

## **Ребенок у экрана:**

### **консультация для родителей как остановить просмотр или игру**

Крики, отчаяние, плачь – это лишь немногие формы поведения, защищающие детей, когда родители сообщают: «Конец просмотра сказок», «Время вышло, убери планшет», «Время ложиться спать, выключи телевизор». Как превратить эти неприятные моменты в такие, которые не будут вызывать ссор и слез (как у детей, так и у родителей)?

### **Как просто и без криков закончить времяпровождение ребенка перед экраном**

Во-первых, нужно понять, почему дети так сильно воюют за время перед экраном, когда слышат, что пора заканчивать.

Чаще всего ответ простой – они не закончили делать то, что запланировали, не досмотрели историю, не прошли уровень в игре. А родитель чаще всего требует закончить немедленно, не понимая, почему эти несколько минут так важны для ребенка. И тут переходим к следующему пункту.

### ***Договариваться с ребенком***

Чаще всего родители договариваются с ребенком на определенное время, проводимое перед экраном, будь то игра, сказка или фильм.

Проблема заключается в том, что для большинства детей от 2 до 15 лет время не является лучшим решением в такой ситуации. Представьте себе, вы смотрите фильм и перед важным моментом на телевизоре появляется сообщение: «Если вы хотите узнать, что случится дальше, вернитесь завтра в то же время». Именно так чувствует себя ребенок, когда вы заставляете его моментально выключить компьютер или телевизор.

### ***Хватит времени***

Первое, что определенно поможет решить проблему – договориться о конкретных вещах, а не о конкретном времени. Вместо того, чтобы смотреть 20 минут сказки, лучше устроить показ одного или двух эпизодов. Такая же аналогия при играх – пройти два уровня. Конечно, один уровень может длиться 15 минут, а второй полчаса, но в этом и заключается прелесть игр.

Второе, что можно сделать – войти в мир ребенка, прежде чем «отключить» его. Это немного похоже на ситуацию, когда хотим утешить кого-то, кто грустит. Нужно выразить сочувствие и понимание и только через некоторое время вы можете повлиять на настроение другого.

Методом маленьких шагов идти к цели. Сначала войти в мир ребенка, проверить, что он делает, на каком этапе находится. Потом важно найти точку опоры, которая поможет найти выход.

### ***Знать детский мир всегда хорошо***

Во всяком случае, нечего скрывать. Знание того, что ребенок смотрит и во что играет, очень важно. Как часто дети играют в GTA V, потому что родители не знали, что это за игра.

Кроме того, многие мультфильмы или игры являются хорошей основой для разговоров о взаимодействии людей, почему некоторые ведут себя так или иначе, об эмоциях, что могут испытывать выбранные персонажи.

И, в конце концов, понимание того, что делает ребенок еще никому не навредило.

#### ***ИТОГ:***

- ✚ Первое, что можно сделать, это изменить подход к ограничению времени перед компьютером или телевизором.
- ✚ Второе, что гораздо важнее, войти и понять мир ребенка, прежде чем попытаться что-то в нем изменить. Эти действия помогут не только в определенной ситуации, но и в повседневном контакте с ребенком.
- ✚ Стоит быть готовым слушать, а иногда и смотреть вместе.