



РЕБЕНОК И КОМПЬЮТЕР



Симптомы компьютерной зависимости:



Ожидание с нетерпением момента занятий с компьютером



Неуверенность в себе



Отсутствие контроля над временем



Желание увеличить время пребывания за компьютером



Сухость глаз



Неряшливость



Появление раздражения, апатии, агрессии



Желание есть, не отходя от компьютера



Нарушение сна



Неспособность занять себя альтернативным занятием

Рекомендации



Придерживайтесь норм пребывания ребенка за компьютером



Найдите ребенку альтернативное занятие



Хвалите за достижения не в виртуальном мире



Не критикуйте ребенка, разделите его интерес к компьютеру



Не ограничивайте доступ ребенка к компьютеру насильно



Дайте ребенку возможность самовыражаться вне виртуального мира



Проводите с ребенком больше времени