

**Если ребёнка
вовремя
«не оторвать»
от телевизора**

Консультация для родителей

Волкова О.В.

Иногда дети могут часами просиживать у телевизора. Их привлекает, завораживает движение, мелькание на экране, они с удовольствием узнают уже знакомых героев сказок и даже персонажей телесериалов для взрослых. Многие родители тревожатся по этому поводу, приходят на приём к психологам за советом, **что же делать, чтобы отучить малыша от «пагубной» привычки.**

Нужно принять тот факт, что в наше время телевизоров, мобильные телефоны, компьютеры и другая современная техника вошли в нашу жизнь, во многом сделали её комфортней и приятней. В то же время, если по отношению к этим и другим материальным объектам занимать неправильную позицию, могут возникнуть самые различные проблемы. Например, такая ситуация, когда не вещи служат людям, а они зависят от вещей, о чём свидетельствуют сильные эмоциональные переживания, испытываемые в результате лишения возможностями ими пользоваться. По отношению к просмотру телевизора нужен здравомыслящий подход.

Известно, что **нужно быть осторожным с резкими и однозначными запретами**, ибо именно они вызывают сильнейшее желание. А как его и в какой ситуации реализовать, ребенок обязательно найдёт возможность. **Более мудро организовать эту часть жизни ребенка в соответствии с его потребностями, интересами и возможностями.** Для этого можно заранее предложить просмотреть программу передач, позволив ребёнку участвовать в их выборе (с учетом интересов и заранее оговоренного времени), кроме того, во время просмотра старайтесь находиться рядом с малышом. Некоторые телепередачи могут стать источником интересной и познавательной информации. Возможно, после просмотра передачи родители и ребёнок вместе прочитают книгу по данной теме, сходят на экскурсию, смастерят поделку (например, любимого героя телевизионной передачи).

В ситуации, **если ребёнок часами смотрит телевизор**, взрослые могут ограничить время просмотра, твердо сказать ему, что он будет смотреть один (или два) мультфильма (передачи) в день. Причём пусть ребёнок сам выберет, что он будет смотреть.

Если малыш не соглашается на ваши условия, а продолжает капризничать и требовать включения телевизора, **предложите ему выбор**: смотреть телепередачу или поиграть с папой в футбол (погулять с бабушкой, братом, вымыть с мамой посуду, поиграть всей семьёй в настольную игру).

Контакты с людьми гораздо важнее для ребёнка раннего возраста, чем чудеса «голубого экрана». Поэтому малыш с радостью откажется от телевизионной передачи и живо откликнется на предложение побыть вместе с мамой или папой, конечно, только в том случае, если в семье царит положительная эмоциональная обстановка и сами родители проявляют искренний интерес к общению с детьми. **Итак, если ребёнка не «оторвать» от телевизора:**

- . заранее познакомьтесь с телевизионной программой;
- . выберите подходящие для ребёнка передачи;
- . смотрите передачи вместе с малышом, объясняйте и обсуждайте увиденное;
- . ограничьте время просмотра и количество передач;
- . предложите выбор: смотреть телевизор или поиграть в увлекательную игру с родителями.