# **ВНИМАНИЕ:КОМПЬЮТЕРНАЯ ЗАВИСИМОСТЬ!**

Как с одной стороны обеспечить компьютерную грамотность ребенка, и с другой стороны, уберечь своего ребенка от компьютерной зависимости? Советы психологов сводятся к следующим рекомендациям:

 **Во-первых**, общайтесь со своим ребенком «на одной волне». С самого раннего детства делайте его своим союзником в семейных делах. Обсуждайте, а не замалчивайте семейные проблемы. Беседуйте с ребенком, интересуйтесь его мнением. Ежедневно рассказывайте, как прошел ваш день, спросите, что было интересного в его жизни. Поддерживайте с ребенком диалог по поводу игр: интересуйтесь, во что именно он играет, задавайте вопросы. Игра вызывает эмоции, которыми ребенку хочется поделиться. Не упускайте такую возможность. Постарайтесь во время игры находиться рядом с ним. Обсуждайте то, что происходит на экране монитора. Поощряйте его проговаривать свои действия по ходу игры. При этом будет развиваться и мышление.

 **Во-вторых**, ограничьте время за компьютером. Специалисты московского Центра виртуалистики при институте человека РАН выяснили, что наиболее ответственный период развития психики человека – возраст от 3 до 5 лет. Постарайтесь в этом возрасте оградить ребенка от компьютерных игр и игр в автоматы. Ребенок до 7 лет полностью идентифицирует себя с виртуальным образом и не готов с ним расстаться. Для дошкольника компьютер – лишнее. В этом возрасте очень важно развивать воображение, которое в свою очередь формирует мышление ребенка. Длительное общение с компьютером, особенно в дошкольном детстве отсекает воображение как нечто ненужное. Дети с развитым воображением, как правило, в компьютерную зависимость не попадают. Многие ученые сходятся во мнении, что для полноценного развития в дошкольном возрасте у ребенка необходимо развивать эмоциональную сферу ребенка, чувство прекрасного, учить его рисованию, музыке, танцам. Дети, не получавшие в свое время этих эмоций, часто замещают их с помощью компьютера. В идеале компьютер должен появиться в доме не раньше, чем ребенку исполниться 11 лет. После 12 лет наступает менее опасный период, обычно у подростка формируется способность различать виртуальные и реальные образы. Однако, необходимо помнить, что все дети развиваются по-разному, и нужно учитывать индивидуальные особенности ребенка. Главное, не позволяйте играть в компьютер за 1,5 – 2 часа до сна и особенно ночью.

 **Третье**, компьютер – во благо! Следите за тем, в какие игры играет ребенок. Держите в домашнем компьютере только «добрые» игры или игры, развивающие логическое мышление. Они могут быть не менее интересными, чем «бродилки» и «стрелялки».

 **Четвертое:** «Как прекрасен этот мир, посмотри!». Старайтесь развивать в ребенке другие интересы, кроме компьютерных игр. Секции и студии могут быть любой направленности, главное, чтобы в жизни ребенка появился какой-либо интерес, будь то театр, космос или динозавры, да что угодно! Обязательно ходите всей семьей в театр, музеи, кафе, выезжайте на природу, посещайте другие города, чтобы зарядиться новыми впечатлениями и запастись приятными воспоминаниями.