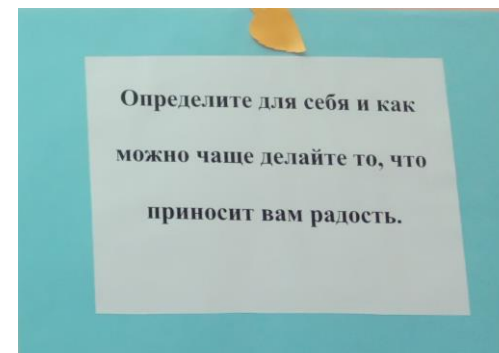
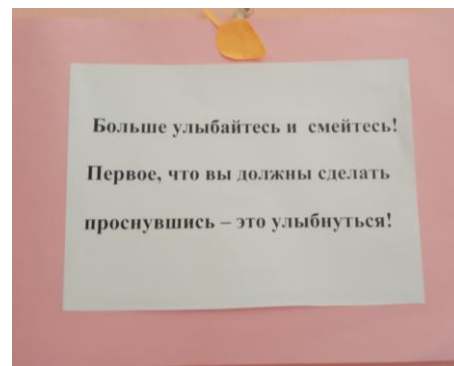
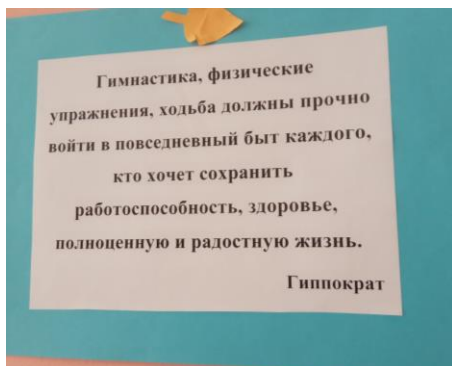


День психического здоровья – 2022

Группы «Солнышко», «Пчелки», «Капельки»



**Шаройкина Л.А.,
педагог-психолог.**

10 октября — Всемирный день психического здоровья

«Как сохранить психическое здоровье ребенка»

- *Всегда находите время поговорить с ребенком.*
- *Интересуйтесь его проблемами, вникайте в возникающие у него сложности, обсуждайте их, давайте советы.*
- *Не оказывайте нажима на ребенка, признайте его право самостоятельно принимать решения, уважайте его право на самостоятельное решение.*
- *Научитесь относиться к ребенку как равноправному партнеру, который пока просто обладает меньшим жизненным опытом.*
- *Не унижайте ребенка криком, исключите из практики семейного воспитания «психологические пощечины».*
- *Не требуйте от ребенка невозможного в учении, сочетайте разумную требовательность с похвалой.*
- *Радуйтесь вместе с ребенком даже маленьким успехам.*
- *Умейте прощать, «лечите» добром.*
- *Не сравнивайте ребенка с другими, более успешными детьми, этим вы снижаете самооценку. Сравните его с ним же самим, но менее успешным.*
- *Следите за выражением своего лица, когда обращаетесь с ребенком. Хмуро сведенные брови, гневно сверкающие глаза, искаженное лицо — «психологическая пощечина» ребенку.*

Берегите себя и своих близких!

Средняя группа «Солнышко»

Упражнение «Полезная зарядка»



Средняя группа «Солнышко»

Обсуждение ситуаций



Средняя группа «Солнышко»

Упражнение «Настроение»



Группа «Пчелки»

Упражнение «Полезная зарядка»



Группа «Пчелки»

Упражнение «Настроение»



Группа «Пчелки»

Упражнение «Поделись дружбой»



Группа «Капельки»

Упражнение «Полезная зарядка»



Группа «Капельки»

Упражнение «Круг друзей»



Группа «Капельки»

Упражнение «Настроение»



Благодарю за внимание!