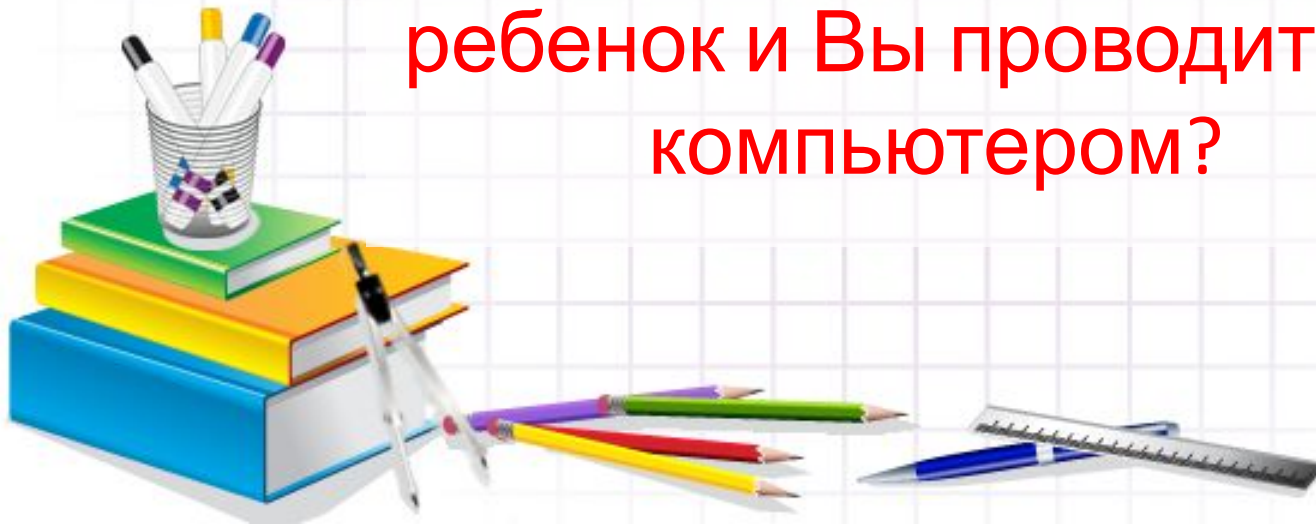


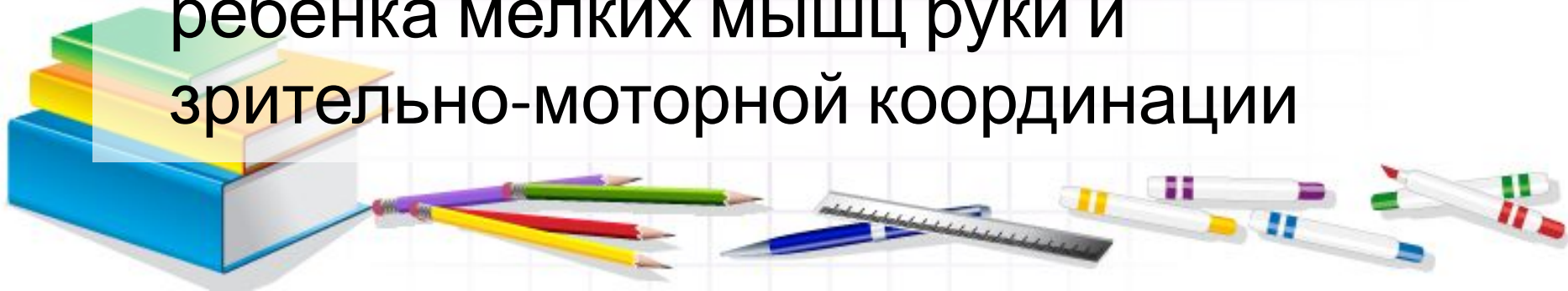
Компьютер в жизни подростка. Польза или вред?

Сколько времени в день
ребенок и Вы проводите за
компьютером?



КОМПЬЮТЕР, безусловно, приносит пользу.

- **Во-первых**, среди современных игровых программ очень много развивающих.
- **Во-вторых**, даже обычное занятие на компьютере воспринимается ребенком как игра
- **В-третьих**, самостоятельная работа за компьютером способствует развитию у ребенка мелких мышц руки и зрительно-моторной координации



- **В-четвертых**, игры на компьютере способствуют развитию абстрактного мышления детей.
- **В-пятых**, путешествия по виртуальным мирам могут выступать способом разрядки накопившейся в душе обиды и агрессии

ОДНО из опасений - увлечение компьютерными играми.

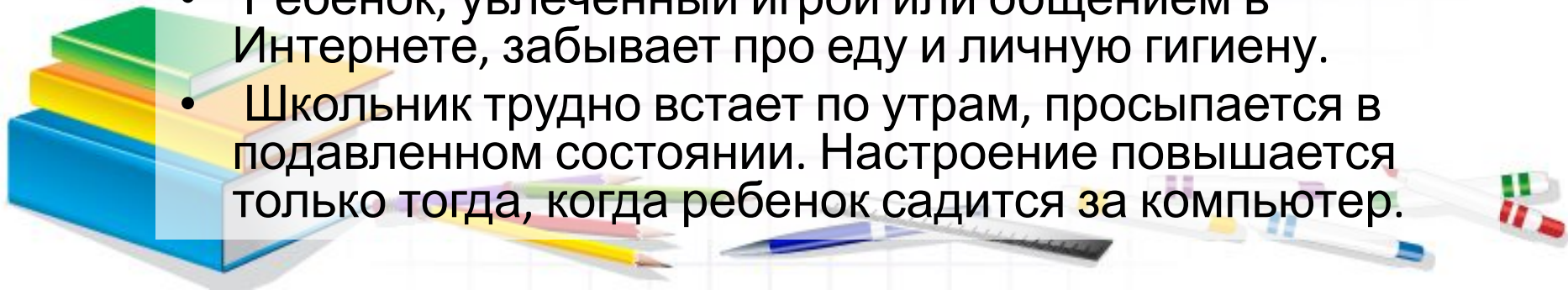


Игромания - это психологическая зависимость человека от компьютерных игр (как, впрочем, и от других), которая влияет на его физическое и психическое здоровье.

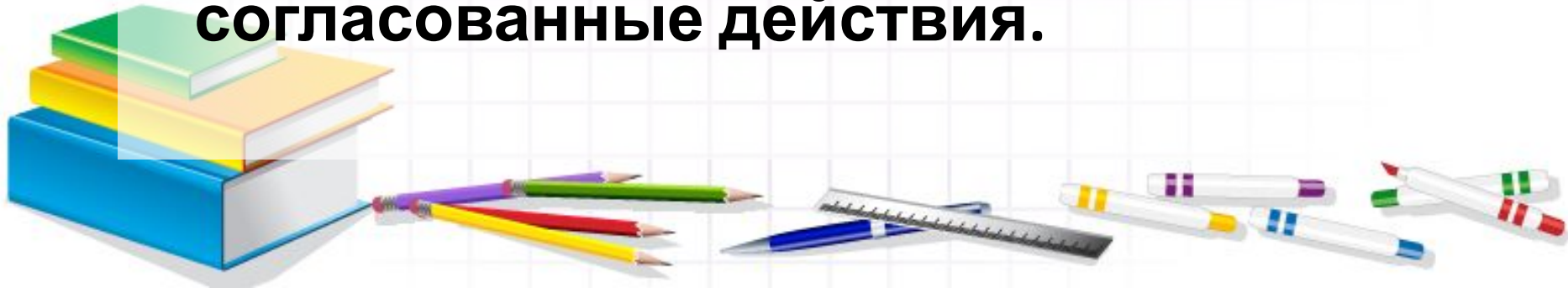


Симптомы игровой зависимости

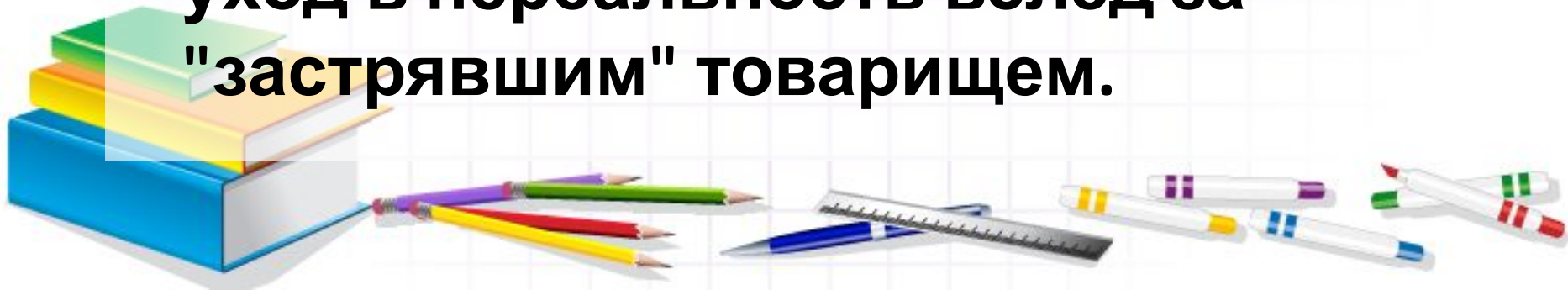
- Большую часть свободного времени (6-10 часов в день) ребенок проводит за компьютером.
- У него практически нет реальных друзей, зато много виртуальных.
- Если на ваш запрет сидеть за компьютером школьник реагирует агрессивно или становится тревожным.
- Ребенок вас обманывает, пропускает школу, чтобы посидеть за компьютером, стал хуже учиться, потерял интерес к школьным предметам.
- Во время игры подросток начинает разговаривать сам с собой или с героями игры так, как будто они реальны.
- Он становится более агрессивным.
- Ребенок, увлеченный игрой или общением в Интернете, забывает про еду и личную гигиену.
- Школьник трудно встает по утрам, просыпается в подавленном состоянии. Настроение повышается только тогда, когда ребенок садится за компьютер.



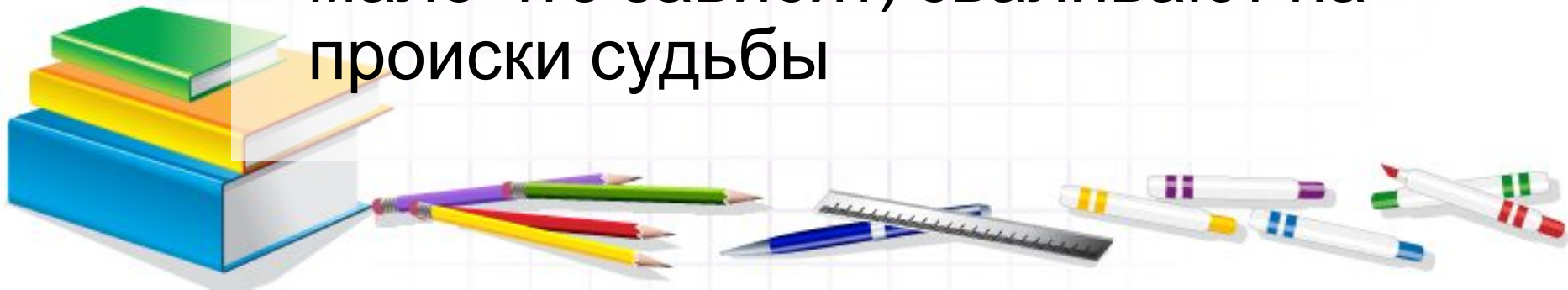
- Ребёнок, лишённый родительского внимания, удовлетворяет потребность в тепле и общении, взаимодействуя с компьютером.
- Взрослеющий подросток сталкивается с трудностями, свойственными взрослой жизни. Не умея справиться с ними самостоятельно, не находя поддержки взрослых, ребёнок уходит в виртуальный мир.
- Родители в общении с ребёнком не осознают его взросления, не изменяют стиль общения, не выходят на диалог, согласованные действия.



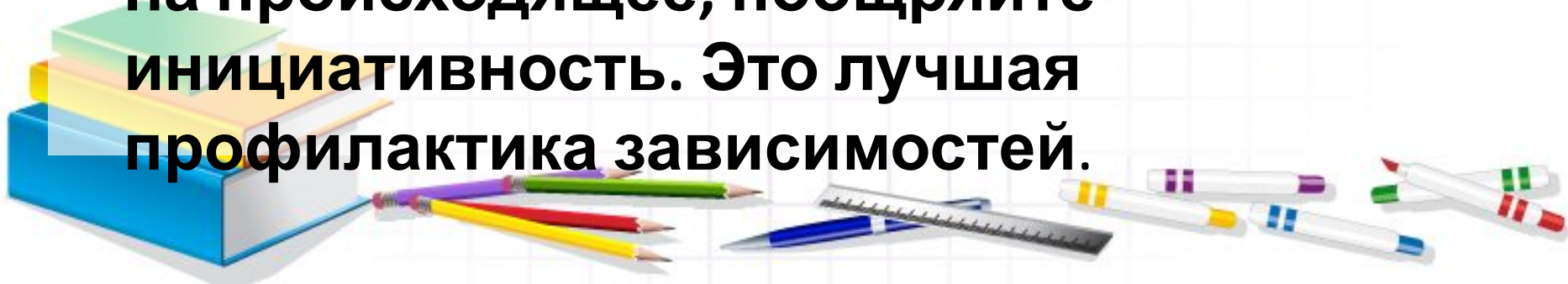
- Ребёнку в семье некомфортно, так как комната - его личное пространство - устроена не по его вкусу, не выражает его личностных установок и мироощущения.
- Неуверенность в себе ребёнка, низкая самооценка, зависимость от мнения окружающих, замкнутость.
- Сильный рефлекс подражания, уход в нереальность вслед за "застрявшим" товарищем.



- Экстраверты - направлены на общение, ответственны, причины неудач - свои ошибки, решительны, не ждут чуда, действуют.
-
- Интроверты - направлены на внутренние переживания, от них мало что зависит, сваливают на происки судьбы

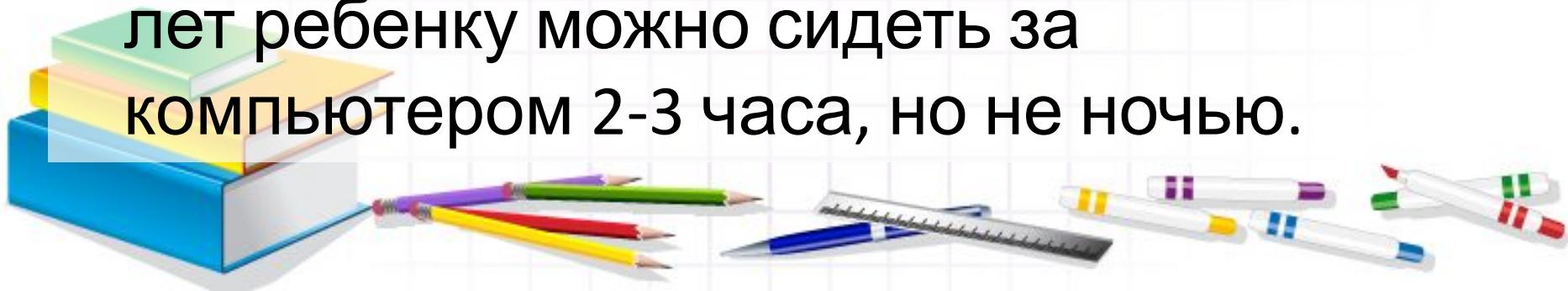


- Обычно попадают дети, которым не хватает самостоятельности, которые испытывают трудности в принятии решений, готовы подчиниться лидеру.
-
- Воспитывайте в ребенке самостоятельность, критический взгляд на происходящее, поощряйте инициативность. Это лучшая профилактика зависимостей.



Что делать родителям?

- Первое: общайтесь со своим ребенком "на одной волне". С самого раннего детства делайте его своим союзником в семейных делах. Обсуждайте, а не замалчивайте семейные проблемы.
- Второе: ограничьте время за компьютером. Врачи-офтальмологи считают, что ребенок в возрасте 12-13 лет ребенку можно сидеть за компьютером 2-3 часа, но не ночью.



- Научите ребенка использовать компьютер и Интернет в помощь учебе. Следите, в какие игры играет ребенок. Старайтесь держать в домашнем компьютере "добрые" игры или игры, развивающие логическое мышление.



Уважаемые родители, за жизнь,
здоровье и всестороннее,
гармоничное развитие своих детей
ответственны **ТОЛЬКО ВЫ.**

