

Bạn đừng quát tháo khi bé lúc nào cũng dán mắt vào màn hình vô tuyến. Nếu khéo léo, mẹ còn có thể tạo được nhiều ảnh hưởng tốt từ sở thích này của con.

Dưới đây là một số gợi ý:

Chọn kênh truyền hình cho con. Bạn có thể biết trước chương trình nào phù hợp với lứa tuổi và suy nghĩ của bé.

Xem TV cùng con. Trò chuyện trong lúc xem TV sẽ giúp bạn hiểu con mình hơn. Và nếu có điều gì trên TV không phù hợp với trẻ, bạn có thể giảng giải cho bé hiểu ngay.

Giới hạn thời gian xem. Xen lẫn việc xem TV trong thời khóa biểu của gia đình: Ví dụ: Bạn có thể viết lên bảng ghi nhớ của nhà mình rằng bé chỉ được xem TV sau khi đã hoàn thành bài tập và một vài công việc vặt trong nhà.

Giúp con nhận thức đúng về quảng cáo. Những hình ảnh đẹp, sinh động trong các mẫu quảng cáo thu hút rất nhiều bé. Có những mẫu quảng cáo mang ý nghĩa giáo dục rất cao, nhưng cũng có nhiều đoạn chỉ toàn gây sốc. Bố mẹ nên giúp con bạn phân biệt điều này.

Không được xem TV khi ăn. Nhiều nghiên cứu đã cho thấy có mối liên hệ mật thiết giữa việc ăn khi xem TV và bệnh béo phì.

Tạo ra nhiều hoạt động giải trí khác cho gia đình như dã ngoại, dạo phố, mua sách, vẽ tranh... và rủ bé tham gia. Bạn đừng để con có quá nhiều thời gian rảnh rỗi trước chiếc TV.

(Theo *Lamchame*)