Консультация для родителей

Компьютерная зависимость у детей

Компьютерная зависимость у детей – это навязчивый, намеренный уход в виртуальную реальность с потерей прежнего интереса к другим обязанностям и занятиям. О компьютерной зависимости впервые стали говорить в начале 80-х годов прошлого столетия, однако многие специалисты до сих пор этот термин не вполне признают. Человек любого возраста или социального положения может стать жертвой компьютерной зависимости, однако самыми уязвимыми всегда будут дети. Современные малыши с самого раннего возраста общаются с компьютерами, и даже музыкальные игрушки напоминают визуально компьютеры.

Причины компьютерной зависимости у детей

Компьютеры сопровождают малышей всегда, даже успокоить становится простым делом, если включить простую игру или мультик и ребенок сразу затихает. Зачастую малыш видит, как за компьютером сидят мама и папа, а бывает, и спорят, кто его займет. Таким образом, компьютер для крохи становится объектом вожделения, а затем превращается в предмет, без которого очень сложно обойтись. Ведь, где можно найти любимые мультики или забавные картинки? Конечно в интернете. В школе также давно уже перешли на компьютеризированное обучение. Компьютер является помощником, однако может сослужить и негативную службу, превратив полезное общение в зависимость.

Малыш познает новый мир, общаясь с компьютером. Этот мир предстает для него таким понятным, предсказуемым и он по щелчку получает почти все, что захочет. И наступает такой момент, когда виртуальный мир становится более желанным, чем реальный.

Причины возникновения компьютерной зависимости связывают с пересиживанием за компьютером, увлеченностью графикой, сюжетами, мультиками. Компьютер позволяет малышу осуществлять все свои желания, например, агрессивным личностям в игре можно убивать и избивать людей.

На первоначальном этапе зависимости отмечается стадия легкой увлеченности компьютером, без особой настойчивой необходимости играть. Потом наблюдается переход в стадию увлеченности, когда фиксируется настойчивая потребность в игре и пребывании за компьютером. Малыш изо всех сил старается предпринять активные действия в осуществлении этого. Стадия зависимости характеризуется ощутимыми изменениями личности. Изменяются потребности детской личности, и игра уже полностью заменяет реальный мир. Игра становится необходимостью, превращаясь в наркотик.

Признаки компьютерной зависимости у детей

Выделяют следующие признаки компьютерной зависимости:

- агрессивное, яркое сопротивление в момент попыток отвлечь малыша от компьютера;
- эмоциональный, выраженный подъем, а также эйфория после контакта с компьютером;
- предвкушение предстоящей игры на компьютере затмевает все мысли и дела;
- нарушение внимания, падение успеваемости в школе;
- компьютерная зависимость не позволяет следить за временем, малыш засиживается до глубокой ночи и даже способен играть всю ночь напролет;
- все свои денежные сбережения малыш способен отдать, чтобы купить игры или оплатить интернет;
- отмечается нарушение в режиме питания, без еды малыш способен проводить за компьютером много времени;
- для поддержания себя в тонусе некоторые дети пьют кофе;
- наблюдается сужение круга интересов, с малышом сложно говорить на отвлеченные темы, не касающиеся тем компьютера;
- прежние занятия полностью обесцениваются, перестают представлять хоть какую-нибудь значимость;
- при препятствии долго просиживать за компьютером развивается агрессия, возникает раздражительность;
- при отнятии компьютера, ребенок превращается в злого, способного на угрозы и шантаж, требующего в агрессивной форме пустить к компьютеру.

Профилактика и лечение компьютерной зависимости у детей

Рекомендации по борьбе с компьютерной зависимостью включают следующее:

- проводить как можно больше времени с малышом, интересоваться его жизнью;
- прививать детям вкус к общим занятиям, общению, развлечениям, не имеющих ничего общего с компьютером;
- культивировать в семье спорт, творчество;
- не разрешать слишком рано овладевать компьютером, необходимо учить малыша развлекаться другими различными способами;
- знакомство с компьютером начинать лучше всего с 5 лет, однако, без формирования компьютерной культуры;
- договариваться с малышом о четком регламенте работы за компьютером. Важно быть последовательным, и не уменьшать и не увеличивать оговоренное время;
- необходимо придерживаться принципа: нельзя малышу, значит нельзя и родителям;
- в случае если отец любит игры, и играет в них часто и подолгу, то очень сложно будет отучить свое чадо от компьютера. Малыш никогда не будет слышать слова. Он видит только поступки взрослых и если увлеченные родители - творческие люди, то у малыша стать таким же будет больше шансов;
- необходимо, чтобы малыш понимал, что компьютеры необходимы взрослым для работы, поэтому родители могут долго сидеть за компьютером;
- взрослым необходимо не препятствовать общению ребенка с друзьями вне дома;
- важно прививать вкус малышам к логическим, развивающим играм и играть вместе;
- не следует торопиться покупать малышу личный компьютер.

Компьютерная зависимость у детей - как с ней бороться? Не существует универсального рецепта в борьбе с зависимостью. Каждая зависимость имеет свою историю, с множеством участников (друзья, семья, одноклассники). С зависимостью очень сложно справиться, но это вполне реально.