

КАК УБЕРЕЧЬ РЕБЕНКА ОТ ЭМОЦИОНАЛЬНЫХ СРЫВОВ

- 1.** Берегите ребенка от испуга. Не показывайте и не читайте страшных историй, особенно на ночь. Перед сном посидите с ребенком, почитайте сказку или поговорите, поцелуйте.
- 2.** Не рассказывайте при посторонних о тревогах ребенка. Главный путь преодолеть тревожность – теплая, доверительная атмосфера в семье, уверенность ребенка в любви и защите.
- 3.** Оценивайте поступки ребенка, но не его самого. Не грозите, что разлюбите его или поменяете на другого. Хвалите и порицайте только за конкретные поступки. Объясняйте, за что.
- 4.** Будьте последовательны. Не запрещайте ребенку без причин то, что разрешали раньше.
- 5.** Больше общайтесь с ребенком. Устраивайте совместные праздники, походы в театр, на выставки, выходы на природу.
- 6.** Используйте тактильный контакт с ребенком. Поглаживайте, обнимайте его. Это снимает излишнее мышечное напряжение.
- 7.** Учитывайте возможности ребенка. Не требуйте того, что не может выполнить. Помогайте, при любых успехах хвалите его.
- 8.** Доверяйте ребенку. Будьте честными с ним. Принимайте ребенка со всеми особенностями.