

Компьютер и ребенок.



Компьютеры прочно вошли в нашу жизнь и в жизнь наших детей. Часть родителей не возражает против компьютерных занятий или игр. Но материально не особенно поддерживает эти увлечения. Другая часть оказывает активную поддержку - дает деньги на обновление домашнего ПК.

Есть мамы и папы, полностью отвергающие такую форму времяпрепровождения для своего ребенка. Но есть и еще одна категория родителей. Они не запрещают сыну или дочке сидеть за компьютером. И в то же время испытывают постоянное внутреннее сопротивление: долгое сидение за компьютером вредит здоровью ребенка, он мало общается со сверстниками, компьютерные игры отупляют или ожесточают и т. д.

Кто прав?

Компьютер: друг или враг?

Предубеждений, связанных с компьютером:

Одно из них: постоянное пребывание в виртуальной реальности вредит интеллектуальному и эмоциональному развитию ребенка. Он не испытывает интереса к самостоятельному мышлению, к чтению, ручному труду. Становится пассивным потребителем информации. Не стремится понимать других людей и выражать собственные мысли и чувства.

И все же у компьютера гораздо больше преимуществ, облегчающих жизнь школьника, чем вредоносных факторов. Разнообразные обучающие программы по предметам, возможность получить полную или дискуссионную информацию по какому-то вопросу. Общение со специалистами, помощь в выборе увлечений и, возможно, будущей профессии.

Разумеется, ребенок может встретиться в сети с тем, от чего нам хотелось бы его уберечь. Но ведь с той же информацией он может столкнуться и в реальной жизни. Что можно противопоставить? Только постоянный (но ненавязчивый) интерес к жизни ребенка, доверительность в отношениях и воспитание у него критичности мышления.

Предубеждение второе: компьютер мешает ребенку полноценно общаться с другими ребятами, а некоторым детям полностью заменяет общение со сверстниками. Но ведь не компьютер создает ребенку проблемы в общении.



Наоборот, тот, кто испытывает такие сложности, ищет в виртуальном мире спасения от них (погружаясь в мир игры или общаясь в Интернете). Далеко не у всех детей увлечение компьютером ограничивает круг общения со сверстниками. Наоборот, некоторым застенчивым и не слишком коммуникабельным он помогает найти друзей со сходными

интересами. И, пожалуй, не так уж важно, будет ли их общение только виртуальным

или станет ступенькой для перехода в реальную плоскость. Даже если ты застенчив, но компетентен в компьютерной области, это поможет тебе чувствовать себя уверенно в компании сверстников. Очень большие претензии у многих родителей к компьютерным играм. В лучшем случае их характеризуют как пустые забавы, отвлекающие от учебы или занятий спортом. В худшем - как нечто, формирующее в ребенке жестокость, привычку разрешать любые ситуации агрессивными способами.

Но есть мнения и в защиту этого вида времяпрепровождения.

Во-первых, компьютерные игры удовлетворяют естественную потребность ребенка в игре. Он учится следовать определенным правилам, планировать свои действия, доводить начатое до конца, добиваться улучшения своих результатов. То есть попутно у игрока формируются такие качества, как настойчивость, воля, терпение. Выигрывая, ребенок испытывает положительные эмоции, чувствует себя более уверенным и умелым. Перебирая варианты решений и выбирая все более сложные игры, он развивается и интеллектуально.

Во-вторых, можно подобрать игры, развивающие активное целенаправленное внимание, память, пространственное воображение, логическое мышление, помогающие улучшить координацию движений, повысить скорость реакции.

У игры, в том числе компьютерной, есть еще одно важное свойство.

Некоторые виды игр помогают снять нервно-психическое напряжение. Побывав в погоне в качестве преследователя, можно выплеснуть отрицательные эмоции, выпустить пар. Роль жертвы помогает избавиться от некоторых страхов. Роль супергероя позволяет ощутить себя сильной личностью, контролирующей ситуацию, управляющей другими персонажами.

Как предупредить зависимость

Родители бьют тревогу. Как определить, нормально ли поведение ребенка, или же увлечение перешло роковую черту и стало заболеванием?

Игромания в первую очередь определяется психологическими причинами, складом личности.

Одной из основных причин возможного появления зависимости может стать тяжелая обстановка в семье или постоянном коллективе.

Тяга к компьютерным играм — для родителей повод задуматься, почему ребенок чувствует себя незащищенным, возможно, пересмотреть привычные отношения в семье. Существует вероятность, что кто-то подавляет его авторитетом, отчего у подростка возникает чувство подчиненного положения, бесполезности попыток самоутвердиться в реальности. Будет полезно ослабить родительский контроль и дать понять, что мнение ребенка может быть услышанным. Даже небольшая зона личной ответственности способна переломить ситуацию в пользу реальной жизни, естественно, только в том случае, если у ребенка есть заинтересованность в результате.

Поручая мыть посуду или выносить мусор, вы ничего не добьетесь. Лучший способ оторвать подростка от игр — дать ему почувствовать вкус реальной победы, в которую он вложил реальный труд.



Насколько компьютер вреден для здоровья?

Конечно, понятны опасения родителей по поводу здоровья детей.

О чем обычно тревожатся?

Как скажется работа за компьютером на состоянии зрения, осанке ребенка, насколько вредно неизбежное излучение?

Есть данные о том, что уровень электромагнитного излучения у современных мониторов ниже, чем у обычных телевизоров. Другие виды излучения (рентгеновское, инфракрасное, ультрафиолетовое) вообще ничтожно малы, по уверениям специалистов. Например, уровень рентгеновского излучения современного монитора не превышает обычный радиационный фон в помещении. А жидкокристаллические (плоские) экраны и ноутбуки вообще не являются источниками излучения.



Реальным фактором риска может стать нагрузка на зрение. И все же общение с компьютером не вреднее, чем длительное сидение у телеэкрана. Не нужно забывать об элементарной профилактике - делать перерывы в занятиях и гимнастику для глаз, посещать время от времени окулиста. И обратите внимание на технические характеристики экрана вашего монитора.

Конечно, необходимо приучить ребенка контролировать свою позу, чтобы не возникали нарушения осанки. Но это вовсе не специфическое требование - правильно сидеть нужно и за обычным столом. И малоподвижный образ жизни, и лишний вес свойственны не только компьютерным пользователям.

Так что в отношении работы за компьютером нужно соблюдать обычные гигиенические требования: подобрать удобную мебель, следить за физическим самочувствием и состоянием нервной системы ребенка, не допускать перегрузок.



В последнее время можно встретить в СМИ публикации о новом виде зависимого поведения - компьютерной зависимости. С устрашающими примерами полного и безвозвратного погружения человека в мир виртуальный. Но серьезных научных разработок в этой области пока не проводилось. А приемами помощи при различных видах зависимостей владеют психологи и психотерапевты

Как организовать свободное время ребенка

Каждый родитель, в первую очередь, стремится к тому, чтобы досуг его ребенка был грамотно организован, чтобы ребенок был всесторонне развит. Сегодня, кажется, что обилие развивающих игр, компьютеров, всевозможных новомодных предметов в школе уже снимает с родителей проблему правильной организации досуга. Однако, на протяжении всего детства и юности ребенка за отдых отвечают именно родители.

Для того, чтобы ребенок всегда чувствовал привязанность и любовь родителей, необходимо хотя бы один или два часа проводить вместе с детьми. Как утверждают психологи, когда дети и родители вместе играют, слушают песни, даже смотрят телевизор, они проникаются всеобъемлющим чувством семейственности и всепоглощающей любви. Это положительно сказывается, как на укреплении внутрисемейных отношений, так и на построении взаимного понимания между двумя поколениями.

Уважаемые родители, не забывайте о том, что ребенок, который проводит все свободное время перед компьютером – это не показатель домашности вашего ребенка, а, скорее всего, камень в ваш огород, если выразиться словами народной истины. Это, в первую очередь, указывает на то, что у родителей нет времени, чтобы заняться любимым чадом.

Чтобы ребенок с утра до вечера не портил зрение у голубого экрана, постарайтесь занять интересными увлечениями. Не стоит предлагать современному ребенку собирать марки или фантики. Такие способы проводить свободное время остались далеко в прошлом, но вы вполне можете предложить ребенку заняться каким-либо видом спорта. Любого малыша заинтересуют те виды спорта, которые имеют интересное название и не менее интересное времяпровождение. В качестве такого вида спорта может выступать, например, айкидо, борьба, прекрасно подходящая, как для девочек, так и для малышей. Главное, чему учит айкидо – это умению постоять за себя в любой ситуации и достигать внутренней гармонии. Пожалуй, это один из немногих видов борьбы, где каждый ребенок сможет себя выразить и достичь больших результатов.

Зимой в выходные дни можно и нужно проводить время на катке или лыжной трассе. С 5 лет дети уже успешно могут осваивать коньки и лыжи. Примером же должны служить родители. Летом коньки с успехом заменят ролики. Не забывайте о хорошей экипировке и безопасности вашего чада.

Или, организуйте досуг ребенка более красивым образом, отведите его в секцию балльных танцев. Благодаря этому красивому и необычайно яркому увлечению каждый ребенок сможет научиться двигаться, хорошо держать осанку и чувствовать музыку. Однако, стоит отметить, что правильный досуг ребенка – это полное согласие самого сына или дочери с вашими предложениями. Не стоит заставлять его ходить на плавание, если он желает заниматься музыкой и, соответственно, наоборот.

Большинству детей в юном возрасте слово «досуг» и «всестороннее развитие» еще ни на что конкретное не указывает, поэтому все его действия всегда ориентированы на интересы родителей. Чтобы не стать в дальнейшем ребенку врагом номер один, всегда прислушивайтесь к тому, что он говорит и чего хочет. Это первостепенная истина, которая позволит вам не только грамотно организовать досуг ребенка, но и достичь полного благоденствия в семье.

Теперь обратимся к интеллектуальному досугу. Для каждого малыша умственный отдых – это основа получения серьезного багажа знаний и зарождения всесторонне развитого человека. Попробуйте заинтересовать ребенка игрой в шахматы или шашки, которые способны помочь выявить у малыша стратегические способности и математические наклонности. Если же ваш ребенок не питает особой привязанности ни к шахматам, ни к шашкам, то самое время организовать досуг за игрой в монополию или собирание мозаики, пазлов, может быть заняться лепкой. Это способствует развитию моторики пальцев, вниманию и логическому мышлению.

Дети любят упорядоченную жизнь. Им просто необходим режим дня и четкое расписание. Тогда они не будут доносить вас расспросами: "А что мы будем делать через пять минут или завтра". Составьте расписание на неделю. Для школьников в приоритете учеба, а потом дополнительные занятия или прогулки. Четко указывайте, в какое время и сколько ребенок должен смотреть телевизор или играть в компьютерные игры. Обозначьте, сколько страниц в день дополнительной литературы он должен прочитать.

Дошкольники в своем распорядке дня должны иметь время для сна и прогулок. Помимо дополнительных занятий в определенный день и время, укажите домашние занятия. Например, в понедельник вечером лепите из пластилина, во вторник делаете аппликации из бумаги, а в среду шьете мягкую игрушку.