

Когда компьютер становится врагом.

Ученику второго класса, восьмилетнему Кириллу, единственному ребенку в семье, купили компьютер. «Будет постигать азы компьютерной грамотности, учиться печатать и использовать информацию из Сети для лучшего выполнения домашних заданий!» - с гордостью заявил отец. Увы, «азы» начались с запуска установочного диска популярной компьютерной игры... Сейчас Кирилл увлекся другой игрой и собирает деньги на ее вторую часть. У ребенка появилась раздражительность, проблемы с друзьями и с учебой, но родители не спешат бить тревогу: «Пусть играет, какая еще опасность! Ребенок в таком возрасте должен играть...»

Увлечение или зависимость?

Да, без игры невозможно представить жизнь ребенка: игры развивают, развлекают и помогают взрослеть. Компьютерные игры отличаются лишь тем, что они существенно интереснее и ... опаснее.

Любое увлечение, доведенное до крайности, приводит к тяжелым последствиям. Зависимость от компьютерных игр не преувеличена, она стоит у специалистов в одном ряду с наркоманией и алкоголизмом.

Но эту опасность многие мамы и папы, в том числе и родители Кирилла, не хотят замечать, удивляясь моему вопросу о зависимости: «Поиграл и бросит, он же еще ребенок, какая может быть зависимость от игры?» Наивное заблуждение! Над разработкой компьютерной игры трудятся десятки высококлассных специалистов – психологи, сценаристы, геймдизайнеры, художники, создатели спецэффектов, программисты, тестеры... И все они работают над конкретным конечным результатом – чтобы ваш ребенок не поиграл и бросил, а увлекся и уже не мог остановить игру. Процесс разработки обычной современной игры занимает около года, а средний бюджет проекта составляет 15 – 25 млн. долларов! Это мощная индустрия, и ее основная цель – конвейерная разработка программ, вызывающих эффект привыкания. Разработчики стремятся достичь полной реалистичности игры, стереть грань между реальным миром и виртуальными героями, осознанно «подсадить» на игру.

Пока гром не грянет...

Как распознать грань между увлечением и зависимостью?

Симптомы зависимости типичны:

- 1.** Стойкая эмоциональная увлеченность игрой. Ребенка все меньше интересуют привычные для него дела и проблемы, все разговоры только об игре и ее героях. Первоочередные задачи, которые вынуждают подростка играть по несколько часов подряд: окончить игру и перейти на более сложный уровень, постоянно шлифовать мастерство в игре, попасть на первое место в таблице результатов...
- 2.** Страсть к игре полностью вытесняет учебу, друзей, спорт и другие увлечения. Ребенок пропускает школу, отказывается от прогулок и выполнения домашних дел, пренебрегает элементарными правилами гигиены, нормальным питанием и сном, ссылаясь на нехватку времени – игра занимает все его время. Он уединяется в своей комнате, не пуская туда даже родителей, прекращает все контакты с реальным миром, зачастую не выходя из дому по несколько дней. Его волнует проблема – где взять деньги на новую игру или на посещение клуба. Это уже симптомы болезни, и на этой стадии ребенок /подросток/ склонен к преступлениям: ради денег на игру собирает бутылки, ворует или продает вещи из дому, отбирает деньги, мобильные телефоны и ценные вещи у младших ребят, обманывает или шантажирует родителей и родственников. А нередко идут на преступления: недавно тринадцатилетний мальчик убил своего одноклассника, когда узнал, что у того в кармане лежит крупная сумма на новый мобильник...
- 3.** И наконец, самая опасная стадия болезни: любая попытка родителей вмешаться и прекратить игру наталкивается на яростное, часто физическое сопротивление и агрессию. Ребенок способен на любые неадекватные действия ради продолжения игры. Последствия непредсказуемы...

Кардинальные меры.

Конечно, если при попытке войти в комнату ребенка и выключить компьютер ваше чадо кидается на вас с кулаками, закатывает истерики, грозит выпрыгнуть из окна, ему поможет только специалист – психолог или психиатр и специализированное лечебное учреждение. Но вы же не хотите дотянуть до необратимой ситуации?

Компьютер невозможно вычеркнуть из жизни подростка, поэтому начинайте лечить зависимость еще до ее появления. Самое главное – вовремя заметить засасывание подростка в виртуальный мир игры.

При первых же симптомах зависимости немедленно ограничьте или вовсе запретите доступ к компьютеру, поставив пароль или программу «родительский контроль». Не пренебрегайте консультацией психолога, возможно, причина зависимости кроется в ссоре с друзьями или конфликте с учителями.

Систематически контролируйте время работы за компьютером, проверяйте диски с играми, которые предпочитает ваше чадо. Неплохо было бы ознакомиться с рецензиями на эти игры, да и посмотреть игру в деле – рецензии на диске не всегда соответствуют содержанию игры.

Нужна профилактика.

С чего начать? Откровенно поговорите с ребенком, выясните, чем для него является компьютерная игра – возмещением недостатка внимания со стороны родителей или друзей, снятием стресса, получением удовольствия от того, что он чувствует себя победителем в игре, чего нет в реальной жизни, или просто возможность опратить деньги и время?

А узнав причину, ищите альтернативу электронным играм – спорт, искусство, хобби. Если ваш ребенок мечтает стать компьютерщиком, помогите уже сейчас приблизить мечту к реальности – существует много компьютерных курсов для подростков, где изучаются не менее увлекательные азы программирования и дизайна.

Уделяйте больше времени своим детям, всегда будьте в курсе их проблем и желаний. Объясните подростку, что любая игра должна приносить удовольствие, а не проблемы, и быть лишь частью жизни, наряду с активным отдыхом, учебой, дружбой со сверстниками.

Делом, а не словами докажите своему ребенку, что радость общения с близкими и друзьями, наша банальная человеческая жизнь с ее проблемами, радостями и горестями намного интереснее самой крутой компьютерной игры.