Консультация для родителей.

КАК СНЯТЬ НАПРЯЖЕНИЕ У РЕБЕНКА ПОСЛЕ ДНЯ В ДЕТСКОМ САДУ.

Ваш ребенок пришел из детского сада без настроения, уставшим и раздражительным? Не все родители знают, что малышу надо помочь расслабиться. Выбирая приемы расслабления, помните, что дети устают в детском саду по разным причинам. В связи с этим, методы поднятия настроения и расслабления могут быть различными.

Наиболее распространенный источник напряжения – это присутствие большого количества чужих людей вокруг. Хорошо, если после дня, проведенного в детском саду, ребенок имеет возможность уединиться, побыть в отдельной комнате, за ширмой, в уголке с куклами или машинками.

Не надо слишком назойливо расспрашивать малыша о том, что происходило – он вспомнит и расскажет сам, когда отдохнет.

Возможно, он просто сокучился по вам, поэтому по возвращении домой не следует сразу же приниматься за выполнение домашних дел. Пусть ребенок посидит на коленях у взрослого. Не жалейте ласк для своего малыша!

Понаблюдайте за своим малышом: то, к чему он инстинктивно стремиться, вернувшись домой (музыка, аквариум, книжки, животные, близкие родственники), - это и будет источником стихийной психотерапии.

Давлетшина Р. И. – воспитатель

II младшей группы.