



КОМПЬЮТЕР И ДЕТИ.

Подготовил педагог-психолог
Каюкова Н.Ю.

2016 г.

НЕГАТИВНОЕ ВЛИЯНИЕ КОМПЬЮТЕРА НА ЧЕЛОВЕКА:



1. Влияние на зрение;
2. Влияние на опорно-двигательный аппарат;
3. Влияние на нервную систему;
4. Влияние на психику.

В 1990 году появился термин *компьютерной зависимости*.

Компьютерная зависимость - патологическое пристрастие человека к работе или проведению времени за компьютером.

Она рассматривается психологами и психиатрами как одна из форм *аддиктивного поведения*.

Аддиктивное поведение - это одна из форм так называемого разрушительного (деструктивного) поведения, при котором человек будет стремиться убежать от окружающей реальности, фиксируя свое внимание на конкретных видах деятельности и предметах или изменяя собственное психоэмоциональное состояние путем употребления различных веществ.

КОМПЬЮТЕРНАЯ ЗАВИСИМОСТЬ

```
graph TD; A[КОМПЬЮТЕРНАЯ ЗАВИСИМОСТЬ] --> B[Сетеголизм]; A --> C[Кибераддикция];
```

Сетеголизм

зависимость
человека от
Интернета.

Кибераддикция

зависимость
человека от
компьютерных игр.

СИМПТОМЫ СЕТЕГОЛИКОВ

- ◎ Самоизоляция;
- ◎ Неуравновешенность;
- ◎ Рассеянность;
- ◎ Неряшливость;
- ◎ Наплевательское отношение к близким;
- ◎ Навязчивое стремление постоянно проверять электронную почту;
- ◎ Увеличение времени, проводимого онлайн;
- ◎ Предвкушение следующего сеанса онлайн.

КОМПЬЮТЕРНЫЕ ИГРЫ

```
graph TD; A[КОМПЬЮТЕРНЫЕ ИГРЫ] --> B[Ролевые]; A --> C[Не ролевые]
```

Ролевые

1. Игры с видом «из глаз» «своего» компьютерного героя.
2. Игры с видом извне на «своего» компьютерного героя
3. Руководительские игры.

Не ролевые

1. Аркады.
2. Головоломки.
3. Игры на быстроту реакции.
4. Традиционно азартные игры.

ВЛИЯНИЕ РОЛЕВЫХ ИГР НА ПСИХИКУ ПОДРОСТКА

Основная особенность игр ролевых - наибольшее влияние на психику играющего, наибольшая глубина «вхождения» в игру, а также мотивация игровой деятельности, основанная на потребностях принятия роли и ухода от реальности.

Игры с видом «из глаз» «своего» компьютерного героя. Этот тип игр характеризуется наибольшей силой «затягивания» или «вхождения» в игру. Специфика здесь в том, что вид «из глаз» провоцирует играющего к полной идентификации с компьютерным персонажем, к полному вхождению в роль.

Игры с видом извне на «своего» компьютерного героя. Этот тип игр характеризуется меньшей по сравнению с предыдущим силой вхождения в роль. Играющий видит «себя» со стороны, управляя действиями этого героя. Отождествление себя с компьютерным персонажем носит менее выраженный характер, в следствие чего мотивационная включенность и эмоциональные проявления также менее выражены по сравнению с играми с видом «из глаз».

Руководительские игры. Тип назван так потому, что в этих играх играющему предоставляется право руководить деятельностью подчиненных ему компьютерных персонажей.

ВЛИЯНИЕ НЕ РОЛЕВЫХ ИГР НА ПСИХИКУ ПОДРОСТКА

В этих играх участник не принимает на себя роль компьютерного персонажа, в следствие чего психологические механизмы формирования зависимости и влияние игр на личность человека имеют свою специфику и в целом менее сильны. Мотивация игровой деятельности основана на азарте «прохождения» и (или) набирания очков.

Аркадные игры. Игроющему здесь нужно быстро передвигаться, стрелять и собирать различные призы, управляя компьютерным персонажем или транспортным средством. Эти игры в большинстве случаев весьма безобидны в смысле влияния на личность играющего, т.к. психологическая зависимость от них чаще всего носит кратковременный характер.

Головоломки. К этому типу игр относятся компьютерные варианты различных настольных игр (шахматы, шашки, нарды и т.д.), а также разного рода головоломки, реализованные в виде компьютерных программ. Мотивация, основанная на азарте, сопряжена здесь с желанием обыграть компьютер, доказать свое превосходство над машиной.

Игры на быстроту реакции. Сюда относятся все игры, в которых играющему нужно проявлять ловкость и быстроту реакции. Отличие от аркад в том, что они совсем не имеют сюжета и, как правило, совершенно абстрактны, никак не связаны с реальной жизнью.

Традиционно азартные игры. Сюда входят компьютерные варианты карточных игр, рулетки, имитаторы игровых автоматов, одним словом - компьютерные варианты игрового репертуара казино.



СТАДИИ РАЗВИТИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ЗАВИСИМОСТИ ОТ КОМПЬЮТЕРНЫХ ИГР:

Стадия легкой увлеченности. Специфика этой стадии в том, что игра в компьютерные игры носит скорее ситуационный, нежели систематический характер. Устойчивая, постоянная потребность в игре на этой стадии не сформирована, игра не является значимой ценностью для человека.

Стадия увлеченности. Игра в компьютерные игры на этом этапе принимает систематический характер. Если человек не имеет постоянного доступа к компьютеру, т.е. удовлетворение потребности фрустрируется, возможны достаточно активные действия по устранению фрустрирующих обстоятельств.

Стадия зависимости. Эта стадия характеризуется не только сдвигом потребности в игре на нижний уровень пирамиды потребностей, но и другими, не менее серьезными изменениями - в ценностной смысловой сфере личности. Зависимость может оформляться в одной из двух форм: социализированной и индивидуализированной.

Стадия привязанности. Эта стадия характеризуется угасанием игровой активности человека, сдвигом психологического содержания личности в целом в сторону нормы.

ПРИЧИНЫ КОМПЬЮТЕРНОЙ ЗАВИСИМОСТИ ПОДРОСТКОВ

- Отсутствие или недостаточное внимание родителей.
- Мало общения с ровесниками.
- Застенчивость и различные комплексы.
- Нежелание или трудность в общении.
- Неуверенность в себе и своих возможностях.
- Нежелание ребенка посещать кружки, отсутствие хобби.
- Особенности воспитания, вседозволенность.
- Стремление подражать старшим детям и подросткам, игроманам.
- Отношение в семье.

ПРОФИЛАКТИКА КОМПЬЮТЕРНОЙ ЗАВИСИМОСТИ

- ◉ Стройте отношения в семье на принципах честности и умении признавать ошибки.
- ◉ Не оскорбляйте своего ребенка и его круг общения.
- ◉ Будьте другом и помощником своему ребенку. Позиция «Я – старший, поэтому делай так, как тебе говорят» никогда не приведет к доверительным отношениям.
- ◉ Если вдруг возник конфликт, который выражен в приказном тоне с вашей стороны о прекращении работы за компьютером, то не следует торговаться с ребенком: «Сначала сделаешь что-то (уроки, выполнишь домашние обязанности), только потом можешь поиграть».
- ◉ Нужно больше времени общаться с ребенком, развивать в нем гармоничную эмоциональную сферу, посещать различные мероприятия, чтобы ребенок научился общению с различными людьми.
- ◉ Категорически запрещается играть в компьютерные игры перед сном.
- ◉ Необходимо привить ребенку интерес к активным играм и физическим упражнениям. Пусть он двигается и испытывает радость от этого. Ведь когда ребенок сидит за компьютером, все его физические нагрузки заключаются лишь в движении мышкой по столу.
- ◉ Необходимо следить, чтобы игра на компьютере не подменяла реальное общение со сверстниками и друзьями.
- ◉ Следует проводить обсуждение игр вместе с ребенком, выбирать развивающие игры.
- ◉ Нужно показывать ребенку личный положительный пример.