



муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №53 г. Белгорода

СОВЕТЫ ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ПРИ СТРЕССОВЫХ РЕАКЦИЯХ

В период сложной оперативной обстановки в городе у детей могут появляться ранее не замечаемые поведенческие реакции, проблемы с аппетитом, трудности в общении и пр. Все это может свидетельствовать о стрессе.

ЧЕМ РОДИТЕЛЬ МОЖЕТ ПОМОЧЬ РЕБЕНКУ:

✚ Внимательно относиться к своему ребенку, замечая изменения.

Спросить ребенка, беспокоит ли его что-то. Если между вами есть доверительные отношения и возраст ребенка позволяет, то, вполне возможно, Вам поведают о «глобальных» детских проблемах от первого лица. Очень важно не обесценивать сказанное ребенком, не стыдить, не запугивать. Не рекомендуется выражать недоверие, иначе в следующий раз тайны ребенка узнают друзья, тети и дяди, посторонние люди, но только не Вы.

✚ Обратите внимание на игры ребенка.

Не рассказывает ли ребенок о своих горестях плюшевому медведю? Не стоит ли в углу любимая кукла после того, как ее отчитали Вашими недавними фразами в адрес дитя? Просто понаблюдайте.

✚ Арт-терапия.

Творчество прекрасно подходит для проживания чувств. Рисунок, лепка из мягкого пластилина, сказкотерапия, прослушивание классической музыки, танцы и другие способы можно использовать для преодоления незначительного стресса и проживания неприятных ситуаций.

В случае возникновения вопросов, трудностей, проблем, касающихся процесса развития и воспитания детей, не бойтесь обращаться к узконаправленным специалистам в области психологии и психиатрии.

Здоровье и благополучие детей в Ваших руках