

# КОМПЬЮТЕРНАЯ И ТЕЛЕВИЗИОННАЯ ЗАВИСИМОСТЬ ДЕТЕЙ



Выполнила: воспитатель МБОУ СКОШ  
№36 Смоленцева Н.В.

В современном мире телевидения и компьютеров дети все меньше становятся способны слушать и слышать друг друга, слушать родителей и нормально говорить сами.



Уже длительное время ученые пытаются разобраться: компьютерная и телевизионная зависимость у детей - это болезнь или социальная проблема? Вначале развивалась телевизионная и компьютерная зависимость у взрослых. Затем эта зависимость появилась и у детей. Это серьезная эмоциональная зависимость, и иногда справиться с ней самостоятельно не способен даже взрослый человек.



**Компьютерная зависимость** -это патологическая связь между человеком и компьютером, масштабы которой растут с каждым днем. Это побочное действие технического прогресса. Она способна «выбить» из социума и отразиться на физическом здоровье.

## **Различают несколько видов компьютерной зависимости:**

**Игровая** – это чрезмерная увлеченность компьютерными играми. Дети часами играют в персональные и сетевые «стрелялки» и «бродилки». Маленький игроман забрасывает учебу, не следит за распорядком дня, забывает обедать и ужинать.



**«Сетеголизм»** – неодолимое желание проводить все свободное время в чатах, форумах и социальных сетях. Ребенок (чаще подросток) не может обходиться без постоянной активности в интернете, коммуникации в соцсетях. Такая проблема встречается у неуверенных в себе и тревожных детей, которые испытывают трудности взаимодействия со сверстниками.





**Интернет-серфинг** – проявляется в бесцельном и бесконтрольном переходе с одного сайта на другой. На первый взгляд, эта зависимость не так опасна, как предыдущие, однако просмотр огромных пластов информации (не всегда допустимой, а иногда и опасной) способен нанести вред детской психике.

## **Причины компьютерной зависимости могут быть:**

1. Недостаток общения со сверстниками и значимыми для ребенка людьми.
2. Недостаток внимания со стороны родителей.
3. Неуверенность в себе и своих силах, застенчивость, комплексы и трудности в общении.
4. Склонность детей к быстрому «впитыванию» всего нового, интересного.
5. Желание ребенка быть «как все» его сверстники, следовать за их увлечениями, не отставать.

В какой-то степени компьютерная зависимость, игровая зависимость может стать результатом влияния школьного окружения. Поскольку, когда другие дети активно обсуждают игры, то и ваш ребёнок хочет принимать участие в их разговорах, быть частью этого аспекта школьной, детской подростковой жизни.

6. Отсутствие у ребенка увлечений или хобби, любых других привязанностей, не связанных с компьютером.

7. Формирование компьютерной зависимости ребенка часто связывают с особенностями воспитания и отношениями в семье.

Например, конфликты в семье, когда ребёнок убегает в интернет-клуб, в компьютерный мир от мира настоящего. Почему? Потому, что он там живёт в другой реальности, в такой, где нет ссор с родителями, где нет ссор между родителями, где его жизнь проста и понятна.

## Как справиться с компьютерной зависимостью?

1. Постарайтесь создать дома теплую и дружескую атмосферу, чтобы дети не убегали в виртуальную реальность за поддержкой и общением. Проводите с ребенком больше времени, играйте и разговаривайте на самые разные темы.
2. Не перекладывайте свою роль воспитателя на компьютер. Некоторые незрелые мамочки включают мультфильмы или ставят игры, вместо того чтобы заниматься с детьми и гулять с ними по театрам и музеям.
3. Постарайтесь ограничивать время пребывания за монитором. Будьте тверды, если ребенок выпрашивает лишний часок, чтобы посидеть в сети. Однако и вам не следует засиживаться за компьютером, пусть ваш пример подвигнет ребенка на большую активность.
4. Если ваше чадо неуверенно в себе и стремится компенсировать собственные комплексы, проводя много времени в сети, хвалите его за любые достижения в реальной жизни. Возможно, вам следует увлечь ребенка активным видом спорта, развивающим командный дух. Конечно, исходя из его собственных предпочтений.
5. Если вы перепробовали все способы, а решить проблему компьютерной зависимости своими силами не получается, позовите на помощь квалифицированного психолога. Не стоит стесняться подобной проблемы, самое главное – психическое и физическое здоровье ребенка.

Телевидение давно стало частью жизни детей, его возможности в развитии ребёнка очевидны. Дети довольно много проводят времени у телевизоров, смотрят передачи и для детей и для взрослых.



Когда телеэкран поглощает все силы и внимание ребенка, когда становится главным источником впечатлений и выходит в детском сознании на первый план, начинаются сложности. Телевизор оказывает мощное деформирующее влияние на становление психики и личности растущего человека. Телевизор у зависимых детей превращается в главную ценность их жизни, овладевая детским сознанием подобно страсти. Эта зависимость сопровождается привыканием. Все попытки сокращения времени «общения» с телеэкраном даются с большим трудом или не удаются вообще.





## **Причины телевизионной зависимости (телемании) являются:**

1. Занятые родители предлагают ребенку посмотреть мультфильм или кино, пока делают свои дела, проведение времени перед телевизором становится привычкой.
2. Взрослые поощряют правильное поведение, хорошие поступки просмотром телевизионных передач.
3. Родители постоянно проводят свободное время перед телевизором.
4. Неумение ребенка общаться со сверстниками, застенчивость, отсутствие интересов также заставляют его больше времени проводить в пассивном отдыхе.
5. Неблагоприятная эмоциональная обстановка в доме, стресс.

## **Как справиться с телевизионной зависимостью:**

1. Понимание проблемы и решимость родителей. Дети всегда будут против каких-либо ограничений. Родители должны это знать и относиться к этому как к должному.
2. Родители не должны оставлять детей на пассивный просмотр телепередач, но должны не жалеть время на игры и занятия с детьми, в том числе, на чтение книг.
3. Родителям прежде всего нужно постараться заменить общение ребенка с телевизором общением с собой.
4. Необходимо знать про все неприятности ребенка в детском саду или школе, ни в коем случае не обвиняя его в них, а ища вместе с ним выход из сложившихся ситуаций.
5. Важно также поощрять хобби ребенка, поощрять дружбу с детьми.



Ребенок с раннего возраста и вплоть до десятого года жизни представляет собой сплошной «орган восприятия», постигая все больше телом, чем головой. Чтобы что-то познать, прежде всего это надо потрогать, взять в руки, попробовать. Его опыт еще «осязаем». Ну а то, что ребенок видит на телеэкране, неосязаемо и, в конечном счете, не способствует его развитию.

И все же, не стоит воспринимать компьютер и телевиденье как абсолютное зло. Игры можно подобрать развивающие, а фильмы – познавательные. С помощью интернета можно увидеть мир, изучить иностранный язык, познакомиться с интересными людьми. Необходимо лишь направить детскую энергию в правильное русло.



## Список рекомендуемой литературы

Корнеева Е. Компьютерная зависимость: "бермудский треугольник" за углом//Мир семьи. - 2004. - № 13-17с.

Гундарева И.П. О последствиях восприятия телевизионной информации младшими школьниками//Воспитание школьников. - 2005. - № 9.- с.30-33

Новосельцев В.И. Компьютерные игры: детская забава или ??дагогическая проблема?//Директор школы. - 2003. - № 9 - 13-18с.

Соболева Б. Влияние телевизора и компьютера на душу ребенка//Женское здоровье. - 2000. - № 7 - 16-19с.

Стукова О.В компьютерной колыбели? В компьютерных сетях!//Аномалия. - 1996. - № 23 - 3-9 с.

А.Л. Венгер . Индивидуальные особенности психического развития и практические задачи психологии развития//М.:АСТ, 2010г.с.34

Янг К. Диагноз - Интернет-зависимость //СПБ: Мир Интернет,2008г. с.24-29

## Интернет – ресурсы

© 2014-2017 МаПаПаМа.ру — сайт для будущих и молодых родителей: беременность и роды, уход и воспитание детей до 3-х лет. Использование материалов допускается только с активной ссылкой на сайт

[www.mapapama.ru](http://www.mapapama.ru).

Контакты: [info@infourok.ru](mailto:info@infourok.ru)

Педпортал.нет, 2015-2017 Напишите нам на [support@pedportal.net](mailto:support@pedportal.net)

Сибирский Медицинский Портал [www.sibmedportal.ru](http://www.sibmedportal.ru)

Ссылка на [psycholog-school.ru](http://psycholog-school.ru) обязательна

© 2010-2017 Школьный психолог.

Nsportal.ru

**СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ**