

В КАКИХ МИРАХ ЖИВУТ ДЕТИ

По мнению психолога Александры Шошиной, ребёнок живёт в трёх мирах: реальный мир, виртуальный мир, воображаемый мир.

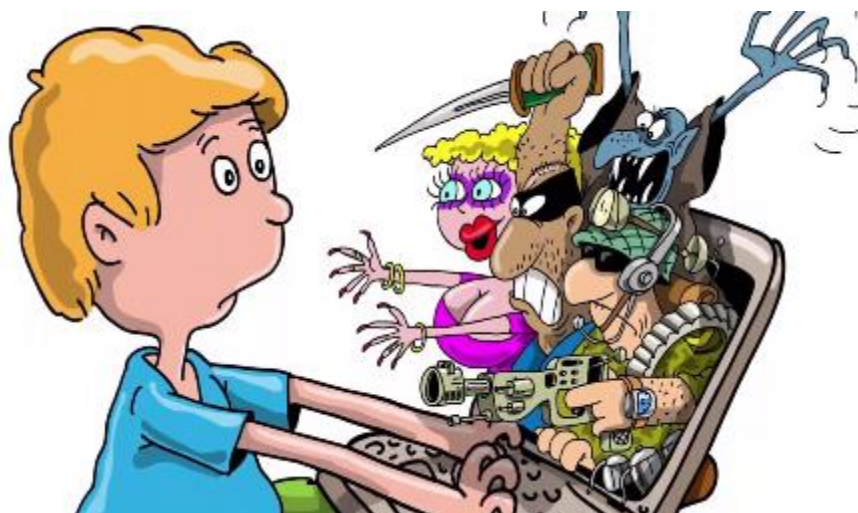


Первый мир - **РЕАЛЬНЫЙ!** У каждого ребёнка этот мир свой и его наполнение может быть различным.

У одних детей в нем могут быть любящие мама, папа, родственники, друзья, хобби, школа/садик, секции, прогулки, позитивные эмоции, близкие контакты, яркие впечатления и целый мир.

У других в нем могут быть отсутствующая мама, тиран папа, отстраненные родственники, одиночество, четыре стены комнаты, ненавистная школа, лучший друг планшет/компьютер и опасный внешний мир.

Вспомните, каким был ваш реальный мир в детстве? Кто/что в нем было?



Второй мир –
ВИРТУАЛЬНЫЙ!
Создать его сейчас
достаточно просто,
главное иметь планшет,
компьютер, телефон и
интернет.

Виртуальный мир включает в себя всё, что только пожелает ребёнок!

В виртуальном мире сейчас можно найти, создать и получить всё: принимающих взрослых, домашнего любимца, верных друзей, эмоции, яркие впечатления, события, подарки, бонусы, принятие, общение, адреналин, своё пространство в котором можно быть самим собой!

Вспомните собственный виртуальный мир из детства? Был ли он у вас?

Третий мир - **ВООБРАЖАЕМЫЙ!** Впервые ребёнок знакомится с ним в районе трёх лет. Во взрослом возрасте его создать сложнее, так как для этого нужно иметь очень хорошую фантазию и воображение! В этом мире нет границ, и ребёнок сам его создаёт, используя фантазию и воображение. Но если ребёнок выдумал его, то он может быть именно таким, каким он хочет!

В собственном воображении можно поменять сценарий реальности. Можно создать другие воспоминания и любые события, в которых ты мысленно побывал!

В нём могут жить добрые и любящие родители, воображаемые друзья, чудища, феи и т.п.. Там ребёнок может быть сильным и смелым перед лицом опасности! Там исполняются желания! Этот мир таинственный и в нем может происходить всё, что угодно! В этом мире нет границ! Ребёнок - создатель!

А вы создавали собственный воображаемый мир?



Эти три мира могут существовать в гармонии между собой или в соперничестве, а иногда один мир может поглотить остальные!

Любите своих детей и существуйте, как любящие и принимающие родители, в реальном мире ребёнка!

КАК РОДИТЕЛИ МОГУТ ПОМОЧЬ РЕБЁНКУ АДАПТИРОВАТЬСЯ К КАЖДОМУ ИЗ ЭТИХ МИРОВ?

Чтобы помочь ребёнку адаптироваться к каждому из перечисленных миров, родители могут использовать следующие рекомендации:

Для реального мира можно предложить, например:

- **Поощрять знакомство ребёнка с новыми людьми.** Можно чаще водить его на разные мероприятия, учить уважительно общаться, грамотно решать конфликты и просить о помощи.
- **Создавать условия для социализации.** Можно постепенно расширять круг общения ребёнка: приглашать друзей, ходить на детские площадки, посещать семейные мероприятия.
- **Поощрять самостоятельность.** Можно позволить ребёнку самостоятельно придумывать игры и истории, не навязывать ему свои идеи
- **Знакомить ребёнка с практическими сторонами жизни.** Например, можно научить его пользоваться картой, чтобы он мог связаться в случае чего с родителями.

Для виртуального мира можно предложить, например:

- **Установить границы.** Нужно обсудить с ребёнком правила использования гаджетов: время онлайн, допустимый контент, периоды без устройств (например, во время еды или перед сном).
- **Предложить альтернативы.** Можно помочь ребёнку найти интересные занятия вне интернета: спорт, творчество, чтение, встречи с друзьями офлайн.
- **Обучать критическому мышлению.** Нужно объяснить ребёнку опасности виртуального мира: фальшивые новости, кибербуллинг или давление сверстников онлайн.
- **Поддерживать развитие эмоционального интеллекта.** Нужно помочь ребёнку распознавать свои чувства и выражать их здоровым способом.

Для воображаемого мира можно предложить, например:

- **Создать творческую атмосферу.** Дома должно быть место для игры и творчества.
- **Читать сказки.** Сказочный мир — идеальный источник вдохновения для развития фантазии.
- **Играть в игры, стимулирующие воображение.** Можно рисовать невидимые картинки, придумывать истории по картинке, строить замки из подушек, играть в превращения.
- **Поддерживать идеи ребёнка.** Даже если они кажутся нелепыми, не критиковать их.
- **Не бояться фантазировать вместе с ребёнком.** Можно играть в придуманные игры, изображать животных и предметы, строить фантастические миры, придумывать собственные сказки и истории.
- **Создавайте гармонию миров в жизни собственных детей!**