**Новый год – время волшебства…**

***Новый год с детьми: советы психолога***

      Новый год – самый долгожданный и радостный праздник для большинства взрослых, и уж тем более для детей! Уже в самом начале декабря на улице и в общественных местах появляются нарядные ёлочки и яркие сверкающие гирлянды, что создаёт праздничное настроение и предвкушение чего-то волшебного. И взрослые, и дети с нетерпением ожидают новогодних каникул, подарков, радостных застолий с близкими и друзьями, зимних уличных развлечений и уютных вечеров в кругу семьи.

      В каждой семье существуют свои собственные традиции празднования Нового года и проведения новогодних каникул, многие стараются сделать эти дни как можно более праздничными и насыщенными, но для тех родителей, чьи дети ещё не пошли в школу (до 7 лет), ознакомьтесь с несколькими советами, чтобы новогодние праздники не обернулись неприятностями.

*Совет первый: режим дня.*

    Все мы знаем, что Новый год – это целый день возбуждённой суеты по дому и радостных приготовлений к волшебной ночи, и потом – целая ночь веселья и вкусной еды! Ну а после нас ждут ещё долгие новогодние каникулы, когда взрослые могут побыть с семьёй, и им не нужно рано вставать и ходить на работу. Это значит, что зачастую и у самых маленьких членов семьи нарушается режим дня, что действует на малышей как стресс. Поэтому часто к концу новогодних праздников детки чувствуют переутомление или перевозбуждение, становятся капризными и непослушными. В связи с этим родителям важно помнить: значительные изменения распорядка дня является сильным стрессом для ребёнка, и чем младше малыш, тем сильнее стресс. Несмотря на каникулы, вставать и ложиться малышу лучше в привычное для него время.

До 2-3 или даже 4 лет бессмысленно побуждать ребенка встречать Новый год в полночь. Малыши еще далеки от понимания торжественности новогодней ночи.

2. Волшебство Нового года становится уже ближе детям в 5-7 лет. Им можно разрешить побыть с родителями и гостями до 12 ночи. А после их лучше проводить спать.

3. Если ребенок засыпает, не стремитесь стимулировать бодрость, чтобы он встречал с вами Новый год.

*Совет второй: знакомство с Дедушкой Морозом.*

       Собираясь на детский праздник или приглашая Дедушку Мороза домой, помните, что маленькие дети с большой тревогой относятся к незнакомцам, и тем большим волнением может быть встреча с таким ярким, большим, громогласным и необычным чужаком. Если вы впервые оформляете заказ Деда Мороза на дом, то придется заранее провести серьезную подготовку с ребенком. Иначе вместо радости, подарите ребенку стресс. Читайте стихи и давайте слушать песни про Деда Мороза, показывайте его на картинках. Выбирайте для заказа услуги не просто актера, а человека с педагогическим образованием. Обязательно держите ребенка за руку, поглаживайте по плечу, когда придет Дед Мороз. Ребенок должен ощущать вашу поддержку и безопасность своего положения при незнакомом человеке.

Малышу потребуется какое-то время, чтобы присмотреться к незнакомому человеку, привыкнуть к его необычному внешнему виду, почувствовать его доброжелательность. Не стоит настаивать на том, чтобы ребёнок подошёл к Дедушке Морозу, поздоровался или обнял его, пока самому малышу этого не захочется, так как это может напугать ребёнка. Помните, что двух-трёхлетний ребёнок может не обрадоваться, а испугаться Деда Мороза, если он будет слишком громким или активным.

       Не ждите от ребёнка активности: если он вдруг отказывается общаться с Дедушкой Морозом, петь ему песенку или рассказывать стишок, а просто стоит рядом и рассматривает незнакомца, это вовсе не значит, что ему не нравится. Ребёнок может не сказать ни единого слова, но быть при этом в полном восторге. Если же родители попытаются уговаривать или заставлять ребёнка пообщаться с Дедушкой, это может привести к слезам и полному отказу от контактов.

*Совет третий: «Новогодние ёлки» и домашние праздники.*

       Отмечать Новый год мы привыкли не один раз, а много – с родными, с друзьями, с коллегами на работе. Для детей также устраивается масса мероприятий – дома, в детских садах, в районных культурных центрах. В связи с этим возникает вопрос: сколько праздников можно посетить за новогодние каникулы?

Лучше всего, чтобы Новогодний праздник, наполненный яркими впечатлениями и сильными эмоциями, был один – так он произведёт большее впечатление. Большое количество праздников и встреч, полных эмоциональных переживаний, может послужить сильным стрессом для ребёнка. Для самых маленьких детей важно, чтобы и во время самого Нового года, и в новогодние каникулы жизнь не теряла своей понятности и размеренности. Слишком сильные эмоции или череда волнительных праздников могут выбить ребёнка из колеи, привести к поведенческим сбоям или переутомлению. Не путайте волшебство праздника и баловство, исполнение любых прихотей ребенка. Правила должны сохранять свое постоянство

*Совет четвёртый: подарки.*

       Выбирая подарок своему малышу, родители и близкие должны помнить о возрастных особенностях ребёнка: не стоит дарить слишком дорогие подарки детям, которые находятся в периоде исследования и стремятся сломать или разобрать все игрушки, также не стоит дарить такие игры, играть в которые ребёнок не сможет в силу того, что они ещё слишком сложны для него. Всё это может привести к ситуации, когда родителям приходится забирать подаренную игру, и это вызовет обиду и слёзы. По этой же причине не следует дарить сладкие подарки, если в них сладостей больше, чем можно съесть малышу за один раз.

     Не ждите от малыша мгновенной радостной реакции на подарок – часто ребёнку нужно время, чтобы рассмотреть подаренный предмет, понять, что это и как с этим играют, и только потом он сможет оценить всю прелесть этого подарка. Сразу оценить ребёнок может только яркий и броский подарок, однако это не всегда хорошо. Игрушка, которая сначала не произвела впечатления, может вскоре стать лучшим другом и неразлучным спутником.

       И конечно же, самое важное для малыша – не только в новогодние каникулы, но и в повседневной жизни – это любовь и внимание родителей! Создайте гармоничную обстановку в семье на Новый год – тогда ребенок получит максимум позитивных эмоций от праздника.

**Идеи для праздника**:

1. «Мешочек желаний» — каждый пишет свое желание на будущий год и кладет в мешочек. Если ребенок не умеет писать, за него пишут родители. После мешочек завязывают и не открывают до следующего Нового года, когда каждый сможет проверить, насколько сбылись его мечты.

2. Проведите семейный новогодний маскарад как конкурс. Заготовьте маски, костюмы, грим, украшения, а потом определите лучший новогодний образ.

3. Новогодние подарки можно тоже не просто забирать из-под елки. Например, для ребенка или папы в подарке под елкой может быть только 1 открытка с первым заданием-указанием к следующей подсказке маршрута, который приведет к основному подарку. Подберите самые разные игры и конкурсы на Новый год, которые скрасят праздничный досуг. И не беда, если они окажутся детскими – новогодняя ночь как раз нередко дарит нам воспоминания из детства.

     С наступающим Новым годом!