

## **Консультация для родителей**

### **Консультация на тему «Компьютерная зависимость дошкольника»**

#### **Почему возникает компьютерная зависимость?**

Развивается цивилизация, а вместе с ней технический прогресс. Сегодня компьютер есть в каждом доме, учебном учреждении. Дети воспринимают этот мир, не через логическое осознание, а через осязание, слух и зрение, поэтому яркие картинки с монитора привлекают детей, удовольствие затягивает.

Обучающие программы подталкивают ребенка к пониманию процесса работы компьютера, исчезает страх перед новыми технологиями, а вместе с тем зачастую даже в раннем возрасте может сформироваться компьютерная зависимость.

В большей степени компьютерными зависимыми становятся дети и подростки, имеющие нестабильные и конфликтные семейные или школьные отношения. Не приверженные никаким серьезным увлечениям. Именно они находят в виртуальном мире отдушину и считают свое пребывание в сети или успехи в компьютерной игре достаточными для самоутверждения и для улучшения психического состояния. Участие в виртуальном мире позволяет детям и подросткам расслабиться и абстрагироваться от психологических проблем в реальном мире, но это происходит лишь на момент пребывания в виртуальном пространстве. Возвращаясь в реальный мир человек испытывает агрессию, раздражение, зачастую не может найти свое место в социуме.

#### **Что происходит с ребенком? Как на него влияет компьютерная зависимость?**

Компьютерная зависимость характеризуется стремлением ухода от реальности посредством изменения своего психического состояния. Происходит процесс, во время которого человек не только не решает важных для себя проблем, но и останавливается в своём личностном развитии. Ребенок испытывает раздражение, если его отвлекают от компьютера, проявляя даже некоторую агрессию. Он отдает предпочтение компьютеру, а не общению со сверстниками. Увлекаясь компьютером, ребенок может гораздо меньше интересоваться обыкновенными игрушками и постоянно стремиться к монитору, к виртуальным играм. Важно знать, что большинство ролевых компьютерных игр рассчитано на подростковый период. Они организованы, сконструированы, нарисованы и запрограммированы людьми старшего поколения, без учета возрастных психологических особенностей. Подобные игры могут сильно повлиять на формирование личности в период активной социализации, усвоения социальных ролей, ролевой идентификации личности.

#### **Какие игры наиболее опасны?**

С точки зрения психологии, наиболее интересными и опасными для детей являются ролевые RPG игры. По сведениям целого ряда психологов, именно ролевые игры способны больше всех остальных компьютерных игровых программ сформировать устойчивую психологическую зависимость. Только в случае с RPG-играми ролевыми играми можно пронаблюдать несоответствие «Я

идеальное» и «Я реальное», нарастание между которыми влечет усиление дезадаптации и нарушение в сфере психических состояний.

Еще более усиливают подростковую компьютерную зависимость сетевые игры. Где подросток играет уже не с компьютером, а с миллионами живых людей, которых он не идентифицирует за печатными текстами. Сеть тоже представляет собой сублимат ролевых игр. Здесь «играющий» придумывает своего персонажа, т.е. самого себя, выдавая себя придуманного тысячам собеседников за себя реального. «Играющий» действует уже не по законам, описанным программистами и дизайнерами, а по правилам, придуманным им самим. Осознание бесконечности сетевого пространства, безнаказанности и огромного количества участников процесса постоянно подталкивает ребенка, подростка и даже уже сформировавшегося человека создавать и описывать собственные правила поведения, принимать решения, которые в целом не имеют отношения к реальной жизни.

Участие в виртуальном мире позволяет детям и подросткам расслабиться и абстрагироваться от психологических проблем в реальном мире, но это происходит лишь на момент пребывания в виртуальном пространстве. Для игрока реальный мир неинтересен и полон опасностей, так как большинство зависимых от компьютера это люди, плохо адаптирующиеся в социуме. Вследствие этого человек пытается жить в другом мире - виртуальном, где все возможно, все дозволено, где он сам устанавливает правила игры. Логично предположить, что выход из виртуальной реальности является болезненным для зависимого, он вновь сталкивается с ненавистной для него реальностью, что и вызывает снижение настроения и активности, ощущение плохого самочувствия.

### **Что делать, если ребенок компьютеро зависим?**

Нужно определить степень зависимости. В некоторых случаях может помочь профессионал. Родителям важно найти интерес ребенка в реальном мире, альтернативный виртуальному. Переключить его на:

1. Совместные походы: на футбол, хоккей, в кино, на выставки... Этот список можно продолжать в зависимости от интересов ребенка.
2. Знать с кем ребенок общается, и содействовать позитивному общению.
3. Помочь найти ребенку дело которым бы он увлекся (кружок, секцию)
4. Участвовать в важных для ребенка мероприятиях, вместе с ним.