

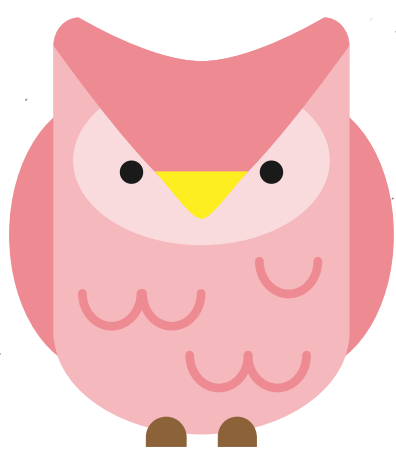
CE FACEM CÂND COPILUL ARE UN TANTRUM



- Respirăm adânc și ne păstrăm calmul
- Nu luăm lucrurile personal

PASUL 1

ÎI VORBIM



- Îi vorbim cu voce calmă, pe o tonalitate coborâtă
- Arătăm empatie
- Descriem ceea ce vedem
- Îl ajutăm să identifice ce sentimente trăiește, le numim
- Îi spunem că îl iubim orice ar face

PASUL 2

CE FACEM

- Ne coborâm la nivelul copilului
- Îl îmbrățișăm, îl mângâiem pe spate, îl ținem de mână
- Îi oferim spațiu, dar rămânem în apropiere

PASUL 3

ÎNCERCĂM



- Să facem împreună exerciții de respirație sau jocuri
- Să ascultăm muzică
- Să strângem și să desfacem pumnii