**АЗБУКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

**ДЕТИ И КОМПЬЮТЕР**

**Ребенок и компьютер: налаживаем отношения**



Трудно представить, что современный ребёнок не знает, что такое компьютер. Дети пользуются им свободно и легко, начиная с раннего детства.

Зависимость ребёнка от компьютера является довольно частой проблемой, которую родителям бывает трудно решить.

В этой статье речь пойдет о том, можно ли сделать так, чтобы компьютер стал для детей другом и помощником, который упрощает жизнь и делает ее интересней, а не просто умной машиной, помогающей «убивать» время?

Личный пример родителей играет важную роль в том, будет ли ребёнок привязан к компьютеру так сильно, что у него разовьется зависимость. Так что прежде, чем пытаться отучить ребёнка от бесполезного «сидения» и игр в «стрелялки», стоит разобраться с тем, какие отношения с компьютером у матери и отца в семье.

Влияние компьютерных игр на детей.

Данное влияние принято рассматривать как отрицательное. Говоря о вредном влиянии компьютера на психику детей, стоит отметить заслуги этой умной машины перед обществом и то, насколько легче и разнообразнее стала жизнь благодаря компьютеру и интернету. Однако чтобы так было, должно присутствовать важное условие — использование компьютера с умом, по потребности и в соответствующих целях.

Частое «сидение» за компьютером отрицательно сказывается на осанке ребёнка и портит его зрение. Привычка проводить много времени в социальных сетях лишает возможности и радости живого общения детей между собой, может развивать страх находиться среди людей, проявлять себя «в живую». Частая смена картинок, увлекательные спецэффекты, необычные звуки — это то, что лишает окружающую реальность вкуса и раздражает нервную систему. Когда ребёнок проводит почти все свободное время за компьютером, он перестает удивляться и радоваться тому, что происходит вокруг него, а виртуальный мир заменяет ему настоящий.

Чтобы этого не случилось, компьютер должен играть роль помощника в жизни ребёнка, а не единственного друга, с которым хорошо и спокойно.

Почему дети предпочитают компьютер?

Причины для этого могут быть самыми разными, и не всегда это просто безобидная привычка. Если ребёнок проводит за компьютером очень много времени, это может говорить о его желании избежать реальности. «Уход» в игры и социальные ресурсы часто свидетельствуют о том, что дети не смогли найти себе комфортное место в жизни и семье. Возможно, они не поняты родителями, их чувства не прожиты и не приняты им и взрослыми людьми.

Компьютер привлекателен для детей тем, что он, в отличие от людей, не дает оценку — он принимает ребёнка любым, дает возможность школьнику или подростку свободно проявлять себя и делать все, что захочется.

Более того, в нем находится масса всего интересного, что владеет вниманием ребёнка и никогда не дает скучать, поэтому, сидя за компьютером, дети порой не замечают, что проводят за этим занятием очень много времени.

Игры, приложения, видео, картинки, сайты — все это вызывает большой интерес. Когда компьютера становится слишком много в жизни ребёнка, это может привести к зависимости и тому, что он совсем «выпадет» из реальности — потеряет вкус к жизни и любимым занятиям, ему станет неинтересно учиться и общаться с друзьями «в живую», заниматься спортом, хобби, стремиться к достижению целей и так далее.

**Ребёнок и компьютер: «хитрости» от родителей**



Что могут сделать родители, чтобы не исключать компьютер из жизни ребёнка навсегда, но обезопасить его от появления серьезной зависимости? Показывать, какими должны быть отношения детей с компьютером, нужно с ранних лет ребёнка. Проанализируйте, как часто и в каких целях вы сами используете его, и не является ли ваша привычка сидеть перед монитором вредной и постоянной?

Дети с ранних лет должны видеть и понимать, что компьютер это не член семьи, а помощник, к которому обращаются, когда есть такая необходимость — найти нужную книгу, посмотреть фильм или полезную передачу, распечатать раскраску или алфавит, найти ответы на важные вопросы.

Если родители будут сами демонстрировать «здоровые» и независимые отношения с компьютером, то вероятность того, что ребёнок будет предпочитать виртуальность реальности, снижается.

**Компьютер — хороший друг в обучении**



Взрослые должны чаще говорить ребёнку о том, что главная функция компьютера — это помогать людям находить ответы на сложные вопросы.

Он может служить детям в учебе. Научите ребёнка пользоваться полезными программами и приложениями. Пусть он делает интересные презентации для конкурсов и проектов класса, обрабатывает семейные фотографии, монтирует видео.

Используя компьютер как помощника в обучении, не стоит бросаться к нему каждый раз, когда ребёнок приходит из школы со сложной задачей — сначала нужно постараться решить ее самому.

Компьютер — помощник в хобби.

У ребёнка есть хобби? Отлично. Покажите ему, как в этом случае может быть полезен компьютер. С его помощью можно отработать новые, неизвестные ранее навыки рисования, узнать все о танках и мировых войнах.

Завели домашнее животное? С помощью компьютера и интернета можно узнать все о его породе, особенностях характера, воспитания, болезнях и даже дрессировке. Покажите ребёнку, что компьютер — это инструмент для увеличения его знаний. Предложите ему составить доклад с фото и видео приложениями о домашнем любимце. Данный проект можно представить на семейном вечере, классном мероприятии или интернет - конкурсе.

Такое отношение детей к компьютеру и его возможностям поможет им не только оставаться здоровыми и независимыми, но еще и понимать новые компьютерные программы, что поможет обогатить знания.

**Личный пример родителей**

Родителям, если они желают отучить детей от компьютерной зависимости, стоит самим пользоваться им только при необходимости. Чем младше дети, тем больше они берут пример с матери и отца и делают то же, что они. По этой причине бывает достаточно сложно отучить детей от привычек, которые есть у самих взрослых людей.

**Компьютер — часть жизни, вся жизнь — семья**

Если компьютер занимает большую часть жизни человека, можно предположить, что у него имеются некоторые проблемы в личной или семейной области. Счастливому человеку незачем «убегать» в виртуальную реальность, потому что его жизнь наполнена счастливыми событиями, в которых он любит, дружит, общается с близкими, занимается любимым делом, строит карьеру, отдыхает и радуется.

Дети также должны видеть, что семья — это главная область человеческой жизни и тот ресурс, который может сделать жизнь счастливой и создать еще больше условий для радости и развития.

