**ПІДТРИМАТИ ДІТЕЙ У СТРЕСОВІЙ СИТУАЦІЇ**

**БАТЬКАМ ДОПОМОЖУТЬ ПРОСТІ ІГРИ:**

Придумайте послідовну історію, говорячи по одному реченню по черзі.

Заспівайте разом пісню, відбиваючи ритм ложкою чи ніжкою.

Знайдіть щось незвичайне у звичайних предметах навколо вас.

Під час їжі назвіть ознаку, яка починається на ту ж літеру, що й страва. Наприклад, їмо моркву – мудрість, хліб – хоробрість, курку – красу.

По черзі називайте щось неймовірне та оцінюйте, можливо це, чи ні.

По черзі кидайте один одному м'ячик і називайте одну емоцію чи мрію. Хто спіймав, має показати її пантомімою.

Дорослий описує ситуації, а дитина вирішує, чи можна чи не можна так робити.

Нехай дитина перетвориться на сумного котика, який своєю поведінкою має показати, як йому допомогти (погладити, почухати).

Дитина перетворює дорослого на будь-яку емоцію, а дорослий про неї розповідає і пояснює, що кожен, як чарівник, може перетворити емоцію на конструктивні переживання (силу, впевненість, досвід).

"Раз, два, три - фігура, замри!" - всі завмерли і хто не втримався, виходить із гри та чекає наступного кола.