

советы родителям



5 способов, как быстро справиться с детскими конфликтами

Совет 1. «Стоп».

Делайте все упражнения вместе с детьми:

- попросите ребенка сделать три глубоких вдоха и выдоха;
- посчитайте вместе с ним до десяти;
- произнесите «охлаждающие» слова: «Спокойствие! Только спокойствие!».

Совет 2. «Лабиринт».

Предложите детям самостоятельно придумать способы решения данного конфликта. Важно не критиковать идеи. Все детские предложения записывайте, из предложенных вариантов совместно с детьми выберите оптимальный выход для данной ситуации.

Совет 3. «Коврик злости».

На пол положите небольшой шероховатый коврик. Если ребенок агрессивно настроен или потерял контроль над своими действиями, предложите ему отдать «злючку» коврику. Для этого ребенку надо разуться и вытирать ножки до тех пор, пока ему не захочется улыбнуться.

Совет 4. «Рассказ от первого лица».

Предложите каждой конфликтующей стороне рассказать о сложившейся ситуации от лица его обидчика.

Совет 5. «Ковер мира».

Ребята, которые не могут договориться между собой, садятся на ковер, где должны выразить эмоции (без личностей) и помириться.



Ваш физрук Шапошникова Виктория Сергеевна

