

РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ И ПЕДАГОГОВ

- 1 Формируйте у детей правильное отношение к себе и окружающему миру: взаимодействию с другими людьми, успехам и неудачам, оценке собственной деятельности
- 2 Создавайте ситуации успеха, с помощью которых ребенок сможет поверить в себя



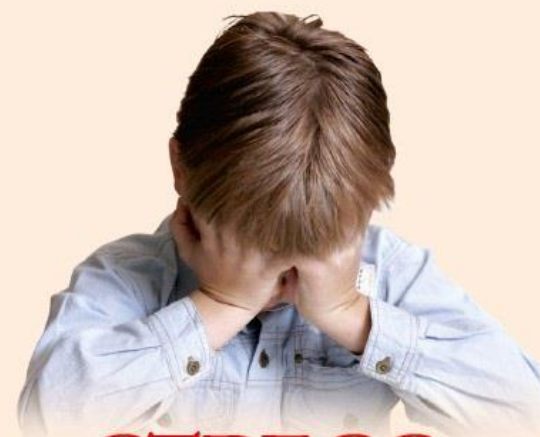
- 3 Давайте ребенку посильные задания, не требуя выполнения слишком сложного для него поручения
- 4 Ставьте перед ребенком реальные и определенные цели (лучше учиться, выполнять правила поведения, вовремя делать уроки и др.)
- 5 Позвольте ребенку быть самостоятельным



- 6 Играйте вместе с ребенком, т.к. игровые методы работы с предметами, игрушками формируют более тесный эмоциональный контакт
- 7 Применяйте психотерапевтические методы: сказкотерапия, песочная терапия, арт-терапия
- 8 Помните, что улучшению самочувствия ребенка способствует тактильный контакт как элемент телесной терапии: обнять, погладить, успокоить и т.д.
- 9 Заботьтесь о физическом и психическом здоровье ребенка. При необходимости обращайтесь к специалистам: врачу-педиатру, психотерапевту, психологу



Помните!
Умение противостоять стрессам –
одно из условий душевного
благополучия ребенка



СТРЕСС У ДЕТЕЙ

*«Лучший способ сделать детей
хорошими – это сделать их
счастливыми»*

Оскар Уайльд

