

## **Когда под елкой стало пусто.**

Почти отшумели праздники, открыты и даже немного надоели такие долгожданные подарки от Деда Мороза, утихли эмоции от просмотренных спектаклей, ярких салютов и уличной иллюминации. Взрослым следует постараться, чтобы войти в рабочий ритм. А что же дети? Как они справляются с тем, что праздник так внезапно закончился? Если без вашей помощи, уважаемые взрослые, тогда с трудом и большими эмоциональными затратами. В условиях общественного учреждения дети «держат лицо»; кому-то встреча с друзьями доставила истинную радость. Но с возвращением домой к вечеру начинается просто испытание буднями. Это не только восстановление сбалансированного питания, налаживание рабочего режима сна и бодрствования, это неожиданный протест в ответ на самые обычные просьбы. И если режим и питание можно легко наладить благодаря выходу ребенка в детский сад, то из «ловушки праздника» выбраться будет непросто.

«А мы не пойдем на выходных на фильм (спектакль, в детский центр, в кафе) Как это?» - разочарование предстоящими скучными выходными застаёт вас врасплох. Сколько было вложено энергии в эти праздники, а после них необходимо ещё больше этой самой энергии, чтобы войти в рабочий режим и вернуть к будничной жизни не только себя, но и своих детей.

Буду чрезвычайно рада, если в ваших семьях не возникнет таких сложностей. Но от рекомендаций не откажусь. Вдруг пригодятся...Рецептов от послепраздничной хандры много: устройте прощание со всей новогодней атрибутикой, с благодарностью, что провели такие веселые (или спокойные) праздники, попросите ребенка нарисовать самые запомнившиеся эпизоды, помогите ему, запишите отдельные впечатления вместе с ним на рисунках, вспомните, что было самое неожиданное (удивительное, смешное, вкусное) на праздниках. Проживите с охотой, вместе все эмоции, что получили на выходных, делайте это искренне, с радостью. Найдите в событиях праздника что-то чудесное, необыкновенное и обратите на это внимание ребенка. И когда все новогодние шарики и огоньки нашли свое место в коробках и отправились отдыхать, попробуйте объяснить малышу, как много надо сделать до следующих праздников, чему научиться, что новое узнать, куда отправиться.

Какими бы долгожданными ни были праздники, взрослым следует помнить, что они закончатся. И каждому малышу требуется добрая, родная рука, которая ведет его вперед – не от праздника к празднику, а по жизни, в которой есть место всему – и яркому салюту, и веселому хороводу, и работе, которой сопутствует успех, а после упорного труда придёт большая победа.

**Педагог-психолог Бычковас Л.В.**