

Компьютерные дети

Компьютерная зависимость – это болезненное состояние, влекущее за собой нарушение психологических и поведенческих функций. Она проявляется как у детей, подростков, так и у взрослых.

Определить зависимость можно так: если отношения к игре контролируются (человек пришел, поиграл и ушел), то все в порядке; если вместо запланированного часа – играет несколько напролет, значит – это проблема.

Если лишить возможности играть, начинается депрессия. Дети забрасывают учебу, спорт, живое общение и в конце концов перестают принадлежать себе.

Как не стать игроманом?

- Не позволять ребенку заигрываться в одну игру ;
- Контролируйте время у компьютера;
- Больше разговаривайте с ребенком, интересуйтесь его впечатлениями, акцентируйте внимание на впечатлениях от событий реальной жизни. Тогда он сам поймет, что жизнь вокруг него более интересна, чем поверхностные впечатления от компьютерного мира.

Что делать, если ребенок стал зависимым?

- Ругань, нравоучения, запреты не помогут. Ребенок будет действовать назло.
- Забрать компьютер – настройте его против себя.

- Поговорите о своих чувствах и опасениях.
- Посещение кружков, секций, тренировок, курсов.
- Развивать разнообразные интересы, больше заниматься ребенком.

Как обезопасить свое чадо?

- Установите компьютер не в детской комнате, а в общей, чтобы можно было следить, для чего он используется.

- Попросите объяснить, показать как действует Интернет.

- По возможности ненавязчиво общайтесь с ним во время "путешествия в сети". Это поможет выяснить, чем он занимается в данный момент.

- Приучите его показывать вам все, что ему причиняет какие-либо неудобства при общении в Интернете, или вызывает сомнения, страх. Объясните, что:

- нельзя оставлять людям из Интернета свой домашний адрес, номер телефона, школы.

- нельзя встречаться с новыми друзьями, не сообщив взрослым.

- нужно покинуть чат, если беседа принимает угрожающий характер.

Информация к размышлению!

Если ребенок днями и ночами сидит за монитором, психологи советуют прежде поискать корни проблемы в семье. Возможно, родители больше заняты своими делами, поэтому ребенок стремится уйти от переживания по поводу невнимания взрослых в виртуальный мир.