

Как преодолеть детскую игровую зависимость

1 Измените свое поведение и ситуацию в семье.

Помогите ребенку достичь эмоционального благополучия, и его поведение изменится.

2 Помогите получить новые впечатления.

Посещайте с ребенком интересные места и мероприятия, предложите ему разные занятия и кружки.

3 Больше взаимодействуйте и говорите.

Интересуйтесь жизнью ребенка, спрашивайте его мнение, советуйтесь. Поощряйте интерес к ровесникам.

4 Будьте благодарны.

Выражайте ребенку свою любовь и радость при общении. Не поучайте. Поддерживайте и одобряйте его достижения.

5 Не используйте зависимость, чтобы воспитывать.

Не запрещайте играть, когда хотите наказать ребенка. Не поощряйте его разрешением на игру.

6 Подавайте пример.

Не используйте гаджеты без острой необходимости. Дома не отдыхайте и не развлекайтесь с помощью гаджетов.