

Помочь ребенку справиться с зависимостью от смартфона: советы о воспитанию дали в «Берегине»

29.07.2021



Помочь ребенку справиться с зависимостью от смартфона: советы о воспитанию дали в «Берегине». Фото: pixabay.com
Психологи Семейного центра «Берегиня» дали 28 июля ряд советов на тему того, как помочь ребенку справиться с зависимостью от телефона и социальных сетей.

Не стоит отбирать смартфон и наказывать детей. Вместо этого следует составить расписание, где и во сколько ребенок сможет использовать гаджет. Это поможет обеим сторонам вопроса быть услышанными и придумывать правила вместе.

— Определите «бестелефонное пространство». То есть, когда нельзя им пользоваться. Например, во время ужина пользоваться. Стоит обратить внимание, что данное требование должно распространяться на всех членов семьи, — рассказали в пресс-службе «Берегини».

Также стоит предложить ребенку, чем можно заменить телефон. Важно, чтобы он получил от нового дела те же эмоции и даже в трехкратном размере.

Адрес страницы: <http://nagatino-sadovniki.mos.ru/presscenter/news/detail/10143566.html>

[Управа района Нагатинo-Сaдoвники гoрoдa Мoсквы](#)