

## **Доклад по теме «Компьютер – это вред или польза?»**

В XXI веке в нашем распоряжении имеется немалое число продуктов цивилизации и прогресса, но вряд ли какой-то из них может похвастаться такой широтой использования и многогранностью как персональный компьютер. Просмотр фильмов и фотографий, прослушивание музыки, отправка почты, выгруживание нужной информации из просторов Интернета, оформление текстов и таблиц, отдых за любимой игрой - со всем этим и многим другим справится любой современный компьютер. Очень нужный и удобный инструмент, согласитесь.

Компьютеры используются сейчас в самых разных отраслях науки, техники и даже искусства, поэтому умение с ним обращаться стало необходимым для того, чтобы ребенок в дальнейшем овладел какой-либо серьезной профессией. В то же время, просиживая часами за монитором, ребенок не только губит свое здоровье, но и упускает шансы пообщаться с друзьями, заняться спортом, просто побегать во дворе на свежем воздухе. Так что же должен делать грамотный и заботливый родитель: **разрешать или запрещать общение с "металлическим другом"?**

К сожалению, как нет лекарства от всех болезней, так нет универсальных ответов на вопросы, связанные с воспитанием детей. Поэтому давайте попробуем проанализировать все "**плюсы**" и "**минусы**" **увлечения компьютером**, а также учесть индивидуальные особенности ребенка и той ситуации, в которой он растет.

**А чем же могут быть полезны компьютерные игры?**

**Во-первых**, среди современных игровых программ очень много **развивающих**. Так, для подростков подойдут разнообразные логические игры, развивающие способность прогнозировать и анализировать, особенно если для выигрыша требуется привлечь свои знания по каким-то предметам. Даже самый скептический родитель вряд ли сможет отрицать положительное влияние такого рода игр на развитие ребенка.

**Во-вторых**, даже обычное занятие на компьютере воспринимается ребенком как игра. Поэтому то, что совершенно не интересует его на страницах учебника, может быть привлекательным на экране монитора. Этим можно воспользоваться в обучении тех детей, у которых не сформирована **собственно познавательная** мотивация. Причем для учеников со слабой памятью изучение материала с помощью компьютера может оказаться более эффективным. Объяснения этому просты. То, что выглядит ярким, динамичным, неожиданным, сразу привлекает внимание, и, чтобы удерживать свой взгляд на экране, ребенку не нужно прилагать никаких усилий, т. е. его внимание в этот момент непроизвольное. При этом увиденное легко запоминается, так как непроизвольно функционируют **эмоциональная и образная** память, развитые у детей обычно лучше, чем механическая и логическая.

**В-третьих**, самостоятельная работа за компьютером способствует развитию у ребенка **мелких мышц руки и зрительно-моторной координации**. Иными словами, нажимая на кнопки клавиатуры и подводя курсор мышкой к нужному месту на экране, ваш ребенок упражняет тонкую моторику, а также учится соотносить движения своей руки с теми результатами, которые он наблюдает на экране.

**В-четвертых**, игры на компьютере способствуют развитию **абстрактного мышления** детей. А дети привыкают к тому, что иногда в играх вещи и существа изображены совсем непохожими на оригинал, а то и вовсе обозначены значками. Таким образом, во время подобных игр у человека постепенно формируется способность воспринимать знаки и символы, что лежит в основе абстрактного мышления. А это совершенно необходимо для понимания схем, уравнений; написанных слов - когда возникает необходимость мыслить отвлеченно, без опоры на конкретный образ предмета, о котором идет речь.

**В-пятых**, путешествия по виртуальным мирам могут выступать способом разрядки накопившейся в душе обиды и агрессии, который не опасен для окружающих, а потому может быть приемлем. Многие считут довольно сомнительным достоинством

компьютерных игр. И частично будут правы. В последнее время тема агрессии и насилия на экранах телевизоров и мониторов совершенно оправданно беспокоит родителей, психологов и педагогов. Здесь нужно проявлять осторожность.

### **Чем привлекают детей игры?**

Прежде всего, действия, разворачивающиеся на экране монитора, привлекают детей по тем же причинам, что и сказки, - это **придуманный** мир, более яркий, простой и выразительный, чем на самом деле. Здесь немного полутонов, не нужно разбираться в хитросплетениях человеческих душ, предугадывать последствия своего поведения.

Правила ясны: убивай плохих, забирай еду и оружие, а когда всех победишь и наберешь определенное количество баллов, перейдешь на следующий уровень.

Допущенные игроком **ошибки всегда можно исправить**, нужно всего лишь перезагрузить игру или вернуться на предыдущий уровень. А в реальной жизни ошибки остаются ошибками и могут вести к падению самооценки, негативным отношениям с окружающими и т. п. То же касается и конечности нашего существования. С определенного возраста все нормально развивающиеся дети начинают бояться смерти. Но в игре им это не грозит. Щедрые создатели виртуальных забав предлагают пользователям даже в одной игре зачастую по **несколько** жизней. Как приятно в очередной раз, когда тебя победил страшный враг, с оптимизмом спросить: "Ну, ничего. Сколько жизней у меня осталось?".

Игры легко можно **менять** или **не доигрывать до конца**, если что-то не получается, и взрослые не придадут этому никакого значения. Попробуй ребенок так же поступить, например, с занятиями в кружке (не говоря уже о школе), он сразу станет объектом внимания взрослых, внушающих своему воспитаннику представления о целенаправленности, силе воли и постоянстве.

Компьютерные игры гораздо больше, чем фильмы или книги, позволяют детям **отождествиться с главными героями** - почувствовать себя невероятно сильными, отважными, умными и т. д. А чтобы так ощущать себя в реальном мире, требуется приложить много стараний, в чем-то "переделать" себя, а кроме этого преодолеть чувство досады, что ты "не один такой умный!"

Маленькие дети, как правило, мало что могут изменить в окружающей их действительности, их образ жизни целиком зависит от взрослых. Но только не в игре! Там **все происходит по желанию ребенка**, там он может выбирать и менять роли, уровни, декорации, повелевать судьбами. Естественно, что **роль властелина** для детей очень привлекательна, так как пока они могут сказать намного больше предложений, начинающихся со слов "я хочу", чем со слов "я могу".

И, наконец, сам компьютер - замечательный **партнер по общению**: всегда понимает (если жмешь на те кнопки), не капризничает, не конфликтует, не читает нотаций. В общем, с ним легко договориться, не то что с живыми людьми. Поэтому дети, имеющие трудности в общении, так легко уходят в виртуальные миры.

**Компьютер – добрый друг подростка или его недруг?** Его магнетизм может быть и тем, и другим: как ресурсом для творчества и получения новых знаний, так и источником самой настоящей зависимости. Но так как сам он об этом не знает и стремится преподнести человеку как можно больше информации на любые темы и любые вкусы, то наша задача помнить, сколько времени проводить в обществе компьютера и какие сайты при этом посещать.

Термин **«компьютерная зависимость»** определяет патологическое пристрастие человека к работе или проведению времени за компьютером. Классифицируется эта зависимость как разновидность эмоциональной «наркомании», вызванной техническими средствами. Она проявляется в форме болезненной зависимости от видеоигр, чрезмерной увлеченности поиском информации или в поглощенности общением с друзьями по сети.

### **Причины возникновения «компьютерной зависимости»**

1. Отсутствие или недостаток общения и тёплых эмоциональных отношений в семье. По

указанной причине может развиваться не только зависимость от компьютерных игр и развлечений, но и другие виды зависимости, а также различные формы отклонений в поведении.

2. Отсутствие у ребёнка серьезных увлечений, интересов, хобби, привязанностей, не связанных с компьютером.

3. Неумение ребёнка налаживать желательные контакты с окружающими, отсутствие друзей. Или наличие видимого физического недостатка, внешняя некрасивость отталкивает сверстников от общения с ним, или у ребёнка развились черты характера, препятствующие установлению дружеских привязанностей: замкнутость, злобность, чрезмерная жадность, мстительность, обидчивость, агрессивность.

5. Если ребёнок имеет серьезное заболевание, обучается на дому, и круг его общения очень ограничен, то компьютер для него может стать единственным средством общения, получения информации, единственным развлечением и занятием. Разумеется, нет ничего плохого в том, что компьютер позволяет таким детям «открывать мир», находить друзей – это абсолютное благо. Зависимость же наступает тогда, когда при появлении альтернативных возможностей обучения, общения, досуга, они (эти новые возможности) отвергаются, когда компьютер используется лишь как средство получения удовольствия, но не информации, не пользы.

#### **Признаки развития «компьютерной зависимости» у подростка:**

- большую часть свободного времени проводит за компьютером;
- он раздражается при необходимости отвлечься от работы или игры на компьютере или становится тревожным;
- у него практически нет реальных друзей, зато много виртуальных;
- не способен спланировать окончание сеанса работы или игры;
- расходует (или требует) значительные суммы денег на постоянное обновление как программного обеспечения (в том числе игр), так и устройств компьютера;
- забывает о домашних делах, учебе и договоренностях в ходе работы или игры на компьютере;
- пренебрегает собственным здоровьем, гигиеной и сном в пользу проведения большего количества времени за компьютером;
- ему все равно, что есть, лишь бы не отрываться от монитора, он вообще часто забывает о еде;
- пропускает школу, чтобы посидеть за компьютером, снизилась успеваемость, потерял интерес к школьным предметам;
- во время игры подросток начинает разговаривать сам с собой или с персонажами игры так, будто они реальны;
- становится более агрессивным;
- трудно встает по утрам, в подавленном настроении, ощущает эмоциональный подъем только когда садиться за компьютер;
- конфликтует, угрожает, шантажирует в ответ на запрет сидеть за компьютером;
- обсуждает компьютерные проблемы со всеми, хотя бы немного сведущими в этой области людьми.

**«Компьютерная зависимость»** не столь разрушительна, как другие виды зависимости (наркомания, алкоголизм и т.д.), однако и она **может приводить к разрушительным последствиям. Некоторые из них:**

1. Ухудшение здоровья. Прежде всего, нарушения осанки и зрения. Перегрузки испытывают позвоночник, некоторые группы мышц спины, мышцы руки. Часто возникают боль и онемение пальцев правой руки. Появилось даже название симптома - "рука, держащая мышь". Даже не очень продолжительное время (не более 1 – 2 часов), проведенное за компьютером, вызывает у 70% подростков общее и зрительное утомление. Эти последствия могут оказаться «долгоиграющим» и проявляется в более зрелом возрасте. Например, в неспособности иметь детей.

2. Повышение агрессии. Увлечение агрессивными компьютерными играми

(«стрелялки-убивалки» или «войнушки») постепенно притупляет у подростка такие чувства, как альтруизм, способность к состраданию, желание понять другого человека и т.д.

3. Утрата чувства реальности. Отождествляя себя с героем игры, ребенок получает возможность своеобразной самореализации в виртуальном пространстве. Игра позволяет принять на себя роль другого и стать тем, кем в реальной жизни стать нельзя. При этом подростки автоматически проецируют на себя все завидные сверхкачества, присущие игровому персонажу – смелость, ловкость, силу, необычные способности. Позитивные эмоции игроков связаны с азартом, радостью, и чувством превосходства над соперником. Игра дает чувство уверенности в себе и повышает самооценку. Возвращение же в реальность мгновенно лишает всех волшебных качеств. В результате несоответствия завышенных ожиданий ребенка его реальным возможностям в душе возникает внутренний дискомфорт, и как следствие – еще большая невротизация, которая и делает его более беспомощными перед насущными проблемами.

4. У подростков, «живущих» в Сети, как правило, появляются проблемы с общением. Ведь навыки, приобретенные в виртуальном мире, в обычной жизни не годятся. Нередко бывает, что в интернете собеседник пытается представить в лучшем свете. Но после встречи «в реале» с интересом общавшиеся «друзья» в сети могут разочароваться друг в друге.

#### **Профилактика компьютерной зависимости.**

Игровую зависимость, как и любую другую, легче предотвратить, чем лечить. К сожалению, многие родители нередко сами вовлекают своего ребенка в виртуальный мир. Им кажется, что сидеть за новой компьютерной игрой - лучше, чем гулять непонятно где на улице. "Не дай бог, попадет еще в плохую компанию! Нет уж, пусть лучше играет", - полагают некоторые папы и мамы.

Но мало кто из них задумывается о том, что компьютерная зависимость приводит к ухудшению здоровья, к проблемам в половой сфере из-за чрезмерного облучения еще только формирующегося организма, к замедленному развитию и деформации личности, утрате чувства реальности.

Кроме того, компьютерная зависимость воспитывает в ребенке агрессию: подростки начинают воспринимать реальный мир как угрозу, считая врагами даже своих близких.