

Психологические подходы и практики, чтобы успокоить ребенка-бунтаря

1

Определите причины протестного поведения ребенка. В ходе беседы определите, почему ребенок протестует, не выполняет указания. Возможно, он добивается внимания, голоден или устал

2

Поддержите ребенка. Обсудите чувства ребенка и покажите, что понимаете и принимаете его позицию. Простыми словами объясните, почему поступаете именно так, зачем соблюдать правила

3

Установите границы. Четко и спокойно обозначьте границы поведения. Объясните, что некоторые действия недопустимы, но делайте это без крика и агрессии. Используйте положительное подкрепление

4

Предложите альтернативы. Вместо того чтобы просто запрещать, предложите альтернативные варианты поведения. Например, замените одну игру другой

5

Создайте безопасную среду. Обеспечьте физическую и эмоциональную безопасность. Убедитесь, что у детей есть место, где они могут успокоиться, если они чувствуют себя перегруженными

6

Вовлекайте ребенка в игровую и творческую деятельность. Игры, изобразительная деятельность, лепка помогут ребенку выразить свои эмоции. Главное – дать возможность сделать что-то по своему замыслу, а не по указанию педагога

7

Моделируйте спокойствие. Оставайтесь спокойным и собранным. Дети считывают эмоциональный фон, часто подражают взрослым и перенимают их эмоции

8

Обсуждайте эмоции. После того как ситуация утихнет, обсудите с ребенком, что произошло и как он себя чувствовал. Это поможет ему развить эмоциональный интеллект

9

Взаимодействуйте с родителями. Если проблема повторяется, стоит обсудить ситуацию с родителями. Вы поймете, что происходит вне детского сада, и найдете способы справиться с проблемой