

# Кризис 7 лет: ИНСТРУКЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЯ

- ✓ **ОБСУЖДАЙТЕ** прошедший **ДЕНЬ**, задавая конкретные вопросы
- ✓ **СРАВНИВАЙТЕ** ребенка только **С САМИМ СОБОЙ**
- ✓ Сохраняйте **СПОКОЙСТВИЕ** в любой ситуации
- ✓ **ПОДДЕРЖИВАЙТЕ** ребенка в решении трудностей, **НО НЕ РЕШАЙТЕ** за него
- ✓ Учите понимать **ПРИЧИНУ И СЛЕДСТВИЕ** ситуации
- ✓ **ХВАЛИТЕ** ребенка за **КОНКРЕТНЫЕ УСПЕХИ**
- ✓ Помогайте видеть **В ТРУДНОСТЯХ** не только минусы, но и **ПЛЮСЫ**

## КАК ПОМОЧЬ РЕБЕНКУ СПРАВИТЬСЯ С ТРУДНОСТЯМИ

### **ПОГОВОРИТЕ С РЕБЕНКОМ**

- расскажи, что тебя расстроило
- я понимаю, что тебе грустно/обидно...

### **ОБСУДИТЕ СИТУАЦИЮ**

- а как можно было сделать по-другому?
- давай вместе подумаем, что можно сделать

### **СКАЖИТЕ СЛОВА**

### **ПОДДЕРЖКИ**

- я в тебя верю
- у тебя все получится

## ТЕХНИКА "ЗАТО"

Учимся видеть **В ТРУДНОСТЯХ** не только минусы, но и **ПЛЮСЫ**

Бывают ситуации, когда у нас что-то не получается с первого раза или что-то пошло не по задуманному плану. В такие моменты не только дети, но и взрослые испытывают неприятные переживания.

Очень важно научиться самим и помочь ребенку видеть положительные варианты разрешения таких ситуаций.

Вот некоторые примеры:

**У меня не получается нарисовать бабочку, я ничего не умею**

**Зато**, когда ты научишься – это будет самая красивая бабочка. Нужно немного потренироваться.

**На улице пошел дождь, теперь мы не погуляем!**

**Зато** после дождя можно надеть резиновые сапоги и побегать по лужам

**Важно** помнить, если ребенок сильно расстроен, плачет, ему необходимо сначала помочь успокоиться. Иначе он почувствует, что его не слышат и не понимают.