

КАК УБЕРЕЧЬ РЕБЕНКА?



- «Если ваш ребенок дома, это еще не значит, что он в безопасности», — повторяют педагоги. Помните, много всего можно найти в интернете, а дети — существа любопытные.

Общайтесь со своим ребенком, интересуйтесь не только тем, что происходит в школе.

- Установите на компьютер систему родительского контроля, тем более если ребенку нет еще 10.
- Помогите ему выразить свои чувства, когда он не в состоянии совладать с эмоциями, и разобраться в них. Важно, чтобы ребенок знал, как пережить горе, страх и перевести негатив в продуктивную деятельность, как это делают взрослые. Объясните ему, что обсуждение — не то же самое, что событие. Ведь дети часто считают, будто, думая или говоря о чем-то, можно это накликать...
- Помните об эффективности активного слушания: попытайтесь в первую очередь понять, а не быть понятым. Часто важнее просто выслушать ребенка. Бывает, ему трудно начать разговор. Пусть тогда расскажет, что слышал, видел, ощущал, прежде чем поведать о своих чувствах. Иногда он будет пытаться рассказать свою историю снова и снова. И это хорошо. Пересказ — часть процесса исцеления.