**Рекомендации психологов для родителей по профилактике Интернет-зависимости у детей**

1. Ограничьте количество времени, которое дети могут проводить в Интернете.

2. Не ставьте компьютер в комнате ребенка.

3. Выясните, что ваш ребенок любит делать в Интернете.

4. Не подавайте детям плохой пример! Не проводите много времени у компьютера и телевизора.

5. Используйте программы по защите детей в сети.

6. Беседуйте с детьми об их друзьях в Интернете и о том, чем они занимаются так, как если бы вы говорили о чем-то другом.

7. Позволяйте детям заходить на детские сайты только с хорошей репутацией.

8. Научите детей никогда не выдавать личную информацию по электронной почте, в чатах, системах мгновенного обмена сообщениями, регистрационных формах, личных профилях и при регистрации на конкурсы в интернете.

9. Создайте для ребенка учетную запись с ограниченными правами.

10. Приучите детей сообщать вам, если что-либо или кто-либо в Сети тревожит их или угрожает.

11. Настаивайте на том, чтобы дети предоставили вам доступ к своей электронной почте, чтобы вы могли убедиться, что они не общаются с незнакомцами.

12. Расскажите детям об ответственном поведении в Интернете.