

Как помочь своему ребенку «правильно дружить» с компьютером?



Чем больше у ребенка психологических барьеров в повседневной реальной жизни, тем быстрее и глубже он погрузится в виртуальную реальность.

Многие родители считают, что пусть лучше ребенок сидит дома за компьютером у них на глазах, чем гуляет с дурной компанией. Тем самым ребенок получает свободный и неограниченный доступ к компьютеру. Сегодня это уже стало проблемой!

Как с пользой использовать компьютерные игры? Детское

восприятие устроено таким образом, что для запоминания и усвоения информации нужны ассоциации, игра.

Если использовать компьютерные игры в разумных пределах (не более 1 часа в сутки с перерывами через 15-20 минут для ребенка 6-9 лет) и не в ущерб другим сторонам жизни ребенка, то они могут принести положительный результат: научат детей счету, иностранному алфавиту, усилят концентрацию внимания, улучшат мыслительные операции, процессы принятия решения, будут способствовать формированию художественного воображения, помогут развить быстроту реакции.

Как детская компьютерная зависимость влияет на жизнь ребенка? Проведенные исследования доказали, что если ребенок младше 10 лет пристрастился к компьютеру, то это может замедлить его развитие, как физическое, так и психическое. Ребенок начинает вести не свойственный этому возрасту образ жизни, исключая необходимую двигательную активность, развитие широкого спектра эмоциональных реакций, познание окружающего мира, формирование коммуникативных навыков в общении и в обычных детских играх со сверстниками.



Почему ребенок заигрываясь может не есть и не спать?

Детям трудно соблюдать «меру» в игре, поэтому нужно контролировать пребывание вашего чада за компьютером.

Как помочь ребенку не проводить жизнь за компьютером? Важно не ограждать ребенка от компьютера вообще, поскольку это неотъемлемая часть будущего, в котором ребенку предстоит жить. Лучше обратить внимание на эмоциональные отношения в семье, которые играют важную интегрирующую роль, благодаря которой члены семьи ощущают себя единой общностью и чувствуют теплоту и поддержку друг друга.

Положительный эмоциональный микроклимат в семье способствует психическому здоровью всех членов семьи.

Влияет ли как-то стиль воспитания на формирование компьютерной зависимости? Было установлено, что наилучшие взаимоотношения детей и подростков с родителями складываются обычно тогда, когда родители придерживаются демократического стиля воспитания. Родителям следует поощрять личную ответственность и самостоятельность своих детей в соответствии с их возрастными возможностями. Подростки должны быть включены в обсуждение семейных проблем, участвовать в принятии решений, выслушивать и обсуждать мнение и советы родителей. Это поможет вашему ребенку чувствовать себя значимым и важным, поможет ему участвовать в реальной жизни, что станет лучшим способом в борьбе с зависимостью!

Как помочь ребенку избавиться от зависимости?

Нужно создать такие условия, чтобы вашему ребенку было интересно жить, жить в реальной жизни, а не в виртуальной! Есть очень много способов разнообразить жизнь, например, можно заниматься спортом, подвижными играми (боулинг, футбол, волейбол), музыкой, рисованием, ходить в походы, кататься на роликах, коньках, лыжах, велосипеде. Главное, чтобы это было интересно вашему чаду. Запишите его на занятия по верховой езде, в бассейн или покатайтесь на коньках, лучше всего спросить у самого ребенка, что ему будет интереснее. Пусть сам выбирает, главное, чтобы такие занятия были систематическими. Это в наибольшей степени способствует воспитанию самостоятельности, активности, инициативы и ответственности у подрастающего поколения.