**Дети и телевизор**

 - это одна из причин острых споров между детьми и родителями. Откуда берется эта привычка часами просиживать перед экраном и смотреть **все подряд**?

* Это итог того, что родители сами не стремятся ограничивать собственное пребывание перед телевизором, манипулируя пультом, «прыгая» с программы на программу. В этих семьях дети не получают опыта совместной деятельности с родителями. Нет семейных увлечений.
* Кроме того, нет полноценного общения, оно несколько однобоко: родители выставляют требования, ребенок обязан их выполнить, далее разговор зависит от того, как выполнил, - его помимо бытовых тем (поел – не поел, что получил в школе, почему до сих пор не сделал уроки и т.д.). Эти дети, как правило, испытывают сложности взаимодействиях со своими сверстниками. Телевизор становится их единственным другом.
* Но именно родители учат ребенка полноценно общаться с людьми и дают опыт совместной деятельности, который ребенок использует при общении с окружающими. Дети **копируют нас, взрослых**. Поэтому, надо сделать так, чтобы им было интересней вместе с папой что-то смастерить, покататься на велосипеде, порыбачить или прогуляться по парку, почитать книгу.

**Как же ограничить пребывание детей перед экраном?**

Очевидно, что родителям самим следует критически относиться к собственным привычкам. Если детям будет интересно общаться с родителями, чем смотреть в экран, они предпочтут проводить время с ними. Родителям нужно учиться подчеркивать преимущество общения с детьми, друзьями, занятий спортом и т.д. можно совместно с детьми планировать просмотр любимых передач и фильмов, давая понять, что есть время для необходимых дел, а есть и для удовольствия.

Во время или после просмотра фильма или передачи очень полезно обсудить увиденного что понравилось, что не понравилось, - как констатация факта, в отличие от критики («Как тебе вообще может нравиться это?!»). Родители могут прокомментировать эпизоды по ходу, высказывать связи с сюжетом. Можно критиковать отдельные моменты («Если так бить на самом деле, представляешь, как будет больно?»), рассказать, что вы думаете о жестокости, как по-другому можно разрешить конфликты, привести примеры из вашей жизни.

 Важно, чтобы ребенок реже оставался перед телевизором один и родители давали ему понять, что он смотрит и насколько это приближено к реальной жизни.

Можно ругать телевидение, можно ругать ребенка, но **только от родителей зависит, что вынесет ребенок из телепередачи и станет ли телевизор ему полезен.**

Педагог-психолог

Копылова Татьяна Павловна