**Консультация для родителей**

**«Компьютерная зависимость ребёнка»**

Компьютер и другие информационные устройства – например, мобильный телефон, планшет – уже давно стали частью жизни современного человека. С одной стороны, это позволило упростить жизнь современного человека, с другой стороны, появилось не мало новых проблем, среди которых- компьютерная зависимость детей.

Мозг человека, систематически попадая в определённую ситуацию, приспосабливается к ней. Компьютерные игры, яркие фильмы, вызывают у человека сильные эмоции, от которых он со временем может стать зависимым. Дети, мозг которых развивается в силу возраста, особенно уязвимы для такой зависимости. Сотовый телефон, компьютер или планшет такая удобная вещь для отвлечения ребёнка! Малыш пристаёт к маме, он хочет пообщаться или поиграть, но маме «некогда». И чтобы нейтрализовать, она даёт ему… сотовый телефон со словами: «На поиграй». Таким образом, она, как ей кажется, убивает двух зайцев: получает полчаса свободного времени, и ребёнок вроде как развивается, приобщается к технике. Это не может не понравиться им обоим. Первые семена зависимости упали на благодатную почву.

В этом возрасте у детей при непосредственном участии родителей формируется пока ещё привычка развлекать себя при помощи компьютерных игр. У ребёнка формируется устойчивая связь – захотел развлечься- взял телефон, планшет, ноутбук. Никакие другие классические детские развлечения его уже не интересуют. А кто бы спорил?

Это очень интересно, это завораживающе интересно, это просто волшебство какое-то: ведёшь пальцем по экрану, а на экране вспыхивают диковинные рисунки, которые меняют цвет, меняются сами, приходят в движение. И скоро ребёнок и сам не захочет складывать пирамидки и кубики, и катать машинки. Ни чтение книг, ни настольная игра, ни подвижные игры не в состоянии конкурировать с теми поистине безграничными возможностями, которые даёт компьютерный мир. Каждый вечер в доме будут звучать два слова: «Дай поиграть!»

Между прочим, всё обстоит гораздо серьёзнее. Наши предки были очень мудрыми людьми. Не зная тонкостей детской моторики и психики, они своим чутьём дошли до того, что те дети, с которыми мамы и бабушки играли в примитивные игры, задействуя ручки малыша, вырастили более умными и смышлёнными. Лет 30 назад было научно доказано, что мозг ребёнка развивается через руки. Так устроен наш организм, что в младенчестве сигналы, получаемые от рук, особенно от пальчиков, стимулируют развитие мозга. Заменяя пальчиковые игры вождением пальца по плоскости монитора, родители закрывают перед детьми дорогу к развитию.

Более того, ребёнок учится не только так развлекаться, он привыкает перенаправлять, смещать свои эмоции и чувства с живых людей на игру и интернет-общение. И это тоже происходит при «помощи» родителей. Ребёнку захотелось пообщаться с мамой, прижаться к ней, обнять, а она, занятая чем-то, суёт ему свой айфон. Происходит подмена объектов любви: захотелось ласки-выйди в интернет. Захотелось общения с близкими по духу людьми-интернет наше всё.

Дети не учатся делиться своими переживаниями с близкими, отвыкают видеть глаза собеседника, понимать его без слов. Происходит эмоциональное объединение поколения, многие современные дети не умеют выражать своих чувств и эмоций. Компьютерная игра не способна заменить классических развивающих и обучающих игр с реальными предметами, книгами, карандашами. Ребёнку необходимо прикосновение, чтобы поменять этот мир. Трогая новый предмет, он не только познаёт его в ключе твёрдый-мягкий, тёплый-холодный, но и текстуру, форму, объём, массу. Компьютер не даёт такой возможности.

Как уберечь ребёнка от зависимости? К сожалению, нет абсолютного рецепта. Есть рекомендации, исполнение которых позволит снизить вероятность возникновения зависимости.

Пребывание ребёнка за компьютером необходимо ограничивать. Недопустимо, чтобы дети играли по несколько часов. Лишая ребёнка желаемого количества времени в интернете, всегда предлагайте альтернативу. Не позволяйте ему маяться от скуки. Поощряйте дружбу ребёнка с другими детьми. Приглашайте в гости его друзей и его отпускайте в гости к друзьям.