**Компьютерная зависимость детей: виды, причины, признаки.**

Современные детишки уже с пелёнок знают, что такое планшет и компьютерные игры, а к годику начинают изучать мышь и "тыкают" по кнопкам клавиатуры. Близкое знакомство ребёнка с компьютером вызывает множество споров. С одной стороны постоянное нахождение малыша перед монитором чревато опасными последствиями, а с другой - сегодня без компьютера, как без рук. Самым серьёзным последствием считается вырабатывание у ребёнка зависимости от компьютера, которая по сути является настоящим заболеванием, требующим немедленного вмешательства.

**Виды и причины зависимости**

Компьютерная зависимость у детей – это, прежде всего, "побег" из реальной жизни, поэтому основной причиной желания погрузиться с головой в виртуальную реальность - нехватка чего-то в реальной жизни. Детишкам может не хватать участия со стороны взрослых, их внимания, признания в компании сверстников, уверенности в себе. В итоге дошкольник старается удовлетворить свои потребности не в реальной жизни, а в виртуальном пространстве.

**Зависимость от компьютеров бывает 2-х видов:**

1. **Кибераддикция (игровая зависимость)** - зависимость от компьютерных игр. Во многие игры можно играть от первого лица, они персонализированы, то есть ребёнок играет от лица харизматичного героя, приобретая сверх способности, завоёвывая города, наращивая могущество. В подобном случае речь идёт о ролевой зависимости. В других компьютерных играх, персонажа, как такового не имеется, но сама суть игры заключена в развитии, получении выигрыша, наборе очков. В данном случае - эта зависимость не носит ролевого характера.
2. **Сетеголизм (сетевая зависимость)**. Это зависимость детей от интернета, которая способна проявиться в различных формах, но в общем смысле суть этого явления одна - ребёнок не мыслит своего существования без регулярного выходя в интернет. Убивание времени за прослушиванием музыки, чатах, в соцсетях - это некоторые варианты интернет зависимости. Даже, казалось бы, обычное "хождение" по сайтам - также является лёгким видом сетевой зависимости, поскольку ребёнок затрачивает огромное количество свободного времени на чтение и просмотр совершенно не нужной ему информации, перемещаясь с сайта на сайт.

***10 признаков компьютерной зависимости или когда нужно бить тревогу:***
Компьютерная зависимость может "поразить", как взрослого, так и ребёнка, однако у малышей зависимость вырабатывается значительно быстрее. Чем быстрее дошкольник познакомиться с компьютерными играми и интернетом, тем более вероятно, что компьютер станет заменять ему реальную жизнь. Зависимость от компьютера распознаётся у ребёнка по следующим признакам:

1. **Дошкольник не способен использовать гаджет в чётко очерченных рамках**. Даже если существует предварительная договорённость, он не способен вовремя отойти от компьютера, а попытки отстранить его от планшета и навести порядок в большинстве случаев заканчиваются нешуточной истерикой.
2. **Дошкольник не исполняет возложенные на него дела по дому**. Как правило у детишек всегда имеются некие обязанности по дому, например: погулять с собакой, навести порядок в комнате, помыть посуду. Зависимый дошкольник пропускает домашнюю работу и не способен контролировать своё время, просиживая часы перед компьютером.
3. **Находиться возле монитора для него становиться более предпочтительным времяпровождением, чем общение с друзьями или близкими**. Даже походы в гости и семейные праздники не становятся исключением.
4. **Даже вполне естественные надобности не способны заставить ребёнка отвлечься от интернета**, поэтому он не расстаётся с планшетом или смартфоном ни в ванне, ни за едой.
5. **Ребёнок постоянно ищет гаджеты, которые можно подключить к интернету либо поиграть**. Если отобрать у него компьютер или планшет - он сразу же схватится за смартфон.
6. **Дошкольник выражает свои мысли по большей части в интернете, там же происходит его основное общение, регулярно обзаводится там новыми знакомыми, которые так и остаются виртуальными**. Даже со своими реальными ровесниками и друзьями, ребёнок предпочитает общаться в сети.
7. **Ребёнок отлынивает от учёбы - снижает успеваемость, становиться неряшливым, рассеянным, не выполняет домашние задания.**
8. **Если его отлучить от компьютера, возникает сильная ломка, выражающаяся в том, что ребёнок становится раздражительным, агрессивным.**
9. **При отсутствии гаджетов с выходом в сеть, ребёнок не знает, чем заняться, его невозможно ничем заинтересовать**.
10. **Ребёнок не делиться с вами, чем он занимается в интернете**. Любые попытки вызвать его на откровенность вызывают яркую негативную реакцию.

Избавить ребёнка от компьютерной зависимости не так-то просто, и вероятнее всего потребуется консультация у психолога. Это "заболевание" настолько сильно воздействует на образ жизни дошкольника, что обычные варианты занятий в реальной жизни для него становятся неинтересны, и чем-то его заинтересовать становиться практически невозможно. Впрочем, не стоит считать, что интернет и компьютер - это абсолютный вред. Если применение компьютера ребёнком будет проходить под чутким родительским присмотром, то он станет помощником в развитии и обучении.

Источник: <https://ребенок-и-мать.рф/334-vred-ot-kompyutera-10-priznakov-zavisimosti-detey-ot-kompyuternyh-igr-i-interneta.html>