



Как научить ребенка справляться с негативными эмоциями?

Рассказываем об одной секретной технике для того, чтобы успокоить ребенка 🐾

Ребенок закатывает истерику? Не ложится спать? Злится? Прочтите ему сказку, она учит справляться с негативными эмоциями. Не забудьте задать вопросы ребенку после сказки: какого цвета твой гнев? А давай его измерим – может быть, он с твой пальчик или в целый твой рост. Подключайте сюда реальные измерения, таким образом вы переключаете внимание ребенка с негативного состояния. А саму сказку читайте ниже 🐾

Сказка о маленьком котенке 🐾

В одном прекрасном замке жила Волшебница Рукодельница. Она вязала большие пледы счастья, шарфы заботы, носочки тепла. Нити для этих изделий были мягкими и пушистыми самых ярких цветов! Но в сундучке Волшебницы Рукодельницы лежали и моточки раздражения, клубочки гнева, нити страха.

Иногда и их вплетала в причудливые узоры наша барышня. Однако, под действием тепла добрых ниточек раздражение и гнев превращались в спокойствие!

И вот, однажды, пока Волшебницы-Рукодельницы не было в комнате, к сундучку с волшебными нитками добрался маленький пушистый котенок-забияка! А попал в его острые коготки клубок нитей гнева. Что тут началось! Котенок превратился в злого рычащего тигра!

Он царапал длинными когтищами обивку мебели, раскидывал все в комнате!

Услыхала Волшебница-Рукодельница шум-гам, тихонько вошла в комнату, взяла из сундука клубочек ниток спокойствия и бросила его тигру прямо в лапы!

Это настоящее волшебство! В ту же минуту тигр успокоился и снова вернулся в облик маленького пушистика. Котенок принялся помогать Волшебнице создавать картину из

нитей. Причудливые узоры легко ложились на полотно забавными петлями. Через несколько минут от приятной усталости котенок свернулся пушистым клубочком у ног Волшебницы-Рукодельницы и лишь тихонько раздавалось его бархатное «мур-мур-мур»!

Важно отметить, что использование сказок как инструмента в обучении детей справляться с негативными эмоциями — это не только эффективно, но и интересно. После прочтения истории обсуждайте с ребенком его чувства, задавая вопросы о том, как они проявляются и как можно их преодолеть. Это поможет ребенку не только развивать эмоциональный интеллект, но и укреплять связь с вами, родителем.

Консультации подготовила педагог Е.С Муратова