



== РУКОВОДСТВО ==

КАК ОТУЧИТЬ РЕБЕНКА ОТ ГАДЖЕТА



ШКОЛА
РАЗВИТИЯ ЭМОЦИЙ



Как помочь родителю отучить ребенка от гаджета?

Мы подготовили **9 направлений**, куда можно идти в решении этого вопроса.

Далее вы увидите таблицу.

Как работать с таблицей:

1. Внимательно прочитайте все 9 направления. Подготовьте рекомендации по направлениям.
2. В зависимости от решительности родителя, состоянии отношений с ребенком определите что на ваш профессиональный взгляд будет наилучшим в этой ситуации.
3. Предложите три рекомендации..
4. Все остальные направления можно давать по мере реализации ваших рекомендаций родителем.

Направление изменения	Что можно сделать	Что вам подходит
Поведение родителя	Собственный пример. Позитивное общение с ребенком в будни 1 час и в выходные. Проведение совместных мероприятий интересных взрослому и ребенку.	
Поведение ребенка	Режим дня, хобби ребенка, чтение, общение с разумными сверстниками и взрослыми, новые проекты, творчество. Правила пользования гаджетами (сколько угодно только утром до школы, с 18-19:00 по выполнения домашнего задания, спина ровная, перерыв каждый час на 10 минут, нет гаджета за столом). Выполнение ребенком домашних обязанностей.	
Отношение родителя к ребенку	Теплые и доверительные отношения Совместные позитивные занятия.	
Отношение ребенка к родителю	Родитель не обязан давать гаджет и интернет по закону. Родитель не обязан только давать.	
Отношение родителя к проблеме	Либо смягчить, либо усилить под задачу. Показать родителю возможности роста и понять мотивы ребенка. Что же интересно там ребенку.	
Отношение ребенка к проблеме	Показать личные примеры ребят, их последствия. Вместе посмотреть про цифровую зависимость и сделать доклад об этом в школе.	
Изменить предмет/явление	Родительский контроль. Убрать интернет дома. Убирать гаджеты дома.	
Пусть решит другой	Детский лагерь без гаджетов, пусть решает педагог, психолог.	