

Формы и стадии компьютерной зависимости у школьников

Зависимость от компьютерных технологий (компьютерная аддикция) может быть выражена **в двух формах:**

- 1) чрезмерная увлеченность компьютерными играми;
- 2) интернет-зависимость (интернет-аддикция).

Стадии компьютерной зависимости:

- интерес — друзья посоветовали, как отвлечься от проблем, «убить время», развлечься;
- втягивание — если нет возможности играть, становится скучно, грустно;
- полная зависимость.,

Признаки компьютерной зависимости у ребенка:

- ест, пьет чай, готовит уроки у компьютера;
- проводит за компьютером большую часть свободного время (6–10 ч в день);
- провел хотя бы одну ночь у компьютера;
- прогулял школу — сидел за компьютером;
- приходит домой и сразу садится за компьютер;
- стал хуже учиться, потерял интерес к учебным предметам;
- практически нет реальных друзей, зато много виртуальных;
- во время игры ребенок начинает разговаривать сам с собой или с героями игры, как будто они реальные;
- забыл поесть, почистить зубы (раньше такого не наблюдалось);
- пребывает в плохом, раздраженном настроении, не может ничем заняться, если компьютер сломался;
- трудно встает по утрам, просыпается в подавленном состоянии;
- конфликтует, угрожает, шантажирует в ответ на запрет сидеть за компьютером.

Психологические особенности школьников с интернет-зависимостью

Среди основных факторов, влияющих на развитие у детей компьютерной зависимости: неправильное воспитание в семье, участие в интернет-играх родителей и знакомых, эмоциональная подавленность.

Особенность игровой зависимости — **социальная дезадаптация**.

Виртуальный мир компьютерных игр, зачастую жесток и беспощаден, настроен враждебно к виртуальному герою.

+

Сам же герой противостоит этому миру, имея для этого все необходимое: силу, ум, знания, оружие, средства защиты и т. д. Ему приходится уничтожать компьютерных врагов, а те, в свою очередь, пытаются уничтожить его.

Человек, находясь длительное время в такой среде, переносит ее законы на реальный мир: начинает чувствовать себя более уязвимым, считает, что большинство людей враждебно настроены и мир в целом является более опасным, чем есть на самом деле.