

Шановні батьки! Віртуальна реальність нині — невід'ємна частина життя дітей і дорослих. За яких обставин взаємодія дитини з гаджетами має вас занепокоїти?



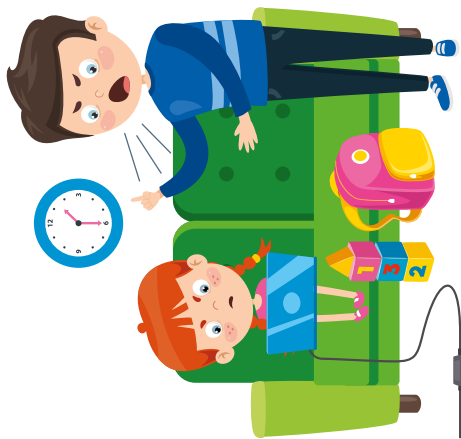
Варто хвилюватися

Весь вільний час дитина присвячує віртуальним іграм. Вона не має захоплень, відмовляється спілкуватися з однолітками в реальному житті, зокрема й відвідувати дитячий садок. Дитину складно нагодувати або вкласти спати, якщо при цьому доведеться відірвати її від гаджета.



Не варто хвилюватися

Дитина часто користується гаджетами, але при цьому активно спілкується з однолітками й членами родини, із задоволенням відвідує розвивальні заняття, займається в гуртках та секціях, допомагає в хатніх справах.



Залежність від гаджетів у дитини можуть викликати:

- дефіцит спілкування з дорослими й однолітками;
- брак уваги, підтримки з боку близьких людей або знецінення успіхів та досягнень, які дитина вважає вагомими;
- неадекватна турбота дорослих, незмога самостійно опанувати новий вид діяльності;
- переважання розвивальних переваг над навчальними заняттями;
- відсутність додаткових каналів для прояву себе, вираження своїх емоцій, саморозвитку.

Аби уникнути такої проблеми й відволікти дитину від гаджетів, дотримуйтеся кількох рекомендацій.

ЯК ВІДВОЛІКТИ ДИТИНУ ВІД ГАДЖЕТІВ



emetodyst.expertus.com.ua
shop.expertus.com.ua

У редакції — ціни найнижчі!
0 800 21 20 12 (безплатно)

Подаруйте дитині нові враження

Намагайтеся в різний спосіб урізноманітнити повсякденне життя дитини, наситити його спілкуванням з дорослими й однолітками. Вигадайте заняття, до яких можна залучити дитину вдома й на вулиці. Наприклад:



- організуйте невеликі мандрівки в інші міста, селаща або хоча б у віддалені райони вашого населеного пункту, відвідайте місце, що зацікавлять дошкільника, беріть участь в екскурсіях;
- записуйте дитину на пробні заняття в різних студіях та гуртках. Можливо, щось із запропонованого зацікавить її й вона виявить бажання займатися на постійній основі;
- відвідайте час від часу майстер-класи різного спрямування — творчі, спортивні, кулінарні тощо;
- давайте дитині побутові доручення, у яких вона зможе проявити самостійність та ініціативність.

Забезпечте дитині всебічне спілкування

Намагайтеся частіше спілкуватися з дитиною. При цьому не сваріть, не повчайте, не зводьте розмови суто до побутових тем чи обговорення домашніх обов'язків, правил. Ліпше поговоріть про життя, захоплення,



інших людей. Не бійтеся радитися з дитиною, цікавитися її думкою. Обов'язково дослуховуйте дитину до кінця.

Для того щоб розширити коло спілкування дитини, відвідайте місце, де вона може вільно взаємодіяти з однолітками. Розпитуйте дитину про її друзів, їхні якості, спільні захоплення, але утримайтеся від оцінних суджень на кшталт «Так з тобою ніхто не дружитиме!», «Це потаний друг» тощо.

Встановіть з дитиною емоційний контакт

Проявляйте до свого дошкільника якомога більше уваги. Але уникайте критики й оцінних суджень. Передусім цікавтеся почуттями дитини. Допоможіть їй відчувати себе успішною. Для цього в усьому підтримуйте, але не перебільшуйте досягнень дитини. Проявляйте щире зацікавлення до її захоплень, справ.



Не соромтеся проявляти емоції та почуття — цікавість, співчуття, схвалення. Спонукайте до того самого й дитину. Якщо ж відчуваєте, що дитині потрібно виплеснути негативні емоції, дозвольте, але навчіть її робити це в прийнятний спосіб.



Домовтеся з дитиною про кордони й правила
Сформулюйте й запишіть на аркуші прави-

ла родини. Обов'язково обговоріть їх з дитиною. Зверніть особливу увагу на ті правила, які стосуються саме її. Але не передайте кути меду.



Ліпше увести три чітких правила, яких дитина здатна буде дотримуватися, ніж тринадцять три, які змінюватимуться залежно від настрою дорослих.

Формулюючи правила, орієнтуйтеся на ті щоденні дії та справи, які категорично забороняєте дитині. Спонукайте всіх членів родини дотримуватися цих заборон і не поступатися дитині.

Порадьтеся й оберіть з дитиною по одному заохоченню й покаранню, що не будуть пов'язані із віртуальними іграми та використанням гаджетів. Запитайте в дитини прямо, якої реакції від батьків вона очікує, якщо порушить певне правило, і якого заохочення бажає.

Свої вимоги чи зауваження до дитини висловлюйте спокійно, але чітко, аби їй це було зрозуміло. Наприклад: «Зушились!», «Прямо бери це!», «Я прошу тебе цього не робити!». Уникайте риторичних і двозначних висловлювань, як-от: «Коли ж ти награсешся?!», «Та що ж ти робиш?» тощо.