**Консультация для родителей подготовительной группы**.

"**Компьютерная зависимость детей**. **Что делать?"**

В сети компьютерной зависимости чаще попадают дети в возрасте 10-16 лет. Ничего удивительного - в этом периоде психика неустойчива. Но как утверждает статистика на *«компьютерную иглу»* все чаще подсаживаются и младшие школьники, и дошкольники. Что делать если ребенок *«увяз»* в компьютере. Причем, это не обязательно компьютерные игры, это может быть интернет *(общение на форумах, разных чатах, сетях социальных)*.

Для начала необходимо выявить причину, понять, почему это произошло. Возможно, изначально родители не видели ничего плохого в таком времяпровождении и не устанавливали контроль и время для игр. Необходимо понимать, что любая зависимость *(алкогольная, наркотическая)* не формируется на пустом месте. Фундаментом для зависимости может стать страх, комплексы, переживания. Поэтому важно уделять ребенку больше внимания, создать доверительные отношения, чтоб вовремя разобраться и помочь.

**Контроль** - первый шаг к успеху. Не надо пускать на самотек, и надеяться, что ребенок сам определит время, когда пора остановиться *(взрослый порой не замечает, что уж требовать от ребенка)*. Чтоб не было конфликта необходимо заранее согласовать время с ребенком. И оперировать этим соглашением, когда он будет выпрашивать еще чуть-чуть времени. Дошкольникам вообще не желательно сидеть за компьютером, но если уж так вышло, что доступ есть, то 15-20 минут - это максимум. Игры при этом должны соответствовать возрасту. До 10 лет норма 30 минут, от 10 до 14 лет - час. Естественно, остальное свободное время ребенок не должен слоняться без дела. Найдите занятие согласно его интересам, достойную альтернативу.

**Не предлагайте ребенку компьютерную игру в качестве награды за что-то:***«Выучишь стих, пущу тебя поиграть»*. Это еще больше усилит тягу к компьютеру. Усилится психологическая привязанность.

Не критикуйте чадо за его слабость, не пытайтесь насильственно оторвать от компьютера. Исключите угрозы и шантаж. Все это настроит ребенка против вас, вызовет в нем протест и агрессию, а у нас абсолютно противоположные задачи. Настройте ребенка на доверительные отношения, для этого сыграйте с ним вместе, так сказать разделите увлечения. Увидев в вас единомышленника, он начнет прислушиваться к вашему мнению, и будет легче с ним договориться. Объясните ребенку в спокойных тонах, что именно вас беспокоит, огорчаем в его увлечении.

**Необходимо контролировать не только время, но качество игр.** Исключите игры с элементами насилия, изменяющие психику и вызывающие болезненную зависимость. Подберите игры развивающие мышление, логику, способность к анализу, обучающие *(математике, чтению, иностранным языкам)*. Так время пройдет не только приятно, но и полезно.

Полностью исключать компьютер из жизни ребенка не нужно, время такое. Лучше направить его *«компьютерную»* энергию в правильное русло. Курсы компьютерной графики, грамотности, программирования – то, что нужно.

***Желаем успехов!***



**Составитель: Н.В.Уленеева**

**воспитатель**

**МКДОУ «Бродовской детский сад»**