

Рекомендации родителям и учителям по усилению привязанности, созданию надежной базы безопасного развития:

1. Помните, что проблемы в поведении вторичные, главное: отношения с ребенком, если что-то идет не так, обратите внимание на ваши отношения, подумайте, чего не хватает, а чего много.
2. Усиливайте контакт с ребенком, особенно когда что-то от него хотите. Сначала удостоверьтесь, что вы установили контакт с ребенком, а потом просите его что-то сделать. Поддерживайте зрительный контакт, тактильный контакт (для родителей), практикуйте совместные разговоры.
3. Интересуйтесь о делах, играх, увлечениях ребенка. В классе начинайте неделю после выходных с бесед про любимые игры, про любимые места и увлечения.
4. Предоставляйте развивающую обратную связь, в которой отмечайте сильные стороны ребенка, его успехи и достижения, только потом говорите о том, что хотите исправить.
5. Поддерживайте ребенка в выполнении задач этапов развития. Говорите ему, что вы рядом, чтобы помочь.
6. Играйте с ребенком за его приглашением, но важно, чтобы и вы, родители (учителя), создавали творческое игровое пространство и привлекали ребенка в свои игры. Больше идей для игр смотрите в материалах модуля по игре.
7. Наполняйте рутинные дела (чистка зубов, вечерний туалет, засыпание, сбор в сад для родителей, подготовка к контрольным, уборка класса, разбор конспекта для учителей) игрой, это снижает сопротивление детей, делает скучные дела интереснее, а ваши отношения с ребенком приятными.
8. Развивайте, если есть, и начните, если нет, семейные ритуалы, классные ритуалы (для учителей) традиции которые будут создавать ритм и праздничность жизни: ритуалы в повседневной жизни (прием пищи, приготовления ко сну, встреча, прощание) ритуалы семейного календаря (дни рождения, годовщины) ритуалы празднования событий, указанных во «внешнем» календаре (Рождество, Новый год); ритуалы жизненных циклов (рождение ребенка, свадьба, смерть) и др. Для учителей ритуалы встречи и прощания, ритуал начала урока, ритуалы праздников и классных мероприятий.
9. Читайте детям вслух, даже в подростковом возрасте (если подросток не против). Устраивайте классные вечера чтения при свечах и с чаем (какао). Читайте ученикам и вместе с ними.
10. Делайте приятные неожиданные сюрпризы. Как-то новая экскурсия, праздник или день когда можно лениться :)

11. Готовьтесь к разлукам, будьте внимательны не только к чувствам в момент расставания, но и перекрывайте грусть от расставания планами на будущую встречу и радостью от контакта. Например, когда готовитесь поехать где-то без ребенка, а он плачет (что вполне нормально), Вы можете не только предупредить, что едете, но и спланировать с ним что-то, что будете делать после возвращения, важно говорить не только о разлуке, но и о предстоящей встрече и контакте «Я буду думать и радоваться, что мы прочитаем с тобой новую книгу сразу как вернусь. Давай ее подготовим, положим вот здесь». Учителя тоже могут быть внимательны к разлукам и встречам. Можно создавать ритуалы встречи каждый день, готовить открытки детям на каникулы и посылать весточку в мессенджерах детям, которые заболели.