

Як батькам убезпечити дітей від негативного впливу ґаджетів

Ознайомтеся з навчальними, розважальними веб-сайтами та іграми, котрі можна використовувати з дітьми



Підтримуйте регулярний, щирий та відкритий діалог із дітьми на актуальні для їхнього віку теми

Навчіть дітей критично ставитися до того, що вони бачать в інтернеті, розкажіть про те, що не все, що вони бачать, може бути правдою, не всі люди є тими, за кого себе видають



Обговорюйте з дітьми проблему тиску з боку однолітків і страх бути неприйнятним у колективі, а також питання вибудовування дружніх відносин в інтернеті

Намагайтеся відволікти дитину іншими заняттями, які змушують її рухатися фізично або працювати розумово



Стежте за поведінкою дитини — якщо вона проводить більше ніж 2 год на день із ґаджетами, протестує проти будь-яких обмежень використання пристрою, не може провести день без ґаджета, то, ймовірно, дитина потребує допомоги, зокрема психолога