**Советы работающим мамам**

 Мама ходит на работу, а малыша приходится вести в детский сад. Как в таких условиях, когда времени на общение очень мало, сохранить теплые, близкие отношения и не потерять связь с ребенком?

 Существует несколько секретов:
1. Утром не торопитесь будить малыша. Начинайте будить его минут на 10 раньше времени. Так вы не спеша сможете пообниматься и провести все утренние процедуры. Задайте ребенку настрой на целый день. Скажите, что сегодня он будет необычным, чудесным, интересным и пр.
2. Пусть завтрак будет общим для всей семьи. Во время завтрака пообщайтесь о планах друг друга на день.
3. Напишите ребенку маленькую записку и положите ее в портфель, чтобы он смог прочесть ее в школе. Это могут быть слова о вашей любви к нему, или слова поддержки, а может, у вас есть собственные, известные только вам, кодовые слова… Если ребенок маленький, дайте ему с собой в детский сад какой-нибудь предмет, который будет напоминать ему о вас.
4. По дороге в детский сад или школу поднимайте друг другу настроение. Пойте песенки, вспоминайте семейные шутки…
5. Не несите работу домой. Отключитесь от всех рабочих моментов, чтобы полностью быть с семьей.
6. Во время разговора с ребенком о его делах в школе или детском саду, слушайте только его. Не отвечайте на телефон, не смотрите в компьютер, выключите телевизор в такие моменты. Вы и так мало времени проводите вместе с ребенком.
7. Помните, что драка подушками намного лучше поможет выпустить пар, чем крики и ссоры.
8. Что бы ни случилось днем, завершайте его миром. Не ложитесь спать с обидой или раздражением.