

Советы родителям.



Пять рецептов избавления от гнева.

1. Наладьте взаимоотношения со своим ребёнком, чтобы он чувствовал себя с вами спокойно и уверенно:

- Слушайте его;
- Проводите с ним как можно больше времени;
- Делитесь с ним своим опытом;
- Расскажите ему о своём детстве, победах и неудачах.

2. Следите за собой, особенно в те минуты, когда вы находитесь под действием стресса и вас легко вывести из равновесия:

- Отмените или отложите совместные дела с ребёнком;
- Старайтесь не прикасаться к нему в минуты раздражения;
- Выйдите из комнаты, в которой находится ребёнок.

3. Если Вы расстроены, дети должны знать об этом, говорите им прямо о своих чувствах, желаниях и потребностях. Когда вы расстроены и разгневаны, сделайте для себя что-нибудь приятное, что могло бы вас успокоить.

4. Старайтесь предвидеть и предотвратить возможные неприятности, которые помогут вызвать ваш гнев:

- Не давайте играть ребёнку с теми вещами и предметами, которыми Вы очень дорожите;
- Не позволяйте выводить себя из равновесия, учитесь предчувствовать наступление срыва.

5. К некоторым особо важным событиям следует готовиться заранее. Постарайтесь учесть возможные варианты и подготовить ребёнка к предстоящим событиям:

- Изучите силы и возможности вашего ребёнка (например, как долго он может быть занят одним делом, может ли сконцентрировать внимание);
- Если Вам предстоит первый визит, например к врачу, отрепетируйте его заранее, объяснив ребёнку необходимость данного визита.

Дети многому учатся у взрослых, и, к сожалению, не только хорошему, но плохому.

Поэтому начните заниматься самовоспитанием.

Три способа открыть ребёнку свою любовь.

Слово.

Называйте ребёнка ласковыми именами, придумывайте домашние прозвища, рассказывайте сказки, пойте колыбельные, и пусть в вашем голосе звучит нежность, нежность и только нежность.

Прикосновение.

Иногда достаточно взять ребёнка за руку, погладить по волосам, поцеловать, чтобы он перестал плакать и капризничать. А потому как можно больше ласкайте своего ребёнка, не обращая внимания на советы умных воспитателей и многоопытных родителей. Психологи пришли к выводу, что физический контакт с матерью стимулирует физиологическое и эмоциональное развитие ребёнка. Приласкать его, считают психологи, невозможно.

Взгляд.

Не разговаривайте с ребёнком, стоя к нему спиной или вполоборота, не кричите ему из соседней комнаты. Подойдите, посмотрите ему в глаза и скажите то, что хотели.

Социальный педагог МАДОУ № 37 Кузнецова В.В.