

Когда с ребенком трудно – правила взаимодействия

1.Помните: дети плохо себя ведут, когда плохо себя чувствуют .

2.Разрешайте выражать чувства, запрещайте действия .

3.В сложных ситуациях говорите меньше ребенка .

4.Озвучивайте указания в краткой и доступной для ребенка форме.

5.Играйте с ребенком, заботьтесь о себе.

Дайте ребенку возможность ежедневно играть и чаще играйте с ребенком сами. В игре ребенок сбрасывает негативные эмоции, учится новому, примеряет роли, отдыхает. Ребенок, который достаточно играл, опередит в развитии ребенка, который не наигрался. Однако, когда вы переутомлены или раздражены, вряд ли вы сможете быть чутким к ребенку и вовлечься в игру. Когда нет сил, берите паузы: отвлекитесь, сделайте что-то для себя.



**МБДОУ Детский сад
“Земляничка” п. Саган—Нур**

Педагог—психолог
Михайлова Л.С.

Часы работы: Пн—Пт с 8.00 до 17.00

**Топ простых
сенсорных игр
для родителей,
которые быстро
успокоят детей**



СЕНСОРНЫЕ ИГРЫ, КОГДА РЕБЕНОК УСТАЛ, РАСКАПРИЗНИЧАЛСЯ ИЛИ ПРИБОЛЕЛ

Сенсорные игры дадут ребенку ресурсы для того, чтобы справиться с трудностями. Они не имеют развернутого сюжета и в них не нужно принимать на себя сложную игровую роль. Такие игры быстро насыщают ребенка сенсорными впечатлениями и позитивными эмоциями.

«Эксперимент»

Предложите ребенку провести эксперимент. Используйте безопасные жидкости. Достаньте большую миску, ложку для смешивания и ингредиенты. Можно использовать воду и краску, воду и немного муки, воду и жидкое мыло, соду и уксус. Покажите ребенку, как соединить элементы. Прокомментируйте происходящее: «шипит», «вода меняет цвет». Дайте поэкспериментировать. Напомните, что нельзя есть ингредиенты и трогать испачканными руками лицо.

«Как ты провел день»

Перед сном сядьте рядом с ребенком и предложите: «Давай я расскажу тебе, как Дима (имя ребенка) провел этот день. С утра Дима проснулся, вылез из теплой постельки и побежал умываться. После завтрака пришлось поспешить...». Рассказывайте про день ребенка, при этом коротко называйте те события, которые вызвали у ребенка заметные эмоции.

«Бутерброд»

Скажите: «что-то я захотела бутербродик, а вот и еда». Положите ребенка на кровать, скажите: «отрежу кусочек хлеба» и проведите по телу ребенка руками, обозначая прямоугольную форму. Продолжите: «вот, хлебушек есть, намажу его маслом». Интенсивно гладьте ребенка ладонями, будто намазываете масло. Добавляйте ингредиенты: «намажу еще и паштетом» – гладьте, «положу сверху колбаску» – прихлопывайте, «а теперь согрею бутерброд» – заверните ребенка в одеяло или сильно прижмите к себе. Скажите: «можно есть», приблизьте лицо к ребенку и издайте смешные жующие звуки.

«Подзарядка»

Когда ребенок утомился, сообщите ему, что сейчас вы его «подзарядите». Попросите его сесть к вам на руки и всеми пальчиками крепко прикоснуться к вам. Произведите «включение зарядника»: например, легко нажмите ребенку на пупочек – «чик!» – и скажите: «Зарядка началась, ты подзаряжаешься». Можно жужжать или вести обратный отсчет во время «подзарядки»: «10, 9, 8, 7...»

«Посекретничаем»

Присядьте около ребенка перед сном и предложите: «давай посекретничаем, я расскажу тебе секрет». Расскажите что-то маленькое и приятное, например: «я сегодня видела двух котят», «я видела вот такую игрушку». А теперь ты мне расскажи секрет на ушко. Заверьте ребенка, что сохраните секрет. Постарайтесь сделать этот ритуал привычным – это поможет вам по мере взросления ребенка находить время на доверительные разговоры.