Консультация для родителей

Компьютерные игры: польза или вред?

Наше время характеризуется стремительным развитием информационных и компьютерных технологий.

Чем опасны компьютерные игры и могут ли они быть полезными?

Можно много говорить о пользе информационных технологий и компьютере в частности: это и помощь в учёбе, и развлечение, и хобби. Однако уже давно на западе учёные забили тревогу по поводу вреда виртуального пространства.

Данная проблема широко изучается иностранными психологами. В нашей стране дело обстоит немного иначе. Зачастую родители безмятежно относятся к тому, что их ребёнок часами посиживает у монитора. Он занят делом и не мешает родителям. Разве это плохо?

Самая главная опасность, которую представляют компьютерные игры – это возникновение игровой зависимости. Это настоящее отклонение психики, требующее помощи квалифицированного врача и поддержки родных и близких.

В современном мире трудно найти ребёнка, не интересующегося компьютером. Наверно, так же трудно найти родителя, которого не беспокоила бы чрезмерная увлечённость ребёнка компьютерными играми. Безусловно, компьютеры используются сейчас в самых разных отраслях науки, техники и даже искусства, поэтому умение с ним обращаться стало необходимым для того, чтобы ребёнок в дальнейшем овладел какой-либо серьёзной профессией. В то же время, просиживая часами за монитором, ребёнок не только губит своё здоровье, но и упускает шансы пообщаться с друзьями, заняться спортом, просто побегать во дворе на свежем воздухе. Так что же должен делать грамотный и заботливый родитель: **разрешать или запрещать** общение с «металлическим другом»? К сожалению, как нет лекарства от всех болезней, так нет универсальных ответов на вопросы, связанные с воспитанием детей. Поэтому попробуем проанализировать все «плюсы» и «минусы» увлечения компьютером, а также учесть индивидуальные особенности ребёнка и той обстановки, в которой он растёт.

Итак, компьютерные игры прочно вошли в нашу жизнь, заняв почётное место лидера среди множества способов организации молодёжного отдыха. Виртуальная реальность манит своими безграничными возможностями, а индустрия компьютерных развлечений каждый год преподносит геймерам всё новые и новые игры, от которых просто невозможно отказаться. Однако о вреде компьютерных игр твердят все вокруг – и особенно волнует вопрос игровой зависимости родителей, чьи дети проводят всё свободное время у монитора. Чем опасны компьютерные игры и могут ли они быть полезными?

Вред компьютерных игр

Самая главная опасность, которую представляют компьютерные игры – это возникновение игровой зависимости. Компьютерная зависимость –

проблема, с которой пытаются бороться во всём мире. Дети и взрослые играют в компьютерные и телефонные игры. Возникла так называемая «игромания». Что это такое? Это психологическая зависимость человека от компьютерных игр, которая влияет на его физическое и психическое здоровье. Это настоящее отклонение психики, требующее помощи квалифицированного врача и поддержки родных и близких.

Человек, поддавшийся зависимости от компьютерных игр, буквально живёт в виртуальной реальности. Крайняя степень игровой зависимости – когда у игромана пропадает аппетит, ведь ему не хочется отлучаться от игр даже для принятия пищи, когда у игромана пропадает сон, ведь он жалеет время на отдых и даже во сне продолжает завоёвывать миры и убивать врагов. Самое страшное в этой зависимости то, что она обычно начинается довольно безобидно, не вызывая подозрений со стороны близких людей. Поэтому так сложно бороться с игровой зависимостью – когда она становится очевидной, так просто вытащить игромана из её щупалец невозможно.

Особенно ощутим вред компьютерных игр для детей, среди которых особую группу риска составляют подростки. Их неокрепшая психика за считанные дни поддаётся негативному влиянию игр, и перед родителями остро становится проблема того, как оторвать чадо от компьютера. К тому же, дети, в отличие от взрослых, не знают меры и хуже ощущают чувство времени – им кажется, что за компьютером они провели всего лишь несколько минут, в то время как прошло уже несколько часов.

Действия, разворачивающиеся на экране монитора, привлекают детей по тем же причинам, что и сказки, - это **придуманный мир**, более яркий, простой и выразительный, чем на самом деле. Здесь правила ясны: убивай плохих, забирай еду и оружие, а когда всех победишь и наберёшь определённое количество баллов, перейдёшь на следующий уровень. Сам компьютер – замечательный **партнёр по общению**: всегда понимает тебя, если жмёшь на те кнопки, не капризничает, не конфликтует, не читает нотаций. В общем, с ним легко договориться, не то, что с живыми. Поэтому дети, имеющие трудности в общении, так легко уходят в виртуальные миры.

Впрочем, вред компьютерных игр сказывается и на взрослых. И если рядом с подростком может и должен оказаться взрослый, который обязан вырвать его из игровой зависимости, то за взрослым геймером мало кто следит. А между прочим, компьютерные игры, наряду с пьянством и изменами, становятся одной из наиболее популярных причин разводов в молодых семьях. Ну, какой жене понравится муж, всё свободное время проводящий не в кругу семьи, а в окружении виртуальных роботов, зомби и киллеров? К тому же, со временем геймер становится невнимательным, рассеянным, у него не ладится с работой, он игнорирует свои обязанности. Игровая зависимость становится причиной развала семьи, проблем на работе.

Многие геймеры идут дальше и готовы тратить деньги, чтобы воспользоваться платными услугами в онлайн-играх. А поскольку одной

игрой всё не ограничивается, из семьи потихоньку начинают уплывать деньги, геймер со временем залазит в долги, реальная жизнь начинает напоминать сущий ад, зато в виртуальной жизни он – король, бог и супергерой. Такова цена игровой зависимости.

Рассмотрим, чем же опасны разные виды компьютерных игр.

1. Самый опасный вид игр – это игры-стрелялки, поскольку игровая зависимость, вызванная ими, сопровождается агрессивностью, озлобленностью. И немудрено – часами отстреливая людей в виртуальном мире, вряд ли станешь добрым человеком.
2. Воздействовать пагубно на психику могут «бродилки» и «авиа-симуляторы». Это преимущественно динамические игры, от них очень тяжело оторваться ввиду их безостановочного сюжета. Смысл их подавляющего большинства заключается в том, чтобы как можно быстрее и больше убить или взорвать. В этих игрушках кровь льётся вёдрами, а информационной начинки практически никакой. По мнению специалистов, участие в таких играх приводит к тому, что игроки начинают использовать подобные методы решения проблем в реальной жизни.
3. Вредны также бродилки, леталки и гонки, которые хоть и не характеризуются агрессией, но требуют повышенного внимания, затягивают, от них сложно оторваться. Конечно, совершенно невозможным для игрока представляется нажать на паузу во время очередной гонки или прохождения лабиринта.
4. Меньше воздействуют на психику «гонки» и «спортивные» игры. Эти игрушки по психическому воздействию примерно нейтральны – вреда не приносят, но и пользы от них тоже никакой, только напрасная трата времени.

Польза компьютерных игр

Вы ещё верите после всего сказанного, что от компьютерных игр может быть польза? Оказывается, она действительно может быть!

В первую очередь, стоит обратить внимание на разновидности компьютерных игр, которые способствуют развитию интеллекта, логики, внимания, памяти и других качеств. Это различные логические игры, развивающие способности прогнозировать и анализировать, особенно если для выигрыша требуется привлечь свои знания по каким-то предметам. Это могут быть головоломки, ребусы, кроссворды. Особое место среди таких игр занимают стратегии. Такие игры не требуют повышенного внимания, скорости, напряжения глаз. Они размеренны и предназначены для длительного времяпрепровождения. Их можно прервать в любой момент, не рискуя быть убитым или съеденным.

Во-вторых, даже обычное занятие на компьютере воспринимается ребёнком как игра. Поэтому то, что совершенно не интересует его на страницах учебника, может быть привлекательным на экране монитора. То,

что выглядит ярким, неожиданным, сразу привлекает внимание. При этом увиденное легко запоминается.

С помощью компьютерных игр можно ненавязчиво обучить ребёнка иностранному языку, подтянуть его знания по тому или иному предмету. Именно поэтому прямая обязанность родителей – не запретить ребёнку взаимодействовать с компьютером, тем самым вызвав обиду и агрессию, а подобрать наиболее оптимальные для него варианты компьютерных игр, позволить играть во «вредные» стрелялки определённый лимит времени, стимулировать ребёнка к отдыху не только в виртуальном мире, но и в мире реальном.

Да и для взрослого человека есть польза компьютерных игр, «потребляемых» в меру. Это хороший способ расслабиться после тяжёлого рабочего дня, отвлечься от обыденной суеты, «пошевелить мозгами». Как и в случае с детьми, здесь важна разновидность игры и время, которое ей уделяется. От 1-2 часов в сутки, проведенных в компьютерных мирах, ничего плохого с нами не случится.

Вред и польза компьютерных игр. Итог.

Итак, что же мы имеем в итоге? Как выяснилось, всё упирается в чувство меры и разновидность игры. Виртуальная реальность не должна занимать всё свободное время человека, она также не должна провоцировать его на жестокость, не должна развивать в нём агрессию и озлобленность. Это должен быть просто один из вариантов отдыха, наряду с занятиями физкультурой и спортом, прогулками на свежем воздухе, чтением книг, просмотром интересных телепередач, фильмов, встречами с друзьями…

Жизнь так прекрасна и разнообразна – и было бы просто глупо провести всю её, сидя перед экраном монитора.

Не стоит забывать о мерах предосторожности в работе детей за компьютером с целью профилактики проблем со здоровьем.

Уважаемые родители! За жизнь, здоровье и всестороннее, гармоничное развитие своих детей ответственны ТОЛЬКО ВЫ. Осознайте это и не пеняйте на зеркало и производителей компьютерных игр.

Спасибо за внимание!