

สิ่งที่ผู้ปกครองไม่ควรทำ



1

ใช้อารมณ์ พูดยั่วยุใส่ลูก หรือลงโทษอย่างรุนแรง
เมื่อเด็กเล่นเกมนานเกินไป



2

ซื้ออุปกรณ์การเล่นมาให้
ก่อนที่จะมีการตกลงกติกา



3

อนุญาตให้เด็กเป็นเจ้าของมือถือ
และสามารถเก็บมือถือไว้กับตัวเอง



4

ละเลยการทำกิจกรรมร่วมกัน
ในครอบครัว



5

ปล่อยให้เด็กอยู่แต่กับเกม
จนขาดความสนใจงานอดิเรกอื่น ๆ



6

กลัวอารมณ์ลูก
หลีกเลี่ยงการขัดใจลูก



7

ขัดแย้งกันเองระหว่างผู้ปกครอง
ในการจัดการกับพฤติกรรมเด็ก



8

ใช้คำพูดเชิงตำหนิ
จับผิดตลอดเวลา
จนเด็กขาดความรู้สึก
มีคุณค่าในตัวเอง



9

ได้แต่บ่น
แต่ไม่เคยจริงจัง
ใจอ่อนเวลาเด็กต่อรอง



10

ปล่อยปละละเลย อนุญาตให้เด็กเล่นเกม
เมื่อไหร่ก็ได้ ที่ไหนก็ได้
นานแค่ไหนก็ได้

ศึกษาข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่
สแกน QR CODE



สิ่งที่ผู้ปกครอง
ควรทำ
และ
ไม่ควรทำ
เพื่อป้องกันเด็กติดเกม



สิ่งที่ผู้ปกครองควรทำ



1

ให้ความรัก ความอบอุ่น
และเวลาที่มีคุณภาพกับเด็ก



2

สอดส่องและศึกษาเกี่ยวกับเกมที่เด็กเล่น
ว่ามีเนื้อหาเหมาะสมหรือไม่



3

เป็นแบบอย่างที่ดี ในการใช้สื่อออนไลน์



4

กำหนดพื้นที่ที่เด็กห้ามใช้มือถือ เช่น ในห้องนอน
มุมทำอาหาร เป็นต้น



5

ใช้คำพูดส่งเสริมให้เด็กรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง
(self-esteem)



6

กำหนดกติกา ระยะเวลาการเล่นเกม
และดูแลกำกับอย่างสม่ำเสมอ



7

ศึกษาแอปพลิเคชันสำหรับผู้ปกครองเพื่อใช้ควบคุม
การใช้งานออนไลน์ของเด็ก



8

คนในครอบครัวมีแนวทางเดียวกัน
ในการเลี้ยงดูเด็ก



9

ฝึกให้เด็กรู้จักแบ่งเวลาและมีระเบียบวินัย



10

มีกิจกรรมที่สมาชิกในครอบครัวร่วมกันทำ
หรือร่วมเล่นเกมกับลูก
และชี้ให้เห็นข้อดี ข้อเสียของเกม



11

สอนให้เด็กมีวิถีคลายเครียดที่หลากหลาย
และส่งเสริมให้มีงานอดิเรก



12

ทำความรู้จักกับเพื่อนและครอบครัวของเพื่อนลูก
เพื่อหาเวลาพาเด็กมาทำกิจกรรมร่วมกัน