

Компьютерная зависимость является одной из разновидностей аддитивного поведения и характеризуется стремлением уйти от повседневности методом трансформации собственного эмоционально-психического настроения.

По каким причинам ребенок уходит в виртуальную реальность?

- Одной из причин является жажда приключений, которые ребенок может получить в различных компьютерных играх.
- Причиной может стать детская безнадзорность, т. е. родители настолько заняты решением своих проблем, что у них совершенно не хватает времени на ребенка.
- Причиной могут стать постоянные ссоры между родителями или лицами, их заменяющими.
- Причиной побега в виртуальную реальность может стать физическое, эмоционально-психологическое насилие со стороны одноклассников или сверстников.
- Развод родителей также может послужить поводом для ухода в другую реальность, где нет никаких проблем.
- Если ребенка не устраивает его семья, а именно отношение родителей к нему или их образ жизни (например, родители злоупотребляют алкоголем), то в таких случаях у ребенка возникает чувство отчуждения к собственной семье, в результате чего виртуальный мир поглощает ребенка с головой.
- Если в семье присутствует жестокое обращение с ребенком со стороны родителей, различные суровые наказания за провинности или непосильные домашние нагрузки, то для ребенка самым лучшим вариантом, чтобы не видеть это насилие, становится виртуальный мир. В этой новой реальности его никто не будет обижать, и он сам всегда сможет постоять за себя. Здесь он становится сильным и непобедимым.

Родителям, близким стоит насторожиться и принять соответственные меры, если их ребенок:

- начинает пить и есть, учить уроки, не отходя от компьютера;
- начал проводить ночи у компьютера;
- начал прогуливать школу для того, чтобы посидеть за компьютером;
- как только заходит в квартиру, сразу же направляется к компьютеру;
- забывает поесть, почистить зубы, причесться, переодеться (чего раньше не замечалось);
- находится в раздраженном, агрессивном состоянии, не знает, чем заняться, если компьютер сломался;
- угрожает, шантажирует, если ему запрещают играть на компьютере.



От года до трех

Пускать за компьютер ребенка этого возраста вообще не рекомендуется. И скорее нужно защитить малыша от компьютера, чем наоборот!

От трех до семи

Время освоения компьютера как явления. В этом возрасте ребенку интересно находить в машине то, что уже знакомо без компьютера: игры по мотивам сказок, головоломки, раскраски. Развивающие программы для дошкольников создаются коллективами, в которые, как правило, входят педагоги и детские психологи. При этом объекты для экспериментов находятся там, где обнаружить их проще всего: на Рабочем столе, Панели задач и, реже, в меню кнопки Пуск. На Рабочем столе должны находиться ярлыки только тех приложений, которыми будет пользоваться ребенок. Отсюда целесообразно убрать значок Компьютер. В настройках родительского контроля целесообразно распределить разрешения на запуск конкретных программ и игр. Установка новых программ для дошкольника — полностью ваша прерогатива.

От 7 до 14

В данный период компьютер становится подспорьем в учебе. Энциклопедии, словари, мультимедийные обучающие курсы по школьным дисциплинам предназначены как раз для этого возраста. У ребенка появляется интерес к сложным трехмерным играм: «бродилкам», «стрелялкам», «гонкам», в том числе сетевым. Он открывает для себя Интернет: и как информационный ресурс, и как средство общения. Контроль времени требует гибкого подхода. С одной стороны, нужно ограничивать время, проводимое ребенком за играми. С другой — компьютер часто становится музыкальным центром с караоке и DVD-проигрывателем, то есть подолгу работает «сам по себе», создавая музыкальный фон. Целесообразно запретить вход в систему в то время, когда ребенок должен спать или находиться в школе. Ограничения на запуск программ в этом возрасте могут быть менее строгими. Специалисты рекомендуют использовать функцию контроля игр, ограничивающую доступ к играм на основе рейтинга или в соответствии с настроенными критериями.

От 14 и старше

В этом возрасте в полной мере проявляется все, что закладывалось на протяжении всех предыдущих лет. О любых технических средствах контроля вам придется забыть. Дело даже не в том, что подросток очень остро реагирует на наши попытки хоть в чем-то ограничить его действия или вмешаться в секреты. Просто свобода становится осознанной, а ее рамки — разумными и добровольными. Первая любовь, открытие новых глубоких и неизведанных отношений. Вполне естественно, что в этом возрасте у ребенка появляются настоящие секреты. Попытка раскрыть их обычно не прощается очень долго. Поэтому постарайтесь уважать тайны своего ребенка.

Если между вами и ребенком установились доверительные отношения и взаимопонимание, то никакие специальные настройки Windows не понадобятся: достаточные фильтры уже должны появиться в голове молодого человека или девушки. «Делай лишь то, чего ты не стыдишься, и тебе не придется ничего скрывать», — эта аксиома звучит прекрасно, хотя следовать ей удастся лишь в некоторых действительно счастливых и гармоничных семьях.

Дошкольник или школьник младших классов обычно воспринимает ограничения как должное. У подростка программные средства контроля или попытка доступа к его секретным материалам, скорее всего, вызовут справедливый протест.

Литература:

- С. В. Краснова Н. Р. Казарян В. С «Как справиться с компьютерной зависимостью» - Эксмо; Москва; 2008
- Днепров А. Г. «Защита детей от компьютерных опасностей» — СПб. Питер, 2008
- Л. Н. Юрьева, Т. Ю. Больбот
Компьютерная зависимость: формирование, диагностика, коррекция и профилактика: Монография. — Днепропетровск: Пороги, 2006

**БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СОЦИАЛЬНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ
УДМУРТСКОЙ РЕСПУБЛИКИ
«Республиканский центр
психолого-педагогической помощи
населению «СоДействие»**

НАШ АДРЕС: УР, 426039,
г. Ижевск, Воткинское шоссе, 110 ^А
Тел. 44-16-35, 44-40-88
Email: social95@minsoc18.ru
Сайт: sodeistvie18.ucoz.net

Компьютерная зависимость



Ижевск, 2017г.