

КАК ВОЗНИКАЕТ КОМПЬЮТЕРНАЯ ЗАВИСИМОСТЬ?



В любом обществе находятся люди, предпочитающие «убегать» от проблем. Тех, кто в качестве такого способа выбирает алкоголь, мы называем алкоголиками, наркотики - наркоманами, работу - трудоголиками, азартные игры - патологическими гэмблерами, Интернет - интернет-зависимыми, компьютерные игры - кибераддиктами и так далее. В последнем случае вместо решения проблем здесь и сейчас человек «с головой» уходит в компьютерную игру. Там, в игре, ему хорошо: он сильный, смелый, вооруженный, успешный... Время, проведенное за игрой, не делает его сильнее и успешнее в реальной жизни. Поэтому, «выныривая» из виртуального мира в реальный, человек испытывает дискомфорт, ощущает себя маленьким, слабым и незащищенным в агрессивной среде. И желает как можно скорее вернуться туда, где он победитель. Таким образом, компьютерная зависимость - вещь абсолютно реальная. Но компьютер тут ни при чем. Можно зависнуть на алкоголе, наркотиках или клее «Момент», а можно - на Интернете или компьютерных играх. Причина не в «Моменте» или игре. Зависимость как форма болезни - это лишь следствие многих факторов. Ребенок не уверен в себе, он не успешен в школе, у него семейные и личностные проблемы. Ему не удастся реализовать себя. Реальность, которая его окружает, ему совсем не нравится, от нее хочется убежать в другой мир. А виртуальная действительность прекрасна. Конечно, такой мир очень привлекает. Ради него можно многим пожертвовать. А компьютер - это единственный друг. Он проводник в этот чудесный мир. Он дарит пьянящее состояние восторга, дает возможность ощутить себя значимым и даже любимым. И в этом случае болезненная зависимость неизбежна, а компьютер становится врагом.

Под зависимостью от компьютерных игр (кибераддикцией) понимают наркоподобное пристрастие детей к играм. О зависимом поведении говорят, когда человек вынужден всегда повторять один и тот же способ поведения, ожидая (безуспешно) какого-то удовлетворения. Как проявляется кибераддикция в детском возрасте?



Что должно насторожить воспитателей?

- Ребенок сторонится общества сверстников.
- ('оживлением рассказывает только о своих достижениях в компьютерной игре.
- Ждет прихода родителей, чтобы поскорее дома начать играть на компьютере.
- Неадекватно реагирует на достижения сверстников, сравнивая их со своими достижениями в компьютерных играх.
- Играет «в персонажей» виртуального мира.
- Не расстается с карманными электронными играми.
- Негативно высказывается в адрес детского сада, мотивируя невозможностью играть на компьютере.
- Плохо засыпает в тихий час.
- Имеет неадекватные поведенческие реакции (агрессия, истеричность, замыкание и т.п.)
 - Хвастается тем, что ему разрешается играть на компьютере сколько захочет.

Что должно насторожить родителей?

- Ребенок очень часто ест и пьет около компьютера
- Не может прекратить играть (заканчивая одну игру, начинает другую, не может остановиться на одном уровне)
- Приходит домой и сразу включает компьютер
- Количество времени, проводимое ребенком за компьютерными играми, увеличивается с каждым днем
- Ребенок предпочитает компьютерным играм все остальные игры
- Ребенок не стремится к общению с друзьями и родителями
- Ребенок хорошо себя чувствует только перед компьютером
- Ребенок проявляет раздражение, когда вынужден заниматься чем-то другим
- У ребенка портится настроение, если нет возможности играть в компьютерные игры
- Вынужденное прерывание вызывает всплеск негативных эмоций
- Если взрослые включают телевизор, ребенок сразу прекращает свои занятия
 - Ребенок плохо засыпает, просыпается по ночам.