

Советы родителям, как пережить кризис



СИСТЕМА
Методист детского сада

1 Воспитывайте свои эмоции

Настройте себя на положительные эмоции. Помните, что ребенок чувствует ваши эмоции и каждый раз проверяет границы дозволенного.

5 Будьте последовательны

Сформируйте четкие правила и придерживайтесь их. Если уже сказали, что не купите игрушку, то не поддавайтесь на уговоры.

2 Помните, что плохой не ребенок, а его поведение

Если ребенок ведет себя неприемлемо, акцентируйте его внимание на плохом поступке, а не на нем самом.

6 Запаситесь интересными предметами

Соберите в коробку шарики, массу для лепки, маленькие игрушки. Если ребенок капризничает, переключите его внимание на игру.

3 Планируйте

Сообщайте ребенку, что его ждет в ближайшее время: «Сейчас мы пообедаем и будем ложиться спать». Так ребенок почувствует себя защищенным.

7 Креативьте

Ведите себя непривычно, если ребенок капризничает. Поет вместо обеда? Подпевайте! От голода он не умрет, зато вы отвлекете его от истерики.

4 Идите на компромисс

Не будьте категоричны в мелочах. Договаривайтесь, находите общее решение.

8 Развивайте способности ребенка

Сфокусируйте внимание на его интересах. Занятие интересным делом поможет снизить у ребенка негативные эмоции.

Кризис трех лет

Игры для детей и родителей

Педагог-психолог:

Каб. _____ Тел. _____

Игра «Игрушечный магазинчик»

Завяжите ребенку глаза, разложите на полу 3–5 неизвестных игрушек, которые он должен угадать.

Игра «Непослушные подушки»

Скажите ребенку, что в комнате появились непослушные подушки, которыми можно весело поиграть.

Игра «Покажи чувство руками»

Предложите ребенку представить, что его руки стали живыми, и они могут радоваться, плакать, ругаться. Сначала взрослый показывает руками чувства, а ребенок повторяет, затем наоборот.

Игра «Школа непослушания»

Предложите ребенку поиграть в школу непослушания, в которой ученики и учителя – животные. Ребенок должен демонстрировать плохое поведение. Например, директор школы может сказать: «Кинь в кого-нибудь игрушку».

Ролевая игра

Взрослый и ребенок изображают животных, которые сочетают разные качества. Например, трусливый орел, смелый жук.

Игра «Прогнать злодея»

Скажите, что на стул забрался злодей, нужно прогнать его. Ребенок может кричать, топтать, бить стул пластиковыми бутылками.

