**Как решить проблему компьютерной зависимости в жизни современного ребенка?**

"Современный ребёнок рано знакомится с компьютером. Мы радуемся, глядя, как ловко малыш нажимает на кнопки домашней техники. Многим родителям нравится, что дети не балуются, не носятся по улице, а мирно сидят за компьютером.

Ритм современной жизни, необходимость обеспечить семье приемлемый уровень существования заставляет работать не только родителей, но и бабушек, и дедушек. Вот и встречает ребёнка после школы один «верный друг» - компьютер.

 Ребята просиживают у компьютера всё время, пока родители на работе. В результате взрослые порой не подозревают, какую информацию черпает ребёнок из компьютера. Они не догадываются, что машина не только становится для ребёнка игрушкой или источником знаний, но начинает эмоционально заменять родителей, особенно много работающих родителей. Постепенно ребёнок проводит за компьютером всё больше времени.

Что же происходит, когда мальчики и девочки садятся к экрану монитора? Человек в виртуальном мире испытывает весьма сильные чувства: острые эмоции, обратимость времени и, что немаловажно, ощущение физической безопасности. Хочу – казню, хочу – милую. Одно движение руки, и построен город. Или наоборот – уничтожено целое войско. Вот преимущества виртуального мира перед реальным. И этот мир становится более близок и знаком детям, чем настоящий, который начинает вызывать скуку, отчуждение и даже страх.

Часто попытки родителей оторвать сына или дочь от игры завершаются страшными скандалами, истериками, припадками – такова сила азарта. Азартная игра может продолжаться бесконечно. Сложные электронные игры, особенно сделанные по принципу «охоты» и «борьбы», так захватывают подростков, что они забывают обо всём на свете.

**Компьютерные игры настоящий детский наркотик, формирующий зависимость ребёнка от компьютера.**

Азарт – такое состояние души, которое делает её настоящим игралищем страстей. Происходит полнейшее душевное расслабление без отдыха – состояние, похожее на наркотическое опьянение. Новый приём утончённого сладострастного яда. Ребёнок путает воображаемый мир с реальным; в первом он

истинно живёт, во втором лишь существует.

Любая азартная игра потакает развитию страстей, сребролюбия, гордыни, диктует «волю к победе». Когда ребёнок охвачен азартом при сражении с экранным чудовищем, он охвачен сильнейшим волнением, потрясающим всё его существо. Ребёнок живёт в мире, существующем по **примитивным и жёстким законам.** В этот момент происходит программирование в сознании ребёнка определённых навыков и нравственных стереотипов. У ребёнка формируется положительное отношение к миру демонов. Дети учатся жить по законам, где «побеждает» сильнейший, хитрейший, безжалостнейший, где человеческая личность ничего не значит. Новое развлечение грозит духовной гибелью значительной части человечества. Оно безраздельно погружает человека в мир наслаждений и страстей. Даёт полную возможность составителям программ управлять психикой человека, программировать его поведение, образ жизни, мышления. Компьютерные игры разрушают психику, приводят к нервным заболеваниям.

Компьютер начинает управлять ребёнком. Маленький человек уже не хозяин своего «реального» времени. Нарушается режим питания. Нарушается сон – часты жалобы родителей на бормотание и вскрики, беспокойный сон после игр. Ребёнок из творца превращается в приставку к компьютеру.

**Когда ребёнок получает свободный и неограниченный доступ к компьютеру, это ребёнок, которого родители «потеряли».** Такие дети превращаются в Алису из сказки Льюиса Кэрролла и ускользают от своих мам и пап в виртуальный мир – Страну Чудес и Зазеркалье одновременно.

Вредное воздействие компьютера на здоровье детей несомненно. И никакие защитные экраны не предохраняют полностью от губительного облучения. Недаром во всём мире установлены временные нормы работы с компьютером. Медики хорошо знают, что у всех компьютерщиков сильно понижен уровень лейкоцитов в крови - значит, повреждена защитная функция организма, ослаблена сопротивляемость заболеваниям, особенно онкологическим и другим «болезням века».

Коммуникативные навыки, эмоциональная сфера маленького человека прежде всего формируются при общении с родителями и сверстниками, чтении сказок, прогулок по лесу, при взаимодействии с тем, что мы прежде всего называем «живой природой». Виртуальная реальность не даёт истинного представления об окружающем и формирует искажённую картину мира в том случае, когда ребёнка «отдают» на воспитание компьютеру. В этом случае, компьютер заменит ребёнку реальную жизнь, научит его жестокости, выльет на него море грязной информации, покажет мир насилия и ужасов.

Кем будет компьютер в жизни ребёнка, добрым помощником или монстром, разрушающим его жизнь, зависит от того, как мы, родители, научим нашего ребёнка общаться с ним.

В 1999 году в Британии были опубликованы результаты научных исследований Английских психологов. Их выводы были достаточно категоричны: до десяти лет ребёнку у компьютера делать нечего! Пристрастие детей до девяти-десяти лет пусть даже к развивающим и обучающим играм может замедлить их развитие, подавить интерес к обычным детским играм и контактам со сверстниками, не способствует повышению концентрации внимания и развитию воображения. Английские учёные советуют воспитывать детей, ориентируясь на традиционные методы. До 10-11 лет для ребёнка гораздо безопаснее и полезнее как для физического, так и психического здоровья читать вместе с родителями книги, рисовать и играть на воздухе в подвижные игры.

Поучаствуйте немного в жизни ребёнка. Результат в любом случае будет позитивным. Вы завоюете его уважение и восхищение, что облегчит и выполнение ваших просьб, в том числе, регулирующих его общение с компьютером.

Компьютер может стать помощником, учебным пособием для ребёнка. Он разовьёт его творческие способности, откроет перед ним огромный, интересный мир. Но при одном условии – если родители освоят компьютер вместе с ребёнком; помогут ему найти сайты о животных, природе, технике, обо всём, что ребёнку интересно.

Нужно показать ребёнку, что с помощью компьютера можно рисовать, писать письма, искать друзей, нужную информацию.

Вместе с детьми родители могут создать свой сайт и принимать участие в разных конкурсах. Родителям нужно познакомиться с компьютерными играми и не допускать в дом игры из серии «Стреляй и убивай».

Необходимо также научить детей соблюдать элементарные правила безопасности при работе за компьютером, чтобы не портилось зрение, и не искривлялся позвоночник. Если родители своим примером покажут, что компьютер – умный помощник человека, он таким и будет для наших детей.

В трудных случаях, когда родители уже никак не могут повлиять на ребёнка, следует обратиться к профессионалу – психологу. Но чуда не произойдёт, если родители самоустранятся от проблемы".