

Признаки Интернет-зависимости у ребенка:

1. Самый очевидный признак: ребенок массу времени проводит за компьютером. Более 3-4-х часов в день. Его «не выгонишь» гулять, не заставишь спать или делать что-либо по дому. Он перестал общаться с друзьями, ему редко звонят, реже приходят в гости, да и сам он редко ходит к кому-либо.

2. Не забывайте про «ночные бдения», которые могут быть, если компьютер стоит в комнате ребенка. Косвенными признаками этого будут недосып, повышенная утомляемость, апатия, физическая слабость, дневной сон после школы.

3. Собираясь вместе куда-либо, замечаете, что выход из дома все время откладывается. Не торопясь выключать компьютер, ребенок объясняет: «...мне сейчас должны ответить...» или «..я не могу не отправить сообщение, это важно...». 4. Если мобильный телефон Вашего ребенка позволяет выходить в Интернет, пользоваться ICQ или другими сервисами, обратите внимание на то, сколько денег расходуется со счета ребенка, часто ли ребенок кладет телефон в сумку или в карман, или постоянно держит его в руках?

5. «Сидение» в Интернете быстро разряжает телефон, и если Вы знаете, что заряда аккумулятора должно хватать на 2-3 дня, а ребенок заряжает телефон каждый вечер - задумайтесь.?

6. Как ребенок реагирует, когда Вы собираетесь выезжать на пикник, на дачу или в деревню, где не будет ни компьютера, ни Интернета? Возможно, ему действительно не интересно, это еще не повод для тревоги. А возможно, он и сам Вам скажет – «А что мне там делать без аськи и почты?..» 7. Если у ребенка есть аккаунт в социальной сети, и более 100 человек в «друзьях», поинтересуйтесь, всех ли он знает лично?

8. Обратите внимания какую реакцию вызывают Ваши просьбы выключить компьютер, отвлечься от экрана монитора - крик, раздражение, слезы, истерику. Однако будьте осторожны в интерпретации реакции ребенка. Возможно, форма Вашей просьбы спровоцировала такую реакцию и ребенок просто защищает свои границы и права.

9. Если все или большая часть этих пунктов подходят и Вам - это повод сменить свою собственную тактику поведения в Интернете? Ведь дети гораздо больше подражают своим родителям, чем нам кажется.