



Чек-лист

«Идем в садик без истерики»



Часто слышу такую историю от родителей, что когда у ребенка адаптация к садику или когда ребенок длительное время находился на каникулах, или на больничном, дети капризничают, не хотят идти в садик. А время уже на часах 8-15, родители опаздывают на работу, уже начинают кричать и нервничать, а малыш еще того пуще ревет.

[illegible]

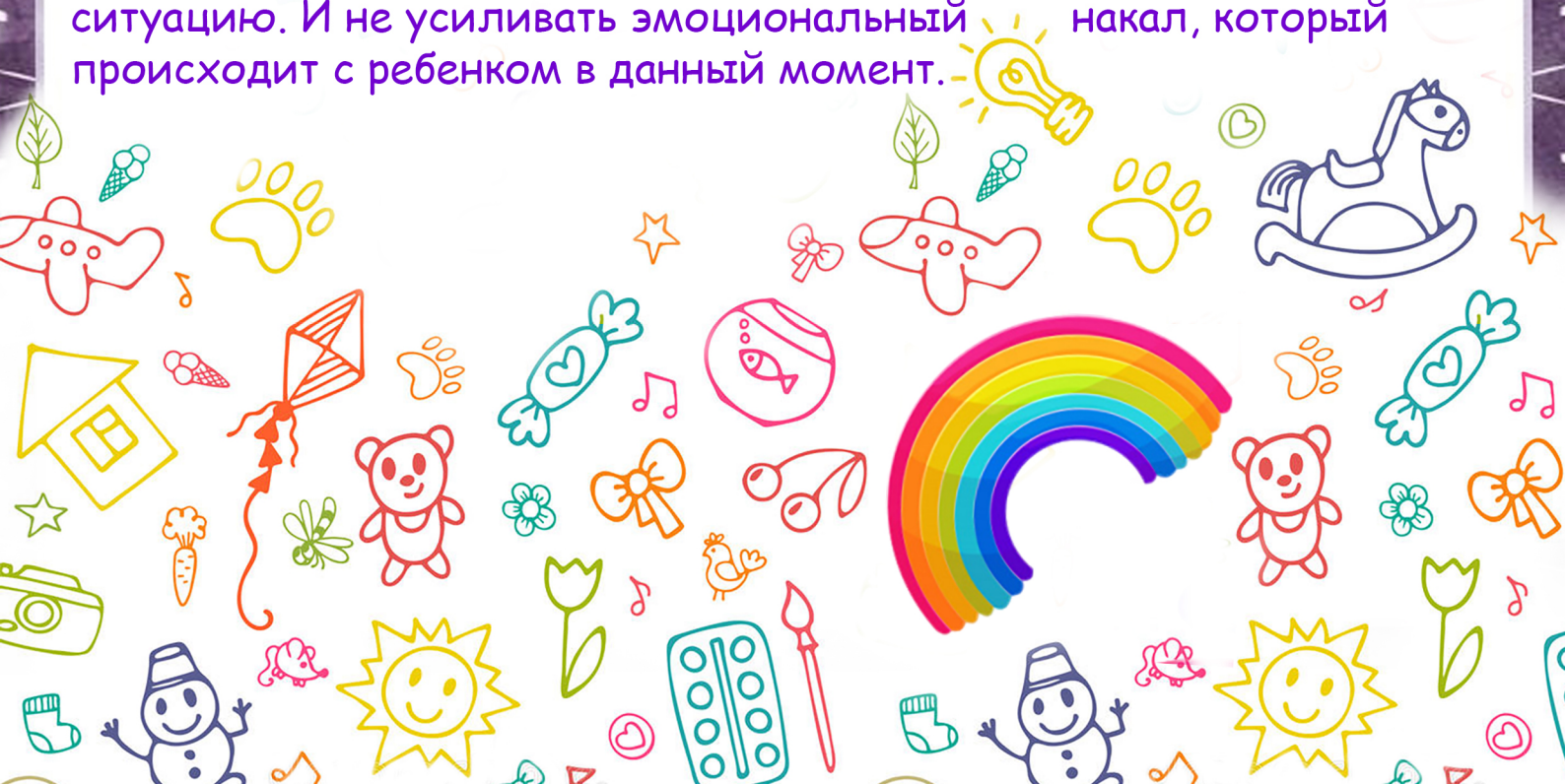
Ошибки, которые часто совершают родители

1. Если ребенок капризничает, ревет, не идет в садик, а мама готова купить ему, например, йогурт, игрушку, включить мультики, тогда ребенок понимает, что своим негативным поведением можно получить желаемое. И тогда завтра будет тоже самое поведение: капризы, слезы, негодование.

Необходимо показать ребенку, какое поведение мы поощряем. Начинаем каждый раз хвалить ребенка, за каждый успех или победу, например: «Как здорово и быстро, ты сегодня сам одел штанишки, сам застегнул куртку» и т.д.

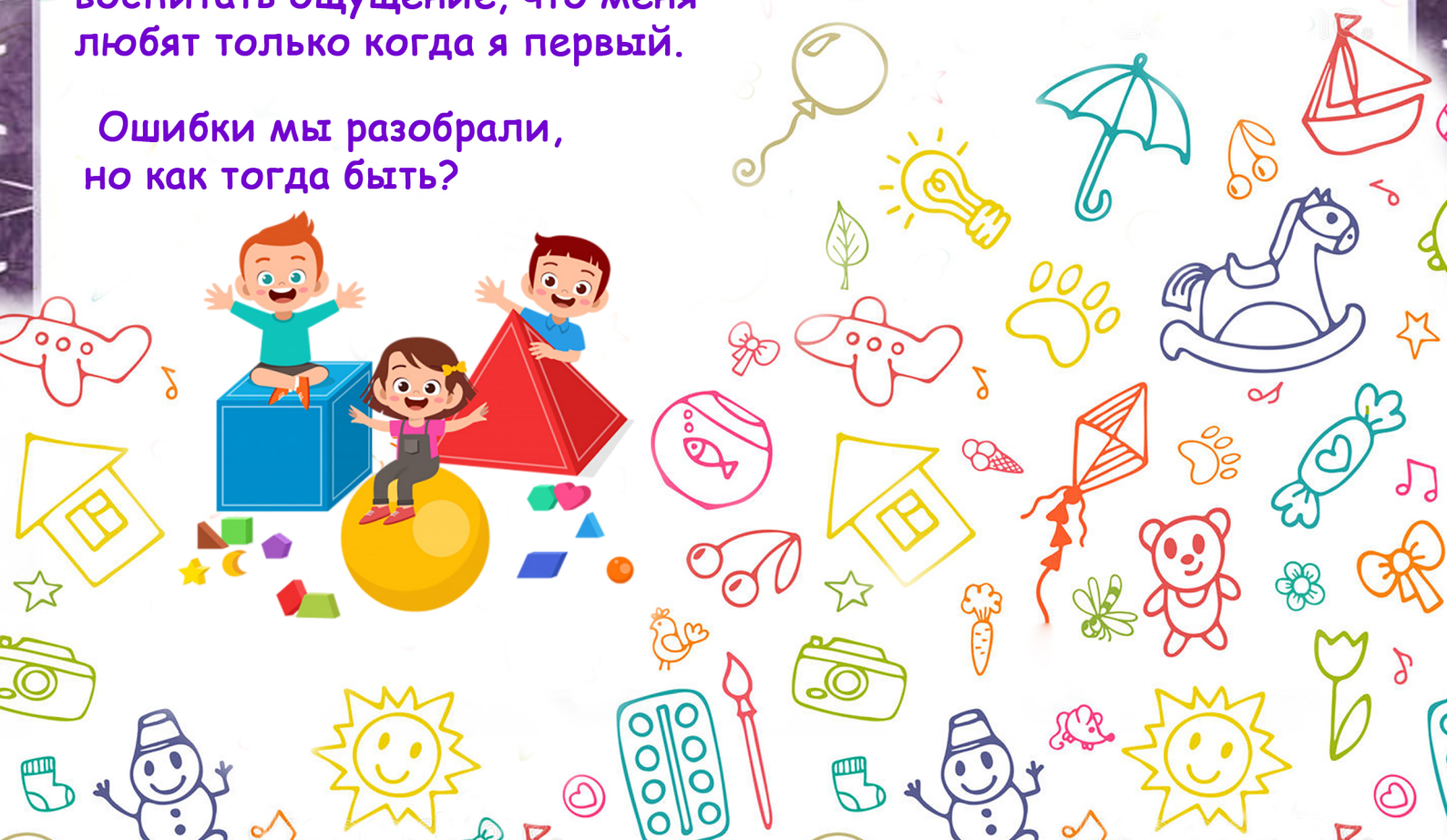
2. Бывает такое, что мама неосознанно может усилить подавленное состояние ребенка, говоря ему о том, как всё плохо и у нее тоже все плохо. И ребенок думает, что если мама не может справиться с этим состоянием, тогда что делать мне?

Маме важно быть в спокойном, ресурсном состоянии, чтоб можно было спокойно общаться с малышом и решать данную ситуацию. И не усиливать эмоциональный накал, который происходит с ребенком в данный момент.



4. Обвинение и упрек. Говорить ребенку, что все ждут только тебя, без тебя не начнут. Оно формирует ощущение, что я во всем виноват, я всех подвел.

Ошибки мы разобрали, но как тогда быть?



Как общаться с ребенком? И что же делать маме в этой ситуации:

1) Успокоиться. Всё решаемо, позвонить на работу, воспитателю, попить воды, выдохнуть, посчитать до 10, обнять ребенка.

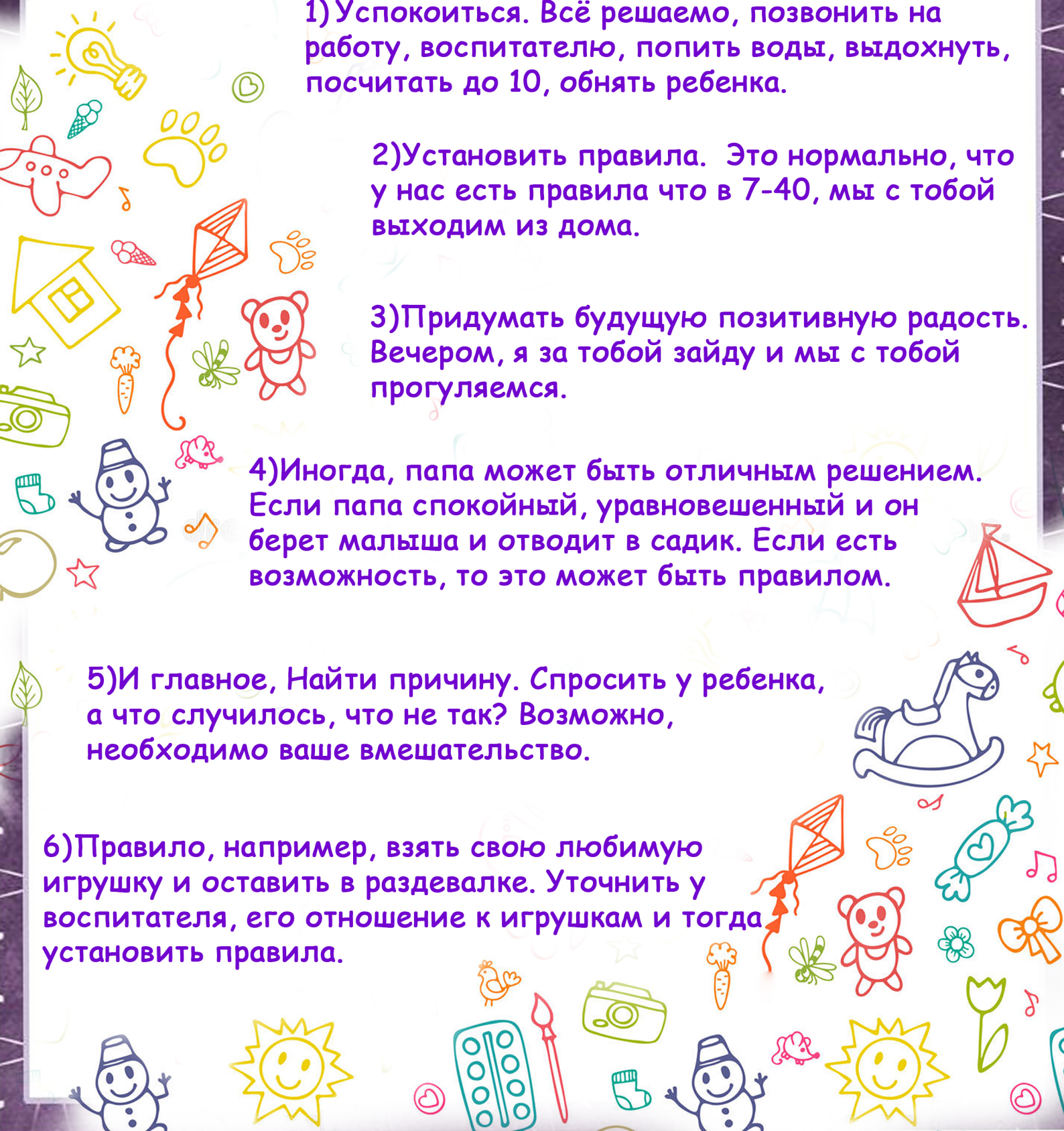
2) Установить правила. Это нормально, что у нас есть правила что в 7-40, мы с тобой выходим из дома.

3) Придумать будущую позитивную радость. Вечером, я за тобой зайду и мы с тобой прогуляемся.

4) Иногда, папа может быть отличным решением. Если папа спокойный, уравновешенный и он берет малыша и отводит в садик. Если есть возможность, то это может быть правилом.

5) И главное, Найти причину. Спросить у ребенка, а что случилось, что не так? Возможно, необходимо ваше вмешательство.

6) Правило, например, взять свою любимую игрушку и оставить в раздевалке. Уточнить у воспитателя, его отношение к игрушкам и тогда установить правила.



• Фокус внимания:

Посмотри, какая погода за окном

Послушай, что там едет

Понюхай, как пахнет корица

Потрогай, какая приятная на ощупь

Попробуй, какой на вкус этот кусочек.

• Помощь маме. Отнеси бабушке, подай мне, пожалуйста вот ту тарелочку.

• Секрет. Хочешь, я только тебе расскажу секрет.

4. Позаботиться. А давай ты одну штанину оденешь, а я другую.

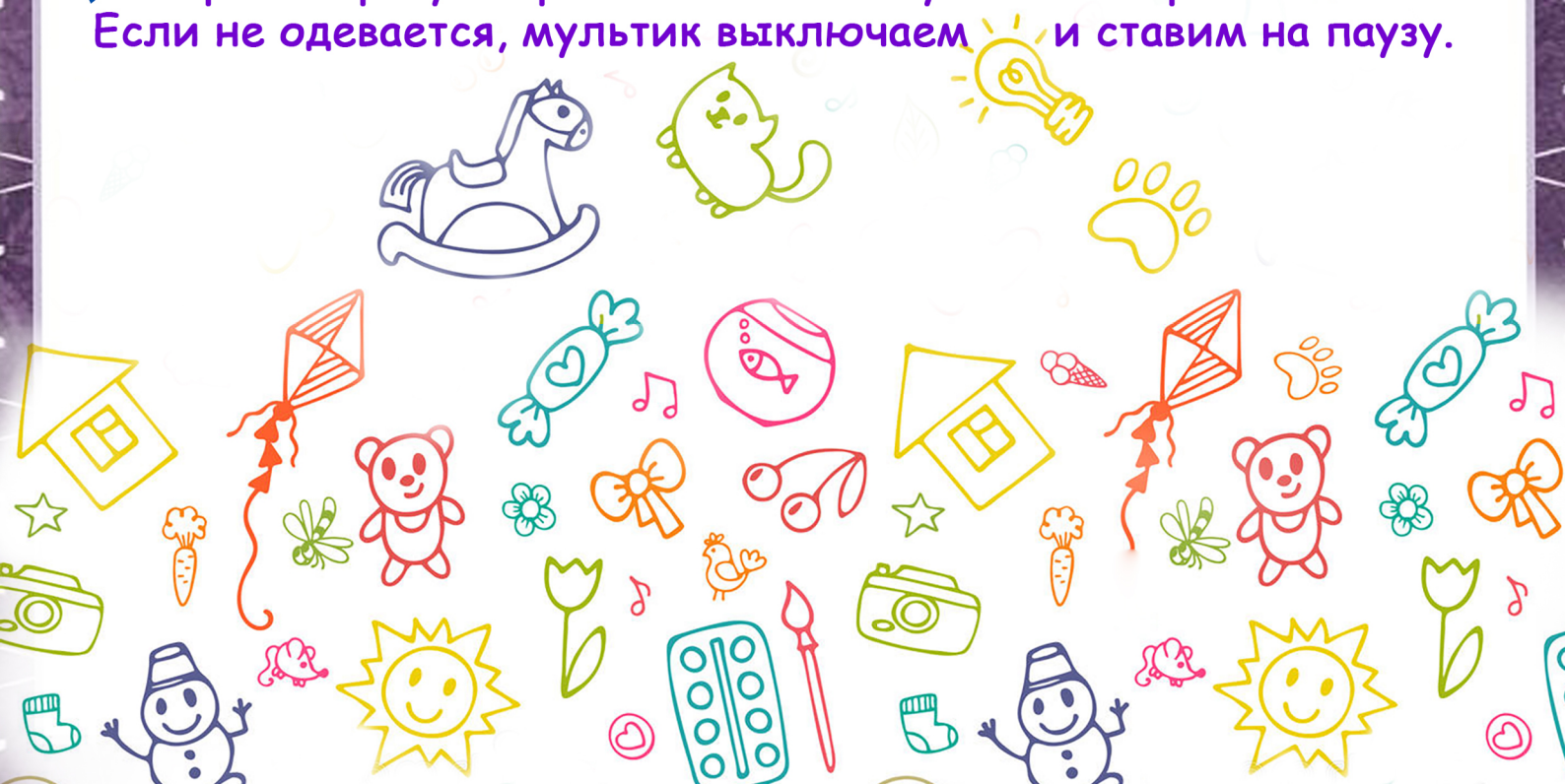
5. Похвалить. Какой ты молодец, что ты выбрал какую куртку тебе одеть, ты так здорово дошел до садика, без каприза.



Хочу с вами поделиться утренним ритуалом сбора в садик.



- ✓ Приготовить вещи вечером и положить их у кровати, чтоб утром не тратить на это время.
- ✓ Встать чуть раньше, для того чтобы не торопиться.
- ✓ Подъём: обнимашки, поцелуйчики, потягушки. Давай вместе полежим пару минут. Рассказываем ребенку, какое прекрасное солнышко уже проснулось и заглядывает в окошко. С этим позитивным настроением просыпаемся.
- ✓ Утренняя гигиена: заправляем кровати, туалет, почистить зубы, причесаться.
- ✓ Просмотр мультфильма на 10 минут и в это время одеваемся. Если не одевается, мультфильм выключаем ☀️ и ставим на паузу.



Сохраните себе этот чек-лист, благодаря которому, я научила многих родителей адаптировать безболезненно и истерик детей к детскому саду.

Школа развития эмоций разработала авторские запатентованные методики работы с родителями и детьми, одобренные профессорами педагогических наук. Одна из них - игровой эмоциональный тренажер KIDS, где собраны 58 различных часто встречающихся ситуаций с ребенком дошкольником и в игровой форме родители могут проиграть их, отработать на практике, как вести себя в той или иной ситуации, без вреда для ребенка, как поддержать его, как похвалить или как установить правила

Это еще не всё, в наших методичках и рабочих тетрадях собраны простые, легкие полезности, инструменты и упражнения, которые помогают при общении с ребенком.

Более подробную информацию можно узнать

8 965 55 18 050



@school_perm

Адрес: г. Пермь, ул. Монастырская, 14 офис 367

С уважением,

Автор: Людмила Депутатова

Редактор и дизайнер: Екатерина Лыкова