



Интернет сейчас это настолько быстро, удобно, интересно, что все больше людей заражается Интернет-зависимостью. Сама по себе болезнь не такая страшная, но она лишает людей радостей реального мира. Особенно она опасна для детей и подростков, которые мало того, что могут найти во всемирной паутине то, что совершенно не предназначено для их глаз (кадры насилия, сайты запрещенных сект и организаций и прочее).

В основном, Интернет-зависимость начинается с «зависания» в чатах и на форумах. Это занятие особенно привлекательно тем, что можно уйти от своего «Я», придумать себе новую жизнь, стать лучше, умнее, красивее, раскованнее. Быть романтиком или циником, писателем или физиком, словом, дать полную волю фантазии. Для подростков, которые зачастую страдают от множества комплексов, это просто рай. Они уходят в «вирт», чтобы избавиться от себя настоящего, который им не нравится, и просто не хотят возвращаться, ведь в реальной жизни необходимо прилагать множество усилий, чтобы измениться, а тут это можно сделать простым нажатием клавиши.



Интернет сейчас это настолько быстро, удобно, интересно, что все больше людей заражается Интернет-зависимостью. Сама по себе болезнь не такая страшная, но она лишает людей радостей реального мира. Особенно она опасна для детей и подростков, которые мало того, что могут найти во всемирной паутине то, что совершенно не предназначено для их глаз (кадры насилия, сайты запрещенных сект и организаций и прочее).

В основном, Интернет-зависимость начинается с «зависания» в чатах и на форумах. Это занятие особенно привлекательно тем, что можно уйти от своего «Я», придумать себе новую жизнь, стать лучше, умнее, красивее, раскованнее. Быть романтиком или циником, писателем или физиком, словом, дать полную волю фантазии. Для подростков, которые зачастую страдают от множества комплексов, это просто рай. Они уходят в «вирт», чтобы избавиться от себя настоящего, который им не нравится, и просто не хотят возвращаться, ведь в реальной жизни необходимо прилагать множество усилий, чтобы измениться, а тут это можно сделать простым нажатием клавиши.

Как распознать первые признаки заболевания?

1. Ребенок перестает интересоваться всем, кроме компьютера, проводит за ним все свободное время.
2. Самое страшное наказание для него – лишение компьютера или Интернета.
3. Домашние обязанности выполняет кое-как, нехотя, лишь бы поскорее сесть за компьютер.
4. Успеваемость в школе снизилась, зато появились увлечения.
5. Он не хочет выходить гулять, посещать кружки или секции, заниматься чем-либо «в реале».

6. Если дома нет компьютера, то все карманные деньги уходят на клубы. Там ребенок может сидеть в Интернете или играть в сетевые компьютерные игры.

7. Телефонные счета становятся просто огромными.

8. Ребенок готов не спать поздно ночью, если в это время стоимость доступа к сети ниже или у него есть больше возможностей загрузки файлов.

9. Он почти не общается не только с друзьями, но и с вами, предпочитая компьютеры.

Как и всякую болезнь, Интернет-зависимость легче предупредить, чем лечить. Достаточно ограничивать количество часов, проводимых ребенком за компьютером, запретить доступ к определенным сайтам, особенно содержания «детям до 18-ти». Проверяйте все файлы, что скачивает ваш ребенок. Можете поставить его перед выбором – либо он оплачивает счета из своих карманных денег, либо сидит за компьютером лишь ограниченное количество времени.

В западных и прогрессивных восточных странах создаются целые учреждения и разрабатываются методики по избавлению от этой киберчумы 21-го века. У нас пока что Интернет не столь дешев и распространен, чтобы стать повальным бедствием, но лучше учиться на чужих ошибках. Так, при заболевании ребенка рекомендуется:

– использовать все способы заинтересовать его чем-либо «реальным» – кружки, клубы, спорт. Особенно рекомендуются клубы ролевых игр, где ребенок сможет воплотить себя в какой-либо необычной роли, но сможет полностью «примерять» ее на себя, а не просто смотреть на экран с цветными картинками.

– «обрубить провода». Даже если он будет проситься: «Только на минуточку», не поддаваться. Вместо того, чтобы «скачать для школы реферат», пусть ходит в библиотеку, хотя бы это был самый каменный век.

– побольше общаться с ребенком, максимально поощрять его общение с другими детьми или подростками. И не переживать, что он свяжется с неподходящей компанией.

Составитель:

педагог-психолог Юркова О.А