

- С кибербуллингом сталкивается, по меньшей мере, каждый пятый подросток. И многие из них никому об этом не рассказывают.
- Родители, если Вы замечаете существенные изменения в поведении ребенка, возможно, это связано с кибербуллинг или другой проблемой — так или иначе, ему требуется Ваша помощь.
- Найдите время, чтобы разобраться в происходящем и обратитесь за помощью к профессионалам!

Линия помощи «Дети онлайн»

8-800-250-00-15

**Горячая линия Центра безопасного
Интернета в России: www.saferunet.ru,
www.rushotline.ru**

**Отправка сообщений на
«Горячую линию» производится
анонимно, бесплатно, круглосуточно**

**ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ
ПО ВОПРОСАМ БЕЗОПАСНОСТИ
ДЕТЕЙ**

8-800-101-00-86



8 (800) 2000-122

**ТЕЛЕФОН
ДОВЕРИЯ**

ДЛЯ ДЕТЕЙ, ПОДРОСТКОВ
И ИХ РОДИТЕЛЕЙ

 **семейный
мфц**



**Сектор
первичного приема семей**

8 (3462) 35-48-60

Адрес: ул. Лермонтова, 9

Сайт: <http://zazerkalie86.ru>

E-mail: SurCPSD@admhmao.ru

Мы в социальных сетях:



 **семейный
мфц**

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



**Профилактика
детской
игромании**

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 стремится 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 ребёнком:

1. Ребёнок не должен работать на компьютере более 1,5-2 часов и играть в компьютерные игры перед сном.
2. Родители должны контролировать приобретение ребёнком компьютерных дисков с играми, чтобы они не причинили вреда детскому здоровью и психике.
3. Необходимо ввести пароль, чтобы сделать невозможным доступ к нему без разрешения родителей.
4. Не усаживайте ребёнка 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.
5. Следите за тем, чтобы увлечение компьютером не подменило живое общение ребёнка со сверстниками. Наоборот, пусть компьютер помогает этому - скажем, набрать и отпечатать пригласительные билеты на домашнее торжество, поздравительный адрес, генеалогическое дерево вашей семьи.
6. Работа ребёнка за компьютером должна носить исследовательский характер. Используйте информационные технологии как средство познания и изучения мира, адаптации ребёнка к меняющимся условиям бытия.