

# Как уберечь ребенка от виртуальной зависимости?

В настоящее время во многих семьях имеется компьютер. ПК оказывает великую помощь в ведении бизнеса, в отдыхе, поиске нужной информации, в процессе обучения, помогает скоротать свободное время с пользой. Но в то же время компьютерные забавы зачастую могут пойти во вред, особенно, если у монитора находится ребёнок. С чем же это связано и в чём проявляется? Давайте попробуем разобраться.

Компьютерные игры помогают человеку отдохнуть, расслабиться, «выпустить пар» после напряжённого дня. Но это относится к пониманию взрослых. Психология ребёнка воспринимает такое явление по-другому. Для него – это возможность сделать нечто, что в реальной жизни недопустимо, создать такого героя, которым хотел бы стать в реальности, делать всё то, что запрещают ему родители. Маленький человек подсознательно понимает, что в действительности ему не позволят сделать то, что дозволяется в пределах виртуальности. И настоящая реальная жизнь начинает ему казаться скучной, однообразной и бесцветной. Он с нетерпением ждёт окончания занятий в школе и бежит домой, чтобы с головой уйти в интересный и насыщенный виртуальный мир.

Так ребёнок со временем становится стеснительным, его перестаёт интересовать школа, сверстники, настоящая жизнь, постепенно он замыкается в себе. В итоге получается: плохой аппетит, раздражительность по поводу и без такового, снижается успеваемость и работоспособность. И если своевременно не помочь ему выбраться из этой пучины, то в дальнейшем может появиться серьёзная психологическая травма. Как следствие, врач может прописать лечение, обеспечить поход в новые лечебные кабинеты. Но это стоит предотвратить вовремя, как только вы заметили!

Что же делать, если ребёнку ничто больше не интересно, кроме проведения большей части свободного времени за компьютером? Во-первых, надо ограничить время компьютерных игр, установить определённые временные рамки. Во-вторых, объяснить ему, что виртуальный мир не есть реальный. Вся жизнь не сводится к одним только играм – есть ещё и земные реальные задачи, проблемы, цели, которые ждут своего решения не в том, а в этом мире и в это время. Чем раньше донести до ребёнка суть этих фраз, убедить его, тем будет лучше для него.

Родителям стоит чаще интересоваться реальными успехами отпрыска, чем

## Как уберечь ребенка от виртуальной зависимости

Автор: admin

25.07.2011 20:37 - Обновлено 30.10.2014 04:49

---

виртуальными. Его надо периодически поддерживать, давать стимул к движению, достижению поставленных целей, учить и рассказывать о жизни, которая имеет место вне дома и компьютера. Можно сходить со своим чадом в зоопарк, на новый мультфильм, погулять или поиграть с ним во дворе. Вся жизнь складывается из мелочей, и в силах родителей сделать их для ребёнка приятными и интересными, заинтересовать его чем-то в реальном мире. Когда он это прочувствует, увидит внимание и поддержку родителей, то поймёт, что жить без компьютера тоже можно. Его даже убеждать не придётся.

Компьютерные игры – коварная вещь, которой по силам затянуть в свои сети как взрослого человека, так и ребёнка. Но первый может выбраться из него благодаря своим усилиям воли и знаниям. А для ребёнка всё сложнее: он выбирает виртуальность, потому что в ней он находит больше плюсов, чем в реальном мире. И самостоятельно оттуда ему выбраться практически невозможно. Так что, уважаемые родители, в ваших силах помочь своему малышу! Сделайте же так, чтобы в его реальной жизни было больше положительных и интересных событий, чем тех, которые он видит в виртуальном.

Автор - **Юрий Чусовитин**

[Источник](#)