

*Если вы не справляетесь с проблемой
детской игромании
самостоятельно, необходимо
прибегнуть к услугам специалистов.
Детские центры реабилитации
эффективно проводят лечение,
помогают ребенку избавиться от
зависимости виртуального мира,
наладить общение со сверстниками,
завести любимые хобби и другие
полезные увлечения.*



ТОГБОУ «Центр психолого-
педагогического сопровождения и
коррекции «ГАРМОНИЯ»

**«Игромания у детей:
признаки
и
способы борьбы»**

(рекомендации для родителей)



Наш адрес:

Тамбовская область,
г. Рассказово,
ул. Цыплухина, д. 2 А

тел: 8(47531) 27-2-44

факс: 8(47531)27-5-02

e- mail: togou99@mail.ru



Чтобы вовремя распознать зависимость от игр, следует обратить внимание на следующие **признаки**:

1. Сколько времени проводит ребенок за компьютером и назначить приемлемые периоды пользования им. Зависимость проявляется в нарушении временных рамок, а принудительное выключение сопровождается скандалом.

2. Ребёнок не выполняет свои обязанности и дела по дому, проводя все время перед компьютером.

3. Дети пропускают приемы пищи и имеют слабый аппетит, берут смартфон или планшет в ванную.

4. Когда ребёнку отключают компьютер, он ищет альтернативные игровые устройства.

5. Ребёнок перестает знакомиться и общаться с детьми.

6. Начинаются проблемы с учёбой (или развитием).

7. Не имея доступа к играм, ребёнок ведёт себя капризно и не знает, как провести время.

8. Не отвечает на вопросы, в какие компьютерные игры он играл.

Способы борьбы с детской игроманией:

1. Привлекайте детей к работе по дому. Пусть ребёнок почувствует себя ловким, нужным и полезным.

2. Чаще общайтесь с ребёнком, расспрашивайте его о том, как прошёл день, рассказывайте о себе, шутите и смейтесь. Пусть юное создание усвоит простую истину: никакая компьютерная игра не сможет конкурировать с теплотой человеческих отношений.

3. Покажите ребёнку, что проявить себя и стать лидером можно не только в виртуальной реальности. Здесь помогут разные кружки и спортивные секции.

4. Интересуйтесь любимыми играми ребёнка, разговаривайте о них, задавайте вопросы. Это поможет понять отношение чада к компьютерным забавам, и, в случае чего, принять своевременные меры.

5. Важно ограничивать время, которое ребенок проводит за монитором. Время, проводимое детьми за компьютером, не должно превышать 1 часа в сутки.

6. Способствуйте общению вашего ребенка с другими детьми, разрешайте походы в гости друг к другу.

7. Позаботьтесь о том, чтобы у ребенка появилось хобби, любимое дело. Рисование, пение, танцы – внимательный родитель точно знает, какими талантами обладает их чадо, и найдет способ превратить его в увлечение, которое обязательно ещё сослужит в будущем пользу.

8. Не забывайте о личном примере. Если вы и сами на глазах у ребенка проводите долгие часы за компьютером, то что уж ждать от юного пользователя.

9. Не стоит приобретать отдельное устройство, ведь компьютер может понадобиться остальным членам семьи, что является важной причиной отвлечения ребенка от игрушки.

10. Если дети имеют награды за какие-либо достижения, их стоит держать на почетном месте в комнате и демонстрировать гостям.

11. Если ребенок испытывает непреодолимую тягу к компьютеру, можно его заинтересовать обучающими программами и рассказать, что в сети можно многому научиться.