

1. ССОРЫ ПРИ РЕБЕНКЕ

Ребенок может перенять поведение родителей или получить психологическую травму. Есть риск, что он повторит то, что увидел и услышал, в своей собственной семье, когда вырастет.

РЕШЕНИЕ

1. Не вовлекать ребенка в ссоры, выяснять отношения, когда его нет рядом.
2. Если ребенок увидел ссору, поговорить с ним, извиниться и объяснить, что он не виноват, а взрослые обязательно помирятся.



2. ИГНОРИРОВАТЬ ЛЮБОЕ ПОВЕДЕНИЕ

Игнорирование успехов и неудач, равнодушие родителей. Рисуем спровоцировать невроз и постоянные «проверки» взрослых с помощью агрессии.

РЕШЕНИЕ

1. Проявлять заинтересованность в делах ребенка, разговаривать с ним чаще.
2. Давать конкретные задания и просить рассказать о результатах, когда родитель освободится.
3. Отмечать хорошие поступки похвалой, подарками и другими поощрениями.
4. Реагировать на плохие поступки конструктивной критикой и наказаниями без насилия. Не осуждать, а предлагать решение.



3. ПРОВОЦИРОВАТЬ ТАКТИЛЬНЫЙ ГОЛОД

Детям (и взрослым) важен тактильный контакт. Чем младше ребенок – тем больше. Рисуем получить высокую тревожность, раздражительность или драки ради телесного контакта.

РЕШЕНИЕ

1. Не допускать тактильный голод: обнимать, целовать, гладить.
2. Чаще говорить ребенку о любви к нему.



4. НАРУШАТЬ РЕЖИМ ДНЯ

Нарушение соотношения учеба, занятия в кружках и «скучные» мероприятия/отдых. Рисуем спровоцировать усталость и агрессию на фоне стресса и проблем со сном.

РЕШЕНИЕ

1. Подростки должны спать 8-9 часов ночью. Младшие школьники – 10 часов ночью, дошкольники – 10 часов ночью и 1,5-2 часа днем. Кружки и секции важны, но нельзя забывать о личном времени. Ребенку нужно играть, а дополнительные занятия лучше выбирать исходя из того, что ему нравится.

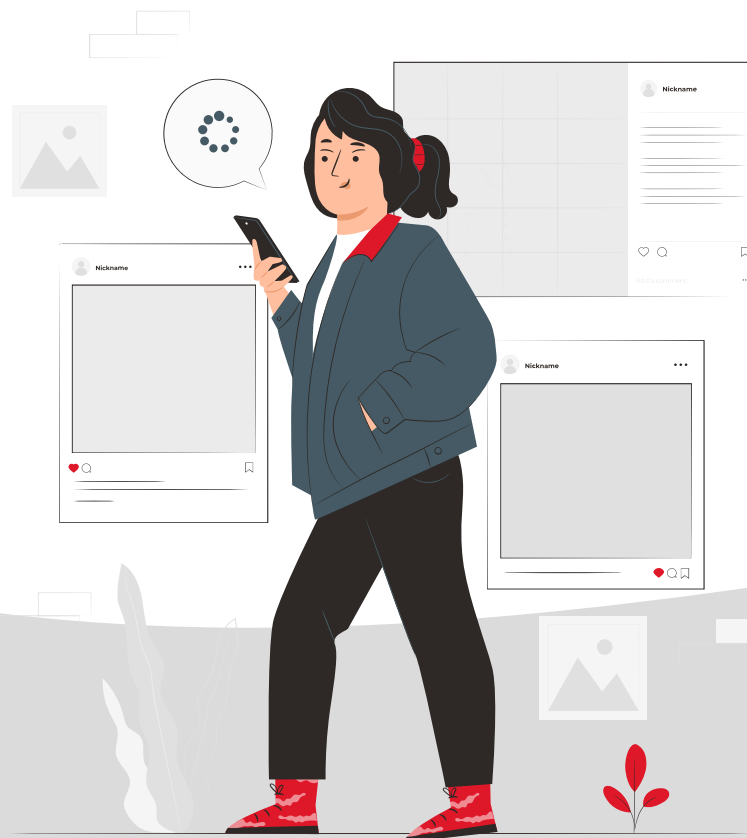


5. ДОПУСКАТЬ БЕСКОНТРОЛЬНОЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ГАДЖЕТОВ

Родительский контроль за гаджетами нужен. Иначе есть риск, что нежелательный контент станет единственным примером для подражания, или возникнут зависимости.

РЕШЕНИЕ

1. Ограничивать по времени: отводим на гаджеты не более, чем 1-1,5 часа дважды в неделю.
2. Знать, какой контент сейчас интересен ребенку.
3. Поставить на планшет или ноутбук развивающие и обучающие игры. Привлечь к ним внимание собственным примером.
4. Если ребенок все же добрался до программ, содержащих сцены насилия и жестокости, обсудите с НИМ ЭТО.



6. ЛИШЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОСТИ

Лучше не пытайтесь оградить дошкольника от всех проблем, а покажите, как можно с ними справляться. Ребенок, не овладевший к школе навыками самообслуживания, рискует стать объектом насмешек для более самостоятельных одноклассников.

РЕШЕНИЕ

1. Прививать ребенку полезные умения и навыки.
2. Больше доверять важные дела. Постепенное приучение к ответственности – это хорошо.



7. БЫТЬ СЛИШКОМ ОПЕКАЮЩИМ ИЛИ СТРОГИМ

Чрезмерная забота и опека сделают ребенка беспомощным и эгоистичным, а излишняя строгость может спровоцировать бунт.

РЕШЕНИЕ

1. Давать полезные навыки, обучать всему, что пригодится во взрослой жизни.
2. Быть готовым к автономии и самостоятельности ребенка.
3. Обсуждать правила поведения и запреты, устанавливать и соблюдать семейные традиции.
4. Интересоваться делами и мнением ребенка.
5. Уважать его права, не посягать на личное время и пространство.



8. ЗАБЫВАТЬ О РАЗВИТИИ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА

Понимать свои эмоции и уметь сочувствовать другим необходимо каждому ребенку.

РЕШЕНИЕ

1. Называть эмоции, которые испытывает ребенок.
2. Обсуждать, как выглядят проявления эмоций, какие при этом бывают выражения лица, позы, жесты.
3. Рисовать свои переживания и визуализировать эмоции.
4. Говорить об эмоциях через игру.

