

Здоровое использование смартфонов для наших детей!

Дружба. Ограничение. Самостоятельность.

1. Дружите с детьми

- 1 Понимайте поведение каждого ребенка, как особенность юности**
Например: 'Молодежь всегда такая...'
- 2 Не злитесь, если вас удивит или смутит поведение ребенка**
Например: (не издавая громких звуков и не сердясь) Из-за того, что я внезапно вошла испугалась? Я беспокоюсь, что из-за телефона ты не можешь сосредоточиться на делах, которые нужно выполнить.
- 3 Всегда сохраняйте родительскую любовь к ребенку**
Например: Я беспокоюсь, что твои глаза или запястья будут болеть. И я так расстроена, что обещание, данное мне, нарушено. Поэтому было бы хорошо, если ты сдержишь обещание и будешь соблюдать время использования смартфона.

2. Помните! Принцип пяти чувств

Посмотрите в глаза и проявите интерес
Прислушайтесь и внимательно слушайте



Кивайте головой и поймите
Откройте свою душу и передайте
Протяните руку и придите к согласию

3. Установите **ограничения** и повторяйте четкие правила, чтобы учиться

1 уровень

Перед определением правил, объясните причину

2 уровень

Делитесь мнениями, чтобы устанавливать правила, и выбирайте вместе

3 уровень

Обсудите правила, чтобы вместе могли соблюдать их,

4 уровень

Решите, как будете проверять соблюдение правил, и определитесь с наградой и наказанием.



Совет при вручении награды

- ✓ Выберите из того, что хочет ребенок или, что поможет ребенку в развитии
- ✓ Установите цель относительно легко достижимого уровня
- ✓ Всегда исполняйте обещанное с радостным сердцем



Совет при наказании

- ✓ Не давайте его в любое время! Сделайте это предсказуемым
- ✓ В наказание лучше не давать ребенку не того, что ему не нравится, а не позволять ему делать то, что ему нравится.
- ✓ Давайте постоянно
- ✓ Не давайте эмоционально

4. Повысьте **самостоятельность** вашего ребенка

- 1** Верьте в соблюдение правил и ждите этого
- 2** Поддерживайте, вне зависимости от того, соблюдает ли он правила или нет
- 3** Если правила слишком сложные или слишком легкие, и нужно изменить, вы можете изменить правила.

