, что маленький ребенок не может играть один. Дети, не получившие опыта полноценной сюжетно-ролевой игры, имеют упрощенные представления о социальных отношениях. Из – за отсутствия этого опыта у них потом проявится неумение строить отношения в школе.

Источник:psуlist.net