

СКОРАЯ помощь ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

или

Двадцать способов утихомирить разбушевавшегося ребенка

Мама и автор статей о различных моментах жизни ребенка Ю.Луговская предлагает следующие нехитрые приемы, которые помогут вам на какое-то время занять вашего ребенка, отвлечь его внимание, переключить его на другой вид деятельности, одним словом - утихомирить хотя бы ненадолго этот вечный двигатель, который в безумном возбуждении носится по квартире и норовит впасть в истерику. Эти приемы могут применять любые родители по отношению к любому «разошедшемуся» ребенку.

Выполняя данные упражнения родителям нужно помнить, что они являются своего рода «отвлекающим» маневром. Добившись нужного результата - снизив темп движений ребенка, заставив его говорить медленнее, тише и спокойнее, ликвидировав возможно появляющиеся в его голосе и поведении истерические нотки, необходимо сразу же предложить ему какой-то более «мирный» способ активности. Если подошло время отдыха - то уложить спать, если время обеда - переключиться на спокойный прием пищи (без мультиков, громкой музыки и компьютерных игр), или просто заняться каким-то менее шумным делом - почитать с ребенком книжку, порисовать, выполнить уроки, если таковые имеются ...

1. Попросите малыша вспомнить, как «разговаривают» корова, лягушка, собака. Можно попросить его показать свою руку, нос, коленку. Ребенку постарше предложите сосчитать от 1 до 20, а потом наоборот - от 20 до 1.

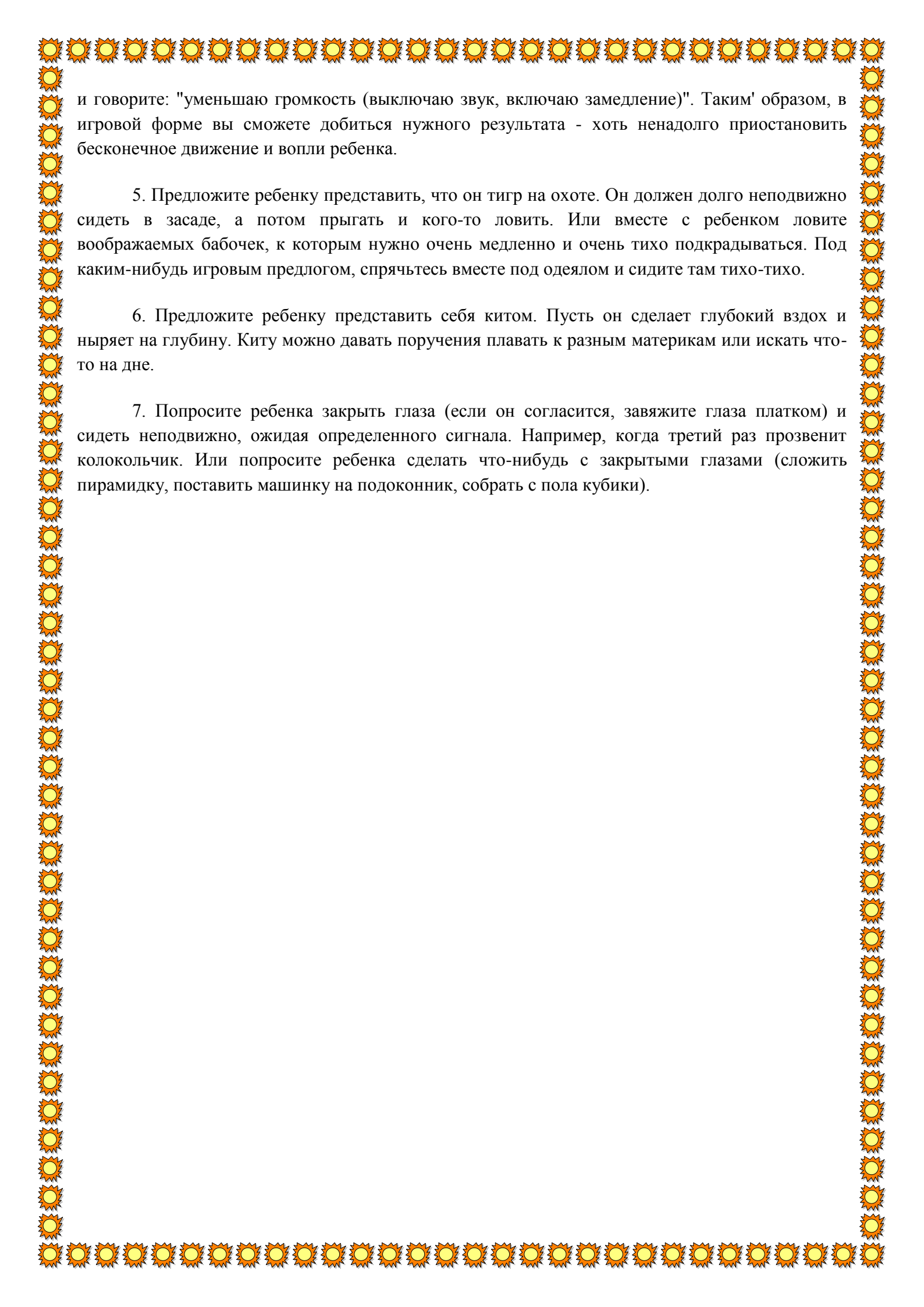
2. Игра «Замри-отомри».

Вариаций этой игры множество. Например, по команде "День" ребенок прыгает, играет. А по команде "Ночь" притворяется спящим или замирает неподвижно в той позе, в которой застала его «ночь». Можно попросить малыша представить, что он мышка и бегаёт-играет, пока вы не скажете "Кошка идет!". Вместо словесной команды, можно давать звуковую _ хлопать в ладоши или звонить в колокольчик. С детьми постарше поиграйте в "Море волнуется раз-море волнуется два".

3. Игра «Шторм-штиль».

Представляет собой одну из вариаций предыдущей игры. Однако по команде «Штиль» можно не замирать полностью, но нужно совершать плавные, неторопливые движения, можно разговаривать шепотом, напевать какую-нибудь песенку и т.д. ,

4. Можно договориться с малышом о том, что прикосновение к определенным частям тела (носу, глазам, ушам) «включают» определенные команды. Например, если вы прикоснетесь к носику малыша, то он должен сразу «выключиться», если вы прикасаетесь ладошкой к губам, то это обозначает команду «уменьшаю звук». Можно расширить эту идею, нарисовав пульт управления (или использовав ненужный пульт). Нажимайте кнопку на пульте



и говорите: "уменьшаю громкость (выключаю звук, включаю замедление)". Таким образом, в игровой форме вы сможете добиться нужного результата - хоть ненадолго приостановить бесконечное движение и вопли ребенка.

5. Предложите ребенку представить, что он тигр на охоте. Он должен долго неподвижно сидеть в засаде, а потом прыгать и кого-то ловить. Или вместе с ребенком ловите воображаемых бабочек, к которым нужно очень медленно и очень тихо подкрадываться. Под каким-нибудь игровым предлогом, спрячьтесь вместе под одеялом и сидите там тихо-тихо.

6. Предложите ребенку представить себя китом. Пусть он сделает глубокий вздох и ныряет на глубину. Киты можно давать поручения плавать к разным материкам или искать что-то на дне.

7. Попросите ребенка закрыть глаза (если он согласится, завяжите глаза платком) и сидеть неподвижно, ожидая определенного сигнала. Например, когда третий раз прозвенит колокольчик. Или попросите ребенка сделать что-нибудь с закрытыми глазами (сложить пирамидку, поставить машинку на подоконник, собрать с пола кубики).