Телефоны помощи для решения имеющихся проблем, в том числе по преодолению зависимостей:

8 (800) 2000-122
ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ
ДЛЯ ДЕТЕЙ, ПОДРОСТКОВ И ИХ РОДИТЕЛЕЙ

ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ ПО ВОПРОСАМ БЕЗОПАСНОСТИ ДЕТЕЙ
8-800-101-00-86

БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и детям»
8 (3462) 34-04-61; 32-90-83

Бюджетное учреждение Ханты – Мансийского автономного округа – Югры «Сургутская клиническая психоневрологическая больница»
8 (3462) 94-02-16
https://surgut-pnd.ru/

БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и детям»

Директор
РОНЖИНА
ГАЛИНА ФЕДОРОВНА
Приемная
Тел.ефон 8 (3462) 34 10 30

Заместитель
директора
ДУХОВНИКОВА
ЛАРИСА ВЛАДИМИРОВНА
Телефон 8 (3462) 34 10 29

г. Сургут, ул. Лермонтова, д. 9,
телефоны: 8 (3462) 34-04-61; 32-90-83
E-mail:SurCPSD@admhmao.ru
Сайт: zazerkalie86.su

Бюджетное учреждение Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Сургутский центр социальной помощи семье и детям»

НАЦИОНАЛЬНЫЙ ПРОЕКТ «ДЕМОГРАФИЯ»
Программа
«Укрепление общественного здоровья»

Цель- формирование системы мотивации граждан к здоровому образу жизни, включая здоровое питание и отказ от вредных привычек

Профилактика детской игромании

г. Сургут, ул. Лермонтова, д.9,
телефоны: 8 (3462) 34-04-61; 32-90-83
E-mail:SurCPSD@admhmao.ru
Сайт: zazerkalie86.su

Причины игромании у детей

Психология рассматривает игровую зависимость, как отдельного рода девиацию. Причин может быть несколько, хотя, чаще всего, родители не хотят их признавать.

1. **Нехватка внимания, заботы и любви от родителей.**
2. **Повышенная восприимчивость ребёнка к стрессам, и неумение справляться с ними.**
3. **Неблагополучная ситуация в семье (скандалы, конфликты, насилие (эмоциональное и физическое), алкоголь, педагогическое пренебрежение).**
4. **Иногда родители, того не осознавая, сами формируют зависимость у ребёнка, поощряя его успехи в игре. Детская психика по-особому реагирует на похвалу и восхищение. Чувствуя, что родители горды успехам малыша, он стремиться достичь ещё больших высот.**
5. **Гиперопека и вседозволенность, или, наоборот, суровое воспитание.**
6. **Пренебрежение родителями своими прямыми обязанностями - уделять время развитию ребёнка.**
7. **Часто, дети начинают играть в компьютерные игры просто от скуки или стремления к общению, которого не хватает в семье.**

Как бороться с детской игроманией? Рекомендации родителям

1. **Больше времени уделяйте общению со своим ребёнком, интересуйтесь его жизнью - увлечениями, учёбой, друзьями.**
2. **Покажите ребёнку, что существует масса интересных занятий помимо виртуальной реальности.**
3. **Организовывайте прогулки, экскурсии, пикники. Чтобы вы могли весь день проводить вместе без гаджетов.**

4. **Купить развивающие и настольные игры, наборы для творчества и играйте всей семьей.**
5. **Дайте ребёнку понять, что компьютерные игры - это не средство добиться лидерства и высоких результатов.**
6. **Ограничьте пребывание ребёнка за компьютером до 2 часов в день. Это касается и мобильного телефона. Периодически проверяйте, в какие игры играет ваш ребёнок, на какие сайты заходит.**
7. **Займите свободное время ребенка: запишите его на кружки, секции, курсы, которые интересны ему.**
8. **Выделите для ребёнка обязанности по дому и не забывайте его хвалить, даже если качество вымытой посуды вас не очень устраивает. Тогда он будет ощущать себя нужным и полезным.**
9. **Покажите достойный личный пример. Естественно, если вы прогоните ребёнка от компьютера, а сами начнёте играть - результата вам не добиться!**

Памятка для родителей по использованию компьютера ребенком:

1. **Ребенок не должен играть в компьютерные игры перед сном.**
2. **Ребенок не должен работать на компьютере более 1,5-2 часов.**
3. **Родители должны контролировать приобретение ребенком компьютерных дисков с играми, чтобы они не причинили вреда детскому здоровью и психике.**
4. **Если ребенок использует компьютер безответственно, необходимо ввести пароль, чтобы сделать невозможным доступ к нему без разрешения родителей.**
5. **Не усаживайте ребенка за уроки сразу после общения с компьютером и не разрешайте смотреть телевизор: пусть хотя бы на четверть часа он выйдет на свежий воздух, а вы тем временем проветрите комнату.**
6. **Следите за тем, чтобы увлечение компьютером не подменило живое общение ребенка со сверстниками. Наоборот, пусть компьютер помогает этому - скажем, набрать и отпечатать пригласительные билеты на домашнее торжество, поздравительный адрес, генеалогическое дерево вашей семьи.**
7. **Работа ребёнка за компьютером должна носить исследовательский характер. Используйте информационные технологии как средство познания и изучения мира, адаптации ребёнка к меняющимся условиям бытия.**