

Как отвлечь ребенка от компьютера?

Повальное увлечение детей компьютерными играми тревожит и родителей, и врачей, и педагогов. Ребенок перестает есть, пить и говорить - ему не до этого, у него еще не все монстры убиты. Почему так происходит и как "оттащить" подростка от экрана монитора?

Чтобы понять, чем компьютер так привлекает детей, стоит начать с себя. Измученные постоянным добыванием хлеба насущного, мы просто не в состоянии уделять сыну или дочери внимание, а оно бывает нужнее этого самого хлеба. Не дождавшись общения с живыми людьми, ребенок обращается к относительно живому организму, который выгодно отличается от родителей тем, что всегда готов "составить компанию".

Скорость, с которой происходит это знакомство, сильно превышает скорость усвоения, скажем, правил русского языка, и компьютерные игры с вроде бы безобидными названиями "Герои" и "Завоевание Америки" триумфально входят в жизнь вашего чада. Если вдруг вы обнаружите на письменном столе еще и "Школьный курс информатики", не спешите радоваться: потрепанный вид учебника говорит о том, что он, скорее всего, используется как подставка под горячий чай.

Возможно, кто-то из родителей тешит себя надеждой, что, подружившись с компьютером, в будущем ребенок станет гениальным программистом. Напрасно: далеко не все юные дарования способны добровольно отказаться от развлечений в пользу занятий, пусть даже за компьютером.

Повелитель мира

Компьютерные игры предоставляют ребенку возможность быть тем, кем он пока еще не может быть в жизни: руководящей и направляющей силой какого-либо события. Он значительно вырастает в собственных глазах, ведь речь идет не просто об участии в игровом действии, а о полном контроле.

То, как процесс будет происходить дальше, зависит исключительно от желания нажимающего кнопки. Игра становится противовесом реальной жизни, в которой от ребенка мало что зависит. В качестве психологической разгрузки подобная смена ролей необходима любому человеку независимо от его возраста.

Кроме того, качественная графика дает ребенку стопроцентное ощущение реальности. Но некоторые правила компьютерной игры, например моментальное разрешение любых вопросов путем автоматной очереди, могут породить у ребенка мысль о том, что подобная модель поведения применима в жизни.

Конечно, степень восприимчивости и психологической устойчивости у всех детей разная, но родителям все же имеет смысл хотя бы изредка интересоваться содержанием игр. Самое трудное при этом - самоотверженно выслушать рассказ до конца. Зато потом вы по праву будете гордиться удивительным взаимопониманием с подростками, элегантно вставляя в беседу с ними слова типа warcraft и counter-strike.

Бороться бесполезно

На самом деле от этого увлечения наших детей нам никуда не деться. Компьютер пришел в нашу жизнь и останется в ней, хотим мы этого или нет. Плохая погода, дождь и слякоть тоже не доставляют нам особой радости, однако мы берем с собой зонтик и шагаем на улицу. Отсюда вывод: бороться бесполезно, но нужно контролировать.

Одна моя приятельница, исчерпав запасы аргументов, стала забирать мышь с собой на работу. Это не самый лучший выход из положения, ведь ребенок всегда может пойти к приятелю, родители которого не способны на столь радикальные меры. Другая моя знакомая, журналист, просто не оставляет ребенку возможности долго находиться за компьютером - она постоянно сидит за ним сама.

Попробуйте дать сыну или дочери какой-то набор поручений для него, например по дому, выполнив которые он со спокойной совестью (если вы уверены в ее наличии) может садиться за игру. Если у вас живет бабушка, она проконтролирует

процесс в будни.

Но не очень надейтесь на сознательность и изначально, приобретая компьютер, не скупитесь на хороший монитор: проблемы со зрением обойдутся дороже. Научите ребенка зарядке для глаз, например зажмуриться и поворачивать зрачками сначала в разные стороны, а потом вверх-вниз. И зарядке для спины - ведь сидячая поза, в которой часами пребывает ребенок, является "отягчающим обстоятельством".

Освойте, например, упражнение "кошка сердится": стоя на четвереньках, опускайте голову, одновременно округляя спину, оставайтесь так в течение 5-10 секунд, затем медленно поднимайте голову и осторожно прогибайте спину. Повторяйте, пока не надоест, но не менее 5-6 раз.

Подзатыльник или хороший друг

Теперь представим, что самую сложную задачу мы выполнили - на некоторое время оторвали ребенка от экрана. Остается продумать, что мы можем предложить ребенку взамен. Посмотрим правде в глаза: хороших бесплатных спортивных секций почти не осталось.

Может, улица? Но той улицы, на которую нас со спокойной душой отпускали родители, больше нет. Она и в "старые добрые времена" мало походила на Институт Благородных Девиц, сегодня же стала еще более жестокой и даже смертельно опасной - не в переносном, а в прямом значении этого слова.

Неудивительно, что многие из нас предпочитают, чтобы дети больше времени проводили дома: пусть лучше ребенок сидит за компьютером, чем шляется по подворотням. Круг замкнулся?

Перед тем как начать работу над этой статьей, я решила получить информацию из первых уст: поинтересовалась у своего пятнадцатилетнего сына, что кроме конца света способно оторвать его от общения с монстрами. Вопрос застал ребенка врасплох, и он

заявил, что ему надо подумать. Зато муж, сторонник патриархальных методов воспитания, сразу же ответил: "Подзатыльник".

Мысль о возможности применения грубой физической силы возмутила сына, но ускорила мыслительный процесс. "Учеба и более важные дела ", - промямлил он, потупившись. Оставалось только прослезиться от умиления! Но, судя по устрашающим оценкам в дневнике, учеба уже давно не являлась первоочередной задачей.

Я потребовала правды, какой бы горькой она ни была. Лучше бы я этого не делала - альтернативой компьютеру оказался мотоцикл! Тем же вечером сын подошел ко мне со словами: "Мама, я знаю, что может заменить компьютер - хорошие друзья!" Наверное, этой в самом деле лучший вариант...

Кусочек пряника не помешает

Вызовите ребенка на доверительный разговор. Не давите на него - он будет действовать назло. Лучше помогите ему осознать, что все имеет разумные границы, что вы не запрещаете ему заниматься тем, что ему нравится, а просто хотите, чтобы он занимался не только этим. Скажите ему, что вы рады, что у него есть увлечение (даже если это на самом деле не совсем так), но ведь на свете существует еще множество увлекательных вещей.

Может, вы вместе нащупаете интересы и поймете, что же нравится вашему ребенку. Например, в разговоре с 14-летним Никитой выяснилось, что мальчик мечтает разбираться в автомобилях, что очень удивило его отца - опытного автолюбителя: он вроде бы не замечал за сыном большой любви к технике.

Но родители прислушались, и с тех пор в отцовском гараже Никита проводит времени не меньше, чем за монитором. А другого компьютерного фаната отправили летом... в компьютерный же лагерь. Мама мальчика решила, что там его хотя бы научат воспринимать сложную машину не как игрушку. Но подросток "перевыполнил задачу" и не только научился программировать, но и нашел там настоящего, живого друга.

Намекните ребенку, что принятие окончательного решения, конечно же, останется за ним и вы ничуть не сомневаетесь в правильности его выбора. Кусочек пряника еще никому не повредил, а кнута в его жизни и так более чем достаточно.

"Спасите наши души!"

Однако не так страшен черт, как его малюют. Компьютерный бум в чем-то схож с ветрянкой, которой почти все мы переболели в детстве. Приятного в этом, конечно, было мало, но никому еще не удавалось изменить естественный ход событий. Впрочем, в наших силах сделать так, чтобы болезнь прошла без осложнений. И, как ни крути, на это понадобятся время и терпение, которых нам постоянно не хватает.

Пусть каждый из родителей сделает свой выбор. Мы так часто хотим, чтобы менялись окружающие (а как легко ставить ультиматумы детям!), и гораздо реже готовы измениться сами. Мы замкнулись в себе и можем найти этому тысячу оправданий. Но никакие тяготы жизни не являются оправданием нашему превращению в машины по добыванию денег. И в том, что лучшим собеседником многих детей тоже стала машина, есть наша вина. Потому что компьютерная проблема является частью проблемы "отцов и детей".

Всем нам стоит задуматься над тем, почему все больше детей предпочитают виртуальную реальность действительности и заменяют живое общение бесконтактным. Может быть, потому, что ребенок испытывает страх быть отвергнутым и непонятым и виртуальный контакт становится для него единственной возможностью не быть одиноким? Способны ли мы создать реальную альтернативу такой "безнапряговой" и безэмоциональной коммуникации?

Вполне, если только будем относиться к недостаткам ребенка так же снисходительно, как к своим собственным, и воспринимать его таким, какой он есть. Мы, родители, забыли, что и сами вполне можем быть и партнерами по играм, и наглядными учебными пособиями. Точнее, практическим руководством по предмету под названием "Жизнь".

Как отвлечь ребенка от компьютера

Автор: admin

07.12.2011 11:54 - Обновлено 02.11.2014 12:15

Автор - **Теодор Мороз**

[Источник](#)