**Дети и компьютер.**

**В плену у «Умного ящика»**

В шестидесятые годы символом благосостояния нашего общества был телевизор, в семидесятые – магнитофон, в восьмидесятые – видео. А в начале девяностых уже персональный компьютер.

Сейчас компьютером никого не удивишь. И, как часто бывает, голубая мечта, сбывшись, постепенно посерела. А местами даже почернела.

Выяснилось, что компьютер, конечно, облегчает человеку жизнь, но смысл жизни к нему не сводится. А у кого сводится, тот (точнее его психика) вызывает серьезные опасения.

Погружаясь в виртуальный компьютерный мир, человек отчуждается от реального, перестает интересоваться окружающим миром, общением с другими людьми.

Особенно уязвимы в этом отношении дети и молодежь. Что вполне понятно: их личность до конца не сформирована и легко поддается различным влияниям. А мир компьютерных игр так заманчив, красочен и, главное, моден! Его усиленно рекламируют повсюду. Кто может устоять перед таким соблазном?

Дети, по крайней мере, не могут. Поэтому все больше времени наши проводят за компьютером, пренебрегая уроками, чтением книг, рисованием, играми и общением с друзьями.

Дети дошкольного возраста часто приобщаются к компьютерным играм через старших братьев или даже отцов, у которых также часто наблюдается компьютерная зависимость

Особенно в такой ситуации волнуются мамы. Не разделяя чисто мужского преклонения перед техническим прогрессом, они склонны обращать внимание на морально – этическую сторону новейших достижений.

А в компьютерных играх полным-полно всякой нечисти: монстры, скелеты, привидения, киборги, людоеды… Неудивительно, что многие дети, насытив свою фантазию этими страшными образами, начинают пугаться темноты, жалуются на кошмарные сны, не соглашаются оставаться одни в комнате.

Навязчивый страх темноты, смерти, одиночества и прочие страхи характерны не только для маленьких детей, но и для подростков, увлекающихся подобными играми.

Как известно, страшное не только пугает. Оно еще и завораживает. Особенно когда происходит не с тобой, а с кем-тог другим.

Кроме того движущиеся изображения на цветном экране сами по себе, независимо от содержания игры, обладают определенным гипнотическим эффектом, а звучащая музыка или соответствующие звуки этот эффект усиливают.

Кроме всего этого дети под предлогом борьбы со злом программируются на жестокость и садизм, так как смысл большинства компьютерных игр почти всегда сводится к убийству.

Когда дети гоняются друг за другом с пластмассовыми пистолетами, крича: «Падай! Я тебя убил!», это, согласитесь, мало похоже на настоящую войну. В компьютерных же играх все очень натуралистично. Там реализм – одна из главных приманок. Такие сцены насилия прочно застревают в подсознании ребенка.

Детские врачи уже обратили внимание на то, что световые мелькания на компьютерном дисплее навязывают свои ритмы коре головного мозга. В результате у детей, увлекающихся компьютерными играми, могут возникнуть судороги и даже эпилептоидные приступы.

По наблюдениям психологов, особо увлеченными компьютерами оказываются так называемые «проблемные дети»: дети с заниженной самооценкой, трудностями в общении, дети с задержкой психоэмоционального развития, с гиперактивностью, повышенной возбудимостью и т.д. Чем больше у ребенка психологических барьеров в жизненной реальности, тем глубже он погружается в виртуальную.

Посредством компьютерной игры у ребенка создается впечатление собственного могущества. Он сидит перед экраном и распоряжается жизнью и смертью крошечных человечков. Простым нажатием кнопки он может уничтожить десяток врагов. В действительности же ребенок может не уметь практически ничего: ни дать сдачи обидчику, ни проявить себя, ни затеять игру со сверстниками. Но ему это и не нужно! Зачем преодолевать себя, когда есть гораздо более легкий способ ощутить себя суперменом?

**Но если компьютер все-таки куплен…**

Конечно, бывает, что без компьютера в доме не обойтись: он требуется взрослым для работы. Но не секрет, что родители нередко покупают его не для себя, а в подарок ребенку, то есть исключительно для игр. А потом сетуют. Что им трудно ограничить ребенка в пользовании его собственной вещью.

Даже если вам лично компьютер не особенно нужен, но вы считаете, что современный ребенок должен быть непременно приобщен к компьютерному миру, не афишируйте это. Сделайте вид, что покупаете компьютер себе. Тогда вам легче будет устанавливать правила пользования.

А они должны быть достаточно жесткими: полчаса – максимум час в день с учетом возраста ребенка. На самом деле и этого слишком много. Врачи утверждают, что шести-семилетние дети могут без ущерба для здоровья заниматься за компьютером не более 15 минут.

Ваш ребенок, конечно, проявит недовольство, но ему надо объяснить, что подолгу сидеть за компьютером вредно для здоровья. Услышав знакомую мотивировку, он скорее всего, не будет слишком возмущен этими ограничениями. В конце концов, вы же следите за тем чтобы он (хотя бы приблизительно) соблюдал режим дня, не сидел часами у телевизора, чистил зубы, не ел много сладкого и т.д.

Не ставьте компьютер в детской. Это опять же предрасполагает к бесконтрольному пользованию. А если вы будете каждые пять минут заглядывать в комнату, проверяя, чем занимается ваш ребенок, он сочтет, что вы шпионите.

Не внушайте ребенку отношение к компьютеру как к сверхценности. Так, например, не стоит, чтобы возможность поиграть в компьютер была для ваших детей лучшей наградой за труды. Компьютеру следует отвести более скромное место в ряду других занятий. Давайте ребенку понять, что в эти игры чаще всего играют со скуки, когда больше нечего делать. И не только на словах, но и на деле демонстрируйте ему, что в мире очень много интересного.

Ни в коем случае не демонизируйте компьютер жалуясь на то, что ребенка от него не оторвать. Таким образом вы расписываетесь в собственном бессилии и предрешаете свое поражение.

Если вы чувствуете, что компьютер начал затягивать вашего ребенка, поскорее займитесь выявлением психологических причин, по которым вашему сыну (от компьютера обычно не оторвать мальчишек) милее всего общество «умного ящика».

Часто это дети, которых нужно учить общаться. И это труднее, чем обучение чтение и письму. Но не надо жалеть сил, ведь если пустить все на самотек, благоприятный период для овладения самым необходимым для человека навыком – навыком общения – будет упущен. И когда вы спохватитесь (а рано или поздно это произойдет, т.к. столь важный пробел неизбежно скажется на многих сторонах жизни ребенка), многое будет уже невосполнимо.

В последнее время педагоги и психологи бьют тревогу. Дети не умеют играть, а традиционные детские игры находятся на грани вымирания. Приобщайте детей к совместным играм, приучайте ребенка мастерить, рисовать, лепить. В данном вопросе (как, впрочем, и во многих других) залогом успеха будет энтузиазм взрослого.

**Игры играм рознь**

Конечно, среди компьютерных игр есть и развивающие игры, которые обучают детей совмещать цвета, воссоздавать по памяти картинки, составлять предметы из геометрических фигур и т.п.

Компьютер помогает ребенку научиться читать, изучать иностранные языки. Есть компьютерные энциклопедии, преподносящие ребенку знания в занимательной игровой форме.

Широкой популярностью пользуются так называемые интерактивные книги, напоминающие пластинки с любимыми сказками, но включающие в себя также и игры, тренирующие память и внимание.

Дошкольникам и младшим школьникам можно предлагать пазлы, развивающие мышление.

Среди развлекательных игр есть так называемые «квесты» (от англ. «quest»-«поиски»). В детских «квестах» действуют герои мультфильмов, там никого не надо убивать, а смысл игры сводится к достижению цели путем решения логических задачек.

Подобные игры развивают не только абстрактное мышление, но и часто бытовую смекалку, готовят детей к ситуациям, с которыми те могут столкнуться в реальной жизни.