Что делать, чтобы ребенок не стал зависимым от компьютера?

1. Познакомьте его с временными нормами.

2. Контролируйте разнообразную занятость ребенка (кружки, широкие интересы).

3. Приобщайте к домашним обязанностям.

4. Культивируйте семейное чтение.

5. Ежедневно общайтесь с ребенком, будьте в курсе возникающих у него проблем, конфликтов.

6. Контролируйте круг общения, приглашайте друзей ребенка в дом.

7. Знайте место, где ребенок проводит свободное время.

8. Учите правилам общения, расширяйте кругозор ребенка.

9. Научите способам снятия эмоционального напряжения, выхода из стрессовых состояний.

10. Осуществляйте цензуру компьютерных игр и программ.

11. Играйте в настольные и другие игры, приобщайте к играм своего детства.

12. Не разрешайте выходить в Интернет бесконтрольно. Установите запрет на вхождение определенной информации.

13. Говорите с ребенком об отрицательных явлениях жизни, вырабатывайте устойчивое отношение к злу, активное противостояние тому, что несет в себе энергию разрушения, уничтожения, деградации личности.

14. Не забывайте, что родители — образец для подражания, поэтому сами не нарушайте правила, которые устанавливаете для ребенка (с учетом своих норм, естественно).

15. Проанализируйте, не являетесь ли вы сами зависимыми? Курение, алкоголь, телевизор? Ваше освобождение — лучший рецепт для профилактики зависимости у вашего ребенка.