

ПРОВЕРЬ СЕБЯ

«КАКИЕ ПОСЛЕДСТВИЯ У «ТРАВМЫ РАЗВИТИЯ»?»

Для профилактики негативного детского опыта

- Помните, что прошлое формирует будущее
- Анализируйте свои чувства и ищите их истинную причину
- Выходите из зоны контакта с ребенком при первых признаках раздражения
- Переключайтесь в состоянии раздражения на физическую нагрузку (ходьба, бег, уборка, стирка руками, т.д.)
- Старайтесь окружать себя доброжелательными людьми
- Обращайтесь за моральной поддержкой к другим взрослым
- Делитесь с близкими взрослыми своими переживаниями
- Поддерживайте тактильный контакт с близкими вам людьми
- Учитесь и развивайтесь в любом возрасте
- В трудные периоды жизни обращайтесь за помощью к специалистам.



ИНСТИТУТ ИЗУЧЕНИЯ ДЕТСТВА,
СЕМЬИ И ВОСПИТАНИЯ
РОССИЙСКОЙ АКАДЕМИИ
ОБРАЗОВАНИЯ



Наш сайт: институтвоспитания.рф

#институтвоспитания #институт_рекомендует
#открытыеурокирф