

**Тренинг: «Когда эмоции берут
вверх», или как помочь
педагогам справиться с
негативом и непереносимость
его на детей.**

ПОЗИЦИИ:

- * Один сказал: «Я кладу кирпичи».
- * Другой: «Я зарабатываю на жизнь».
- * А третий ответил: «Я строю храм».

Упражнение «Общение»

- * Ты играл с этой игрушкой! Отнеси ее на место! *(На повышенных тонах.)*
- * Ты играл с этой игрушкой? Отнеси ее на место. *(Спокойным голосом.)*
- * Зачем ты так сделала? Это просто невыносимо! *(На повышенных тонах.)*
- * Мне неприятно, что ты так сделала, ты хорошая девочка, но поступила плохо. Пожалуйста, будь в следующий раз аккуратнее. *(Спокойным голосом.)*

Три установки в общении с детьми:

- * Я – образец для подражания.
- * Ребенок – личность.
- * Я – взрослый человек.

Три упражнения, которые помогут вам сохранить нервную систему.

- * Дыхательная техника «Управление дыхания».**
- * Упражнение «Сосулька».**
- * Упражнение «Лимон».**

**Давайте беречь друг
друга.**

Спасибо за внимание!