**Ситуация**

У меня двое детей. Оба сына. Старший учиться в одиннадцатом классе, а младший в 4 классе. Компьютер и Интернет уже давно вошли в нашу семью. Без этих вещей уже не представляем жизни. Большую часть времени сыновья остаются одни. Я знаю, что пока нас нет, они играют на компьютере. В последнее время я стала замечать, что мой младший сын стал раздражительным, в дневнике появляются плохие оценки, он почти перестал выходить с друзьями на улицу, отказывается помогать по дому. Когда я спрашиваю, что случилось, он не смотрит мне в глаза, врёт, грубит. Когда я стала ограничивать время проведения в Интернете, он стал грубить и отказываться выполнять мои просьбы. Я не знаю, что мне делать?

\*\*\*

**Варианты ответов:**

1. Запретите компьютер, выдавать только по времени и когда дети будут выполнять все ваши просьбы.

**Комментарий**

Запрет компьютерных игр, не эффективен, так как вызывает мощное сопротивление и бунт у ребенка. Это еще больше усугубляет взаимоотношения в семье, в следствие чего, просьбы родителей не воспринимаются и обесцениваются.

\*\*\*

2. Поощряйте детей делиться с Вами их опытом в Интернете. Посещайте Сеть вместе с детьми. Ведь ничего плохого в этом нет!

**Комментарий**

Замечательно, когда родитель интересуется увлечениями ребенка. Совместное времяпрепровождение сближает и делает отношения более доверительными. Однако не стоит заменять живое общение с ребенком виртуальными играми.

\*\*\*

3. В первую очередь необходимо больше времени проводить с ребенком. Во-вторых, постараться найти альтернативу онлайн-играм, отдав предпочтение живому общению. В - третьих, разъяснить детям четкие правила использования компьютера в развлекательных целях.

**Комментарий**

Зачастую дети проводят много времени за компьютером из-за отсутствия выбора времяпрепровождения. Организация досуга ребенка хорошая профилактика интернет зависимости. Совместная деятельность родителей и детей эмоционально сближает и развивает доверительный контакт. Разъяснение правил нахождения в сети Интернет развивает самоорганизацию и ответственное поведение ребенка.

\*\*\*

4. В первую очередь необходимо больше времени проводить с ребенком. Во-вторых, постараться найти альтернативу онлайн-играм, отдав предпочтение живому общению. В - третьих, разъяснить детям четкие правила использования компьютера в развлекательных целях. Установить контроль деятельности детей в Интернете с помощью современных антивирусных программ и программ «Родительский контроль».

**Комментарий**

Зачастую дети проводят много времени за компьютером из-за отсутствия выбора времяпрепровождения. Организация досуга ребенка хорошая профилактика интернет зависимости. Совместная деятельность родителей и детей эмоционально сближает и развивает доверительный контакт. Разъяснение правил нахождения в сети Интернет развивает самоорганизацию и ответственное поведение ребенка. Установленный контроль придаст вам спокойствия, но вы рискуете выйти из доверия ребенка, так как сами ему не доверяете, контролируя его. Условия «договора» нечестные.