

Две повестки

Разведите вопросы ребёнка и взрослую обиду в одном эпизоде.

Введите свои ответы и сохраните копию PDF.

Что про ребёнка?

Например: Температура, школа, расписание.

Что про обиду?

Например: Я злюсь на бывшего партнёра.

Что нельзя смешивать?

Например: Лечение ребёнка и спор о прошлом.

Куда пишем факты?

Например: В общий чат только про ребёнка.

Примеры условные. Ответы остаются в вашей копии файла.

Неделя ребёнка

Соберите расписание ребёнка без скрытых наказаний взрослых.

Введите свои ответы и сохраните копию PDF.

Где ночует?

Например: Пн–ср у мамы, чт–пт у папы.

Кто ведёт к врачу?

Например: Тот, у кого ребёнок утром.

Что с вещами?

Например: Список в рюкзаке, без упрёков.

Что при сбое?

Например: Звоним взрослому, не ребёнку.

Примеры условные. Ответы остаются в вашей копии файла.

Если план меняется

Подготовьте сообщение о сбое без передачи через ребёнка.

Введите свои ответы и сохраните копию PDF.

Что изменилось?

Например: Кружок отменили.

Кого уведомить?

Например: Второго родителя до 18:00.

Что предложить?

Например: Два варианта забрать ребёнка.

Что не писать?

Например: Опять ты всё испортил.

Примеры условные. Ответы остаются в вашей копии файла.