

## ЧЕК-ЛИСТ для родителей «Тревожные звоночки»



Ситуация	Да	Нет
Ребенок больше не интересуется занятиями, которые раньше увлекали. Единственный интерес – проводить время в Интернете.		
Ребенок кажется грустным, потерянным и говорит, что ему скучно, - что на самом деле может означать: «Дайте мне телефон/планшет/компьютер».		
Ребенок злится на ограничения времени использования планшета, телефона.		
Гаджеты стали причиной ежедневных скандалов и конфликтов.		
Ребенок пытается добиться снятия запретов, используя слёзы, крики, отказ от деятельности и общения (манипулирует вами).		
На просьбу убрать гаджет ребенок реагирует агрессией, раздражением.		
Ребенок скрывает от вас использование гаджета, старается избежать контроля.		
У вас есть расписание, где указаны временные ограничения, но ребенок их не придерживаются.		

Если вы ответили «Да» хотя бы на два пункта, пора принимать меры