ВЛИЯНИЕ КОМПЬЮТЕРНЫХ ИГР НА ПСИХИКУ ДЕТЕЙ

Согласитесь, в наши дни сложно представить жизнь без компьютеров. Волшебный монитор манит детей едва ли не больше, чем взрослых. Согласно опросам, около 80% детей в возрасте 10-12 лет увлекаются компьютерными играми, причем большинство из них знакомы с играми уже на протяжении 5-6 лет.

Дети так устроены, что лучше всего познают мир именно с помощью игр. Игра – источник удовольствия и вполне естественное времяпрепровождение для малыша. Компьютер в данном случае – чудесная возможность совместить приятное с полезным. Правильно подобранные компьютерные игры в умеренных количествах не приносят никакого вреда, а могут оказаться полезными для развития важных навыков у ребенка – внимательности, усидчивости, сообразительности. Дети, проводящие по полчаса в день за такими познавательными играми, в результате имеют более устойчивую психику и лучше приспособлены к учебному процессу. Поэтому нерационально отказываться от благ цивилизации, полностью отгораживая ребенка от компьютерных игр.

Очевидно, что далеко не все игры полезны. Жестокие игры с элементами насилия лучше спрятать подальше от глаз ребенка. Дело в том, что дети с трудом различают реальную жизнь и виртуальную. Регулярно играя в различные «стрелялки», ребенок становится агрессивным и может считать насилие нормальной моделью поведения и даже способом решения проблем.

Кроме того, что родители должны следить за тем, в какие игры играет ребенок, они еще должны контролировать время, которое посвящается этому занятию. Даже в развивающие игры лучше не играть дольше **часа в день** – дети часто не могут остановиться и часто могут раздумывать над разгадкой очередной тайны весь день. Кроме того, длительное пребывание перед монитором негативно сказывается на многих функциях организма - зрении, костно-мышечном аппарате, высшей нервной деятельности и т.д.

Психологическая зависимость от компьютерных игр – «меньшее из зол», она не так страшна как алкоголизм или наркомания. И, тем не менее, чрезмерное увлечение играми все же сказывается на психике – игроманы эмоционально неустойчивы, чрезмерно раздражительны и вспыльчивы. Им сложно адаптироваться в реальной жизни, окружающий мир становится скучным и неинтересным, а это становится причиной для ухудшения настроения и самочувствия.

Чрезмерное увлечение компьютерными играми приводит к тому, что дети перестают фантазировать. Они с трудом обобщают и анализируют информацию, хуже работают некоторые виды памяти.

Медицинская сестра: Бурдюг И.Н.