ХИТРОСТИ "ПЕРЕСЕЛЕНИЯ" РЕБЁНКА В ОТДЕЛЬНУЮ КРОВАТЬ

Чтобы переход в отдельную кровать прошёл для ребёнка легче, помогите ему увидеть в этом "переселении" положительные стороны.

Расскажите ребёнку, что такие большие мальчики и девочки, как он, спят в своих кроватях. Можно попробовать порисовать на тему отдельной кровати, разыграть "отселение от мамы" с игрушками, подчеркнув плюсы собственного, отдельного спального места. Например, в тесной родительской кровати медвежонок не высыпался, а в отдельной стал высыпаться так, что сразу и рисовать, и бегать, и прыгать стал лучше всех.

Используйте сказкотерапию. Расскажите малышу сказку, например, о том, что в родительской кровати живут только сны для взрослых (про работу и домашние дела) и для младенцев (про соски и погремушки). А самые интересные, волшебные детские сны в кровать, где спят взрослые, никогда не залетают. А прилетают они только к детским кроваткам. Не захочет ли ваш малыш попробовать поспать один и проверить, что ему приснится? А то вдруг его волшебный детский сон устанет ждать у пустой кроватки и улетит к другому малышу?

Предложите ребенку спать с любимым плюшевым мишкой или куклой. Расскажите, что игрушка будет ночью следить, чтобы малышу снились только добрые сны.

Привлекайте малыша к выбору собственной кровати и постельного белья.

Сообща придумайте какое-то оформление-оснащение кровати — что-то, что укрепило бы малыша в желании иметь свое спальное место ("сказочный" ночник, "волшебные" картинки и прочие аксессуары). Мой сын повесил над своей кроватью собственноручно нарисованный "Волшебный фонарь", который должен был показывать ему ночью интересные сны.

Введите новые вечерние ритуалы. Спойте малышу на ночь колыбельную или почитайте сказку. Я своим детям показываю перед сном диафильмы. Для них это отличный способ пообщаться со мной и успокоиться.

Иногда работает такое: новая кровать появляется к возвращению детей с дачи, где они провели все лето.

Если малыш боится темноты, не закрывайте дверь в его комнату, пока он не уснёт, или включайте ночник.

* Для деток постарше (3-4 года), можно устроить "Праздник переселения", и так в игровой форме перевести ребенка в отдельную кровать.

