

### **Как желательно вести себя родителям с ребенком-геймером:**

- Если ваш ребенок дошкольного возраста, знакомить его с компьютерными играми как можно позже, не раньше, чем перед поступлением в школу.
- Разрешать играть в развивающие игры на компьютере, но только соответствующие возрасту ребенка.
- Прежде чем предложить ребенку новую игру, поиграйте в нее сами и только после этого решайте – полезна она ему или нет.
- Поинтересуйтесь у своих знакомых отзывами о новых играх для детей.
- Постарайтесь покупать те игры, в которых принимают участие любимые герои ребенка, известные ему из сказок и мультфильмов.
- Ограничьте время игры до 20-30 минут, но после значительного перерыва ребенку можно разрешить поиграть еще один раз.
- Для младших школьников и подростков это время можно увеличить до 40-60 минут без длительного перерыва.
- Не размещайте компьютер или игровую приставку в комнате ребенка, чтобы контролировать доступ к ним.
- Постарайтесь понять, каким жанрам игр ваш ребенок отдает предпочтение, и, если это будут жестокие игры, разберитесь – почему, не связано ли это с вашими семейными конфликтами и ссорами.
- Помните: чем младше ребенок, тем больше у него шансов попасть в игровую зависимость, тем жестче необходим родительский контроль.
- При первых сомнениях, связанных с нервно-эмоциональным напряжением у ребенка в связи с компьютерными играми, обратитесь к психологу.
- Помните, что большинство ваших пробелов в воспитании и нереализованные потребности ребенка можно узнать из образа тех героев, которых постоянно изображает ребенок в компьютерных играх.
- Для того чтобы ваши дети, и особенно подросткового возраста, не убегали от потребностей окружающей их реальности в свой иллюзорный мир, развивайте даже самые незначительные таланты ребенка.
- У ребенка должна быть всегда какая-нибудь альтернатива компьютеру – от футбола до дискотеки.
- Следите, чтобы ваш ребенок ежедневно гулял и общался с друзьями.
- Приглашайте друзей ребенка к себе домой по самому малейшему поводу.
- Не превращайте компьютер в единственного друга ребенка.
- И если вам даже очень удобно, когда ваш ребенок у вас на виду часами играет в различные игры, а вы можете заниматься своими делами, помните, что дальнейшая «цена» за сегодняшнее ваше благополучие может оказаться невероятно высокой – расплата здоровьем ребенка.
- И даже если мечта вашего ребенка в дальнейшем стать тоже создателем компьютерных игр, то это вовсе не означает, что его сегодняшняя жизнь – тоже игра без правил. Но, как известно, игр без правил не бывает.

- Помните: геймерами не рождаются, ими становятся. И становятся при различных неблагоприятиях в семье, потому что уход от жизни в игру – это тоже жизнь. Так что нет смысла ругать вас за это ребенка – ищите истоки в себе.

- Используйте возрастные компьютерные игры для развития личности и талантов вашего ребенка.

**Как не желательно вести себя родителям с ребенком-геймером:**

- Не обращать на такое хобби ребенка внимания, а, наоборот, поощрять его, покупая ему постоянно новые компьютерные игры, не вникая, для какого возраста они предназначены.

- Считать, что жестокие игры лишь формируют мужественность у мальчиков.

- Предпочитать компьютерную зависимость ребенка всевозможным неформальным компаниям подростков.

- Не показывать ребенку, что, кроме компьютерных игр, есть еще и другие интересные стороны жизни.

- Не искать выходы из тупиковых ситуаций в семье, а, наоборот, вовлекать в водоворот семейных конфликтов ребенка.

- Боясь, чтобы дети не стали геймерами, запрещать им вообще играть в какие-нибудь компьютерные игры, вплоть до развивающих игр.

- Постоянно унизительно высмеивать ребенка за его желание играть и не предлагать ему при этом никаких альтернатив для игр.