

Безопасная жизнь наших детей в виртуальной реальности

Педагог-психолог Романадзе М.М.

Школа, семья, одноклассники – часто являются причиной конфликтов, нежелания общаться. Виртуальная жизнь позволяет нашим детям убежать от реальности, погрузив себя в мир жестоких сражений, войн, в которых он пытается стать главным, сильным и непобедимым.

Компьютерные игры сегодня — это реальный повод задуматься о негативном влиянии его на психическое здоровье ребенка.

Какое же влияние оказывают компьютерные игры на эмоциональную сферу школьника? На каждом возрастном этапе ребенок сталкивается с определенными трудностями, преодоление которых способствует переходу его на более высокую ступень развития.

Среди трудностей, которые возникают у школьников, особое место занимают компьютерные игры. Любая зависимость, и компьютерная в том числе, это сильная привязанность, которую преодолеть не так и легко. Подростковый период отличается особенным отношением к сверстникам, учителям, родителям. А появление данных игр смягчает на первый взгляд конфликтные взаимоотношения с окружающими людьми, позволяя погрузиться в свой собственный мир, уйти от проблем.

Выделяют три основных вида компьютерной зависимости, исходя из интересов ребенка: познавательная (интерес в сфере программирования, хакерства); игровая (интерес к компьютерным играм, онлайн –играм) и коммуникативная (увлечение сетевой коммуникацией, интернет). Перечень интернет-зависимостей постоянно изменяется и пополняется.

Все эти виды деятельности сами по себе нейтральны, и могут принести как пользу, так и вред.

Зависимый от интернета и компьютерных игр ребенок отличается своими физическими данными. Часто наблюдается общее истощение организма, хроническая усталость.

Именно это в дальнейшем является причиной многочисленных заболеваний.

В результате зависимости происходит снижение развития личностных качеств ребенка и появляются или усиливаются уже имеющиеся психологические проблемы. Очень часто появляется агрессия, зависимость, замкнутость, стресс, тревожность.

Хотелось бы остановиться и на положительных моментах: ребята, которые увлекаются компьютерными играми, отличаются хорошей фантазией, творческим воображением, высокой познавательной активностью, что можно отметить как позитивное влияние компьютерных игр. Подростки, проводя время на развивающих и обучающих сайтах, учатся новому, идут в ногу со временем, получают много полезной информации.

Но, именно в подростковом возрасте формируются навыки общения, необходимо учиться налаживать отношения в реальной жизни, уметь выходить из конфликтов, уметь дружить. Поэтому времени должно хватать на все виды деятельности, не выделяя основное времяпровождение на компьютер и интернет.

Какова же роль родителей в формировании компьютерной зависимости у учащихся? При исследовании этой темы, проводя беседы с классными руководителями, учителями-предметниками, наблюдая за взаимоотношениями между учащимися и их родителями, выяснилось, что подростки, которые попали в группу «риска», имели «натянутые» отношения с родителями или трудные отношения в школе.

Но главный фактор приобретения зависимости – это отсутствие доверительных отношений с родителями.

Если в школе не получается дружить и общаться со сверстниками, «не принимают» в коллективе, смеются над неудачами; если педагоги не обращают внимания на интересы ребенка и не уважают в нем личность, и, самое главное, ребенка не понимают в семье, все время им недовольны, и все общение сводится только к требованиям, запретам и указаниям, то такому ребенку легче попасть в зависимость от компьютерных игр. Он пытается сбежать туда, в виртуальный мир, туда, где он значим, где он сам решает различные вопросы и совершает удачные действия. Герои, с которыми подросток знакомится в процессе игры заменяют ему недостаток внимания, ласки, взаимопонимания, общения, которые так нужны ему и отсутствуют в реальной жизни.

Таким образом, он самоутверждается, компенсируя свою закомплексованность и одиночество. Плохо еще и то, что родители не всегда вовремя замечают возникновение тяги к компьютерным играм.

Что же можно сделать, чтобы ваш ребенок играл в компьютерные игры, но не стал зависимым от них?

Ограничивайте время на компьютерные игры. Не позволяйте скучать, помогите записаться в спортивные секции, кружки по интересам, должно быть время на помощь по дому. Поддерживайте дружбу со сверстниками, приглашайте в гости друзей, отпускайте его в гости. Поднимайте самооценку ребенка. Помогите найти занятие, в котором он будет успешен и будет выгодно отличаться от товарищей. А главное, проводите сами время с ребенком, разговаривайте с ним не только о делах, поддерживайте и почаще просто выслушивайте все, чем он с вами хочет поделиться. Замечайте успехи и достижения чаще, чем промахи и неудачи.

Пусть ребенок с детства точно знает, что дома безопасно, здесь его поддержат и всегда помогут. И тогда интернет и компьютер не помешают вырасти вашему ребенку успешным и свободным от зависимостей.