

муниципальное казённое учреждение культуры
«Екатериновская сельская библиотека»
Екатериновского сельского поселения
Щербиновского района

УРОК - БЕСЕДА

Компьютерная зависимость у детей

С.Екатериновка 2020г.

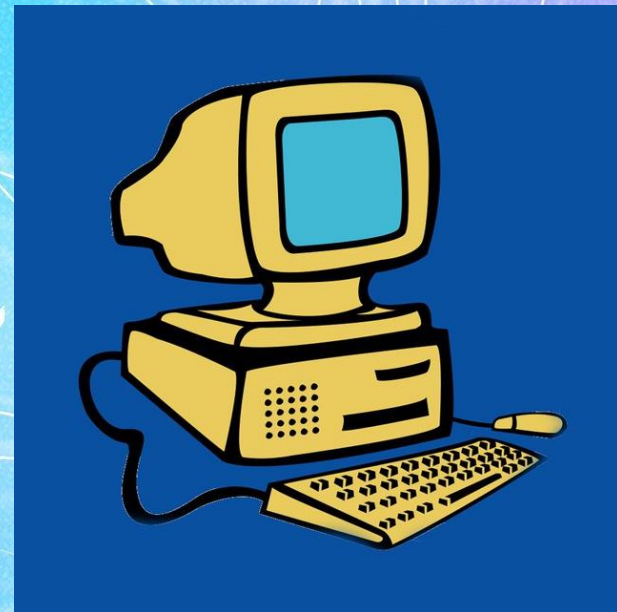
Компьютерная зависимость — это заболевание, связанное с пагубным пристрастием к всевозможным азартным играм

- Игровая зависимость
- Сетевая зависимость
- Зависимость «Сёрфинг»



Физические отклонения у больного, страдающего компьютерной зависимостью:

- нарушение зрения,
- снижение иммунитета,
- головные боли,
- повышенная утомляемость,
- бессонница,
- боли в спине,
- туннельный синдром (боли в запястье)



Причины компьютерной зависимости:

- *Отсутствие или недостаток общения и тёплых эмоциональных отношений в семье*
- *Отсутствие у ребёнка серьёзных увлечений*
- *Неумение ребёнка налаживать желательные контакты*
- *Общая неудачливость ребёнка*
- *Склонность подростков к быстрому «впитыванию» всего нового, интересного.*
- *Желание ребенка быть «как все» его сверстники*

Как уберечь ребенка от зависимости?

- что же побудило ребенка уйти «в компьютер»?
- не критиковать ребёнка
- вникнуть в суть игры
- ограничить доступ к играм и фильмам
- ограничить время за компьютером
- компьютера должен быть в вашем поле зрения



шансы стать зависимым уменьшаются, если:

- в семье присутствует атмосфера дружелюбия, покоя, комфорта и доверия;
- у ребёнка разносторонние интересы и увлечения;
- ребёнок умеет налаживать позитивные отношения с окружающими;
- ребёнок умеет ставить перед собой хотя бы самые маленькие цели



Важно знать:

- резко отнимать или запрещать компьютерные игры ребенку, который уже втянулся — нельзя.
- делать это стоит последовательно, лучше подготовиться вместе с психологом.
- можно пройти различные тесты в интернете, чтобы оценить компьютерную зависимость вашего ребенка и вас самих.
- не все игры плохо влияют на психику, некоторые способствуют развитию познавательных и моральных качеств.

шансы стать зависимым уменьшаются, если:

- в семье присутствует атмосфера дружелюбия, покоя, комфорта и доверия;
- у ребёнка разносторонние интересы и увлечения;
- ребёнок умеет налаживать позитивные отношения с окружающими;
- ребёнок умеет ставить перед собой хотя бы самые маленькие цели



Профилактика зависимости от компьютерных игр

- Важен личный пример родителей
- У ребенка должно быть увлечение, хобби, не связанное с компьютером
- Поддерживайте общение ребенка со сверстниками
- Все должно быть спланировано так, чтобы не оставалось свободной минуты
- Используйте компьютер как награду
- Важно четко контролировать те игры, в которые играет ребенок
- Установите специальные сетевые фильтры и специализированное программное обеспечение для контроля

Компьютер можно использовать в мирных, познавательных и в творческих целях. Главное – ребенка увлечь!

Компьютер – для нас
или мы – для него?



www.odnamama.net