

## О влиянии компьютеров на детей

Современных детей компьютерные игры и интернет привлекают куда больше, чем спорт, книги, познавательные фильмы. Почему так происходит? Задаются этим вопросом социологи и психологи уже давно. Существует такая наука как нейропсихология – т.е. наука о формировании мозговой организации психической деятельности. Она описывает, так называемый, популяционный синдром.

**Что же это значит?** А это значит, что некоторые нарушения психической деятельности у детей, которые в прошлом считались задержкой умственного развития, сейчас становятся нормой, так называемым популяционным синдромом. Деградирует ли человечество таким образом, или наоборот – это более высокий виток в развитии общества, учёные пока не могут ответить. Обращает на себя внимание, что вошедшие в моду неформальные тусовки, компьютерные игры, общение в Интернете и прочее не случайны.

То, как устроен мозг индивида, определяет его увлечения, наклонности, и, в то же время, эти увлечения и наклонности диктует нам общество, а значит, общество участвует в эволюционных процессах, определяя особенности строения нервной системы.

**Почему важны компьютерные игры?** Компьютерная игра основана на эмоциях, произвольных, моторных реакциях, а не на произвольных сознательных актах психической деятельности. Компьютерная игра не развивает произвольную психическую деятельность, то есть ребёнок осваивает компьютер, вместо того, чтобы осваивать собственную психическую деятельность, собственные интеллектуальные способности. Чем более эмоциональна компьютерная игра, тем больше она привлекает ребенка. Так, агрессивные компьютерные игры, различные «стрелялки» позволяют детям выразить негативные эмоции, но если ребёнок слишком этим увлечен, то негативные эмоции накапливаются.

### **Признаки зависимости от компьютерной игры:**

- ребенок не делает уроки, или создаёт видимость, сидит за игрой часами, его не оторвать;
- компьютерные игры предпочитает общению;
- нет других увлечений кроме компьютерных игр;
- общее время, проведенное за игрой, превышает время делания уроков, прогулки, другие увлечения.

### **Что делать?**

**Плохо как запрещать – так и Плохо и попустительствовать.** Подход в решении таких проблем должен быть комплексным и не сводиться к простой борьбе с компьютером. Вот какие рекомендации дают нейропсихологи: **доступаться до такого ребенка можно только через эмоции**, то есть необходимо воспитание, мотивация что-то делать с помощью «кнута и пряника». Нужны элементы игровой деятельности.

Когда есть игровая деятельность, эмоциональное напряжение, ребёнок делает все хорошо и правильно. Нужно составлять ему программу действий и стараться, чтобы он её запомнил. Любую деятельность можно выполнять в игровой манере, при этом, давая ребёнку небольшие вознаграждения – поощрения, это может быть плата из подручных средств. Нужно учить ребенка выполнять определенную последовательность действий, программу, начиная с простой, такой, как: заварить чай, отварить макароны, пожарить яичницу и заканчивая сложной: сварить борщ. Таким образом, вы задействуете

естественные причинно-следственные связи обыденной жизни, которые отпечатываются в сознании. При этом действия надо проговаривать вместе с ребёнком.

Полезны для детей занятия спортом, драмкружок, так как расширяют у них телесные возможности, формируют необходимые психические связи.

**Можно также советоваться с ребёнком**, как лучше что-то сделать, почему. Когда он будет это объяснять, у него будет формироваться программа действий, устанавливаться причинно-следственные связи. **Необходимо эмоционально переживать разговоры с ребёнком.**

В подростковом возрасте уже поздно говорить о коррекции психической деятельности. В таких случаях работают индивидуально с юношей/ подростком, решая проблемы зависимости от компьютера, проблемы в общении с людьми, как подросток ощущает себя, свои границы, границы в общении с другими, а также решаются проблемы детско-родительских взаимодействий, проводится семейная терапия. **Ведь в подростковом – юношеском возрасте, увлечение компьютерными играми часто является бегством в воображаемый идеальный мир, бегством от реальности, которая воспринимается как дискомфортная и враждебная.** Что в свою очередь связано с неблагоприятной обстановкой в семье, конфликтами, трудностями в общении со сверстниками, и как следствием, низкой успеваемостью в школе. Но если вовремя обратить на эти проблемы внимание, то они вполне решаемы.

Источник: <http://www.psyonline.ru/>