Родительского собрания

Тема: "Компьютер в жизни ребенка. Польза или вред?"

**Задачи собрания:**

* рассказать родителям обучающихся о пользе компьютера;
* обсудить с ними проблему компьютерной зависимости, ее причины и проявления;
* ознакомить родителей с рекомендациями по профилактике компьютерной зависимости у млад­ших школьников.

**Форма проведения:** лекция с элементами беседы.

**Подготовительная работа к собранию:**

* подготовка информационного материала по вопросам компьютерной аддикции;
* организация выставки CD-дисков "Компьютерные игры, в которые играют наши дети";
* создание памяток для родителей, подготовка информационного плаката "Признаки компьютер­ной зависимости у ребенка" (Приложение 1).

Ход родительского собрания:

1. *Вступительное слово.*

Учитель: В современном мире трудно найти ребенка, не интересующегося компьютером. Навер­ное, так же трудно найти родителя, которого не беспокоила бы чрезмерная увлеченность ребенка компьютерными играми. Безусловно, компьютеры используются сейчас в самых разных отраслях науки, техники и даже искусства, поэтому умение с ним обращаться необходимо для того, чтобы ребе­нок в дальнейшем овладел какой-либо серьезной профессией. В то же время, проводя много времени за компьютером, ребенок не только наносит вред своему здоровью, но и упускает шансы пообщать­ся с друзьями, заняться спортом, провести время на свежем воздухе. Что же должен делать грамот­ный и заботливый родитель: разрешать или запрещать ребенку проводить время за компьютером?

К сожалению, как нет лекарства от всех болезней, так нет и универсальных ответов на вопросы, связанные с воспитанием детей. Поэтому давайте попробуем проанализировать все плюсы и минусы увлечения ребенка компьютером.

1. *Польза от использования компьютера.*

Учитель: Как вы считаете, от использования компьютера больше пользы или вреда? (Родители высказывают свои мысли о том, как ребенок с пользой может проводить время за компьютером.) Компьютер, безусловно, приносит пользу. А чем же могут быть полезны компьютерные игры?

Во-первых, среди современных игровых программ очень много развивающих логику, мышление, память. Так, для младших школьников подойдут разнообразные логические игры, развивающие спо­собность прогнозировать и анализировать, особенно если для выигрыша требуется активизировать свои знания по каким-то предметам.

Во-вторых, занятие на компьютере воспринимается ребенком как игра, поэтому то, что совер­шенно не интересует его на страницах учебника, может быть привлекательным на экране монитора. Причем для учеников со слабой памятью изучение материала с помощью компьютера может ока­заться более эффективным. Объяснения этому просты. То, что выглядит ярким, динамичным, неожи­данным, сразу привлекает внимание, и, чтобы удерживать свой взгляд на экране, ребенку не нужно прилагать никаких усилий, т. е. его внимание в этот момент непроизвольное. При этом увиденное легко запоминается, т. к. непроизвольно функционируют эмоциональная и образная память, развитые у детей обычно лучше, чем механическая и логическая.

В-третьих, самостоятельная работа за компьютером способствует развитию у ребенка мелких мышц руки и зрительно-моторной координации. Иными словами, нажимая на кнопки клавиатуры и подводя курсор мышкой к нужному месту на экране, ваш ребенок упражняет тонкую моторику, а также учится соотносить движения своей руки с теми результатами, которые он наблюдает на экране.

В-четвертых, игры на компьютере способствуют развитию абстрактного мышления детей. А дети привыкают к тому, что иногда в играх вещи и существа изображены совсем не похожими на ориги­нал, а то и вовсе обозначены значками. Таким образом, во время подобных игр у человека постепен­но формируется способность воспринимать знаки и символы, что лежит в основе абстрактного мышления. А это совершенно необходимо для понимания схем, уравнений, написанных слов - когда встает задача мыслить отвлеченно, без опоры на конкретный образ предмета, о котором идет речь.

В-пятых, путешествия по виртуальным мирам могут выступать способом разрядки накопившейся в душе обиды и агрессии, который не опасен для окружающих, а потому может быть приемлем. Мно­гие сочтут это довольно сомнительным достоинством компьютерных игр. И частично будут правы. В последнее время тема агрессии и насилия на экранах телевизоров и мониторов совершенно оправданно беспокоит родителей, психологов и педагогов. Здесь нужно проявлять осторожность.

*3. Причины и симптомы игромании.*

Учитель: А теперь обсудим явление "игромании", его причины и симптомы.

Скажите, пожалуйста, изменилось ли поведение вашего ребенка после появления в доме ком­пьютера? Как вы относитесь к компьютерным играм? (Родители отвечают на вопросы учителя.)

Компьютерная зависимость - проблема, с которой пытаются бороться во всем мире. Дети и взрослые играют в компьютерные и телефонные игры. Производство игр для компьютеров и мо­бильных телефонов - это мощная индустрия, и, к сожалению, наши дети неизбежно попадают в ее сети. Игромания - это психологическая зависимость человека от игр, в т. ч. компьютерных, которая влияет на его физическое и психическое здоровье. Давайте посмотрим на диски, которые представ­лены на нашей выставке "Компьютерные игры, в которые играют наши дети". (Родители рассмат­ривают диски.)

Давайте проанализируем, чем привлекают детей игры?

Прежде всего 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 немного полутонов, не нужно разбираться в хитросплетениях человеческих душ, предугадывать последствия своего поведения. Правила ясны: уничтожай плохих, набирай очки, а ког­да всех победишь и наберешь определенное количество баллов, перейдешь на следующий уровень.

Допущенные игроком ошибки всегда можно исправить, нужно всего лишь перезагрузить игру или вернуться на предыдущий уровень. А в реальной жизни ошибки остаются ошибками и могут вести к падению самооценки, негативным отношениям с окружающими и т. п. То же касается и конеч­ности нашего существования. С определенного возраста все дети начинают бояться смерти. Но в игре им это не грозит, ведь у компьютерного героя много жизней.

Игры легко можно менять или не доигрывать до конца, если что-то не получается, и взрослые не придадут этому никакого значения. Попробуй ребенок так же поступить, например, с занятиями в кружке (не говоря уже о школе), он сразу станет объектом внимания взрослых, внушающих ему представления о целенаправленности, силе воли и постоянстве.

Компьютерные игры гораздо больше, чем фильмы или книги, позволяют детям отождествиться с главными героями - почувствовать себя невероятно сильными, отважными, умными и т. д. А чтобы так ощущать себя в реальном мире, требуется приложить много стараний, в чем-то "переделать" себя.

Младшие школьники, как правило, мало что могут изменить в окружающей их действительности, их образ жизни целиком зависит от взрослых. Но только не в игре! Там все происходит по желанию ребенка, там он может выбирать и менять роли, уровни, декорации, повелевать судьбами. Есте­ственно, что роль властелина для детей очень привлекательна, т. к. пока они могут сказать намного больше предложений, начинающихся со слов "я хочу", чем со слов "я могу".

Компьютер - замечательный партнер по общению: всегда понимает (если жмешь на "те" кнопки), не конфликтует, не читает нотаций. В общем, с ним легко договориться, не то что с живыми людьми. Поэтому дети, имеющие трудности в общении, так легко уходят в виртуальные миры.

Теперь рассмотрим причины, по которым дети становятся зависимыми от компьютерных игр:

1. Отсутствие навыков самоконтроля у ребенка. Ему тяжело себя контролировать, ограничивать, "тормозить", он делает не думая, не может наметить перспективу, определить результат своего дей­ствия, "просчитать" ситуацию.
2. Ребенок не приучен к труду, к умению видеть работу и выполнять ее. Такой человек не ощущает потребности трудиться во благо близких, выражая этим свою любовь и заботу о них.
3. Ребенка не приучили к сотрудничеству, он не умеет советоваться, а значит, слушать и слышать советы и рекомендации.
4. Незнание взрослыми правил психогигиены взаимодействия с компьютером, пользы и вреда от него, невежество взрослых.
5. Ребенок лишен родительского внимания, поэтому он удовлетворяет потребность в тепле и об­щении, взаимодействуя с компьютером. Стиль воспитания в семье построен на давлении, указаниях, воспитании ведомой личности, которая в результате все равно не умеет подчиняться и слушаться. Родители в общении с ребенком не осознают его взросления, не изменяют стиль общения, не выхо­дят на диалог, согласованные действия.
6. Взрослеющий ребенок сталкивается с трудностями, свойственными взрослой жизни. Не умея справляться с ними самостоятельно, не находя поддержки взрослых, ребенок уходит в виртуальный мир.
7. Ребенку некомфортно в окружающем его пространстве, комната, в которой он находится, устроена не по его вкусу, не отражает его личностных установок и мироощущения.
8. Неуверенность ребенка в себе, низкая самооценка, зависимость от мнения окружающих, зам­кнутость.
9. Сильный рефлекс подражания, уход в нереальность вслед за товарищем.

Понаблюдайте за ребенком дома, присмотритесь к своим взаимоотношениям с ним. Задумайтесь,

все ли благополучно. Посмотрите на плакат "Признаки компьютерной зависимости у ребенка", воз­можно, некоторые из этих признаков вы наблюдаете у своего ребенка.

Почему формируется игровая зависимость? Первое и необходимое условие формирования лю­бой зависимости - чувство внутренней тревоги и чувство неудовлетворенности (фрустрация).

Существует два пути выхода из состояния тревоги:

• человек становится агрессивным (может, например, ломать предметы, вымещать зло на посто­ронних людях вплоть до преступлений);

• стремится "уйти" (в младшем школьном возрасте ребенок "уходит" в игру).

Но откуда же возникает повышенная тревога и неудовлетворенность? Первая и основная причина - проблемы в семье, недопонимание между родителями и ребенком, "заброшенность" детей, завышенные требования, которые им предъявляют взрослые.

Второе условие формирования игровой зависимости - удовольствие. Во что бы человек ни играл, во время игры происходит выброс адреналина. А если он еще и побеждает, организм вырабатывает гормоны радости - эндорфины. Это чувство хочется испытывать вновь и вновь, а для этого нужно повторить игру. Так возникает зависимость.

Третья причина формирования зависимости - тип характера человека. Психологи выделяют два типа: экстраверты и интроверты (в чистом виде встречаются редко). Экстраверты направлены на об­щение, ответственны, причинами неудач считают свои ошибки, решительны, не ждут чуда, действуют. Интроверты - направлены на внутренние переживания, от них мало что зависит, жалуются на судьбу.

Какого типа ваш ребенок? Кого он обвиняет в неудачах? Как часто мечтает о спасительном чуде? Может ли приложить усилия для достижения цели или бросает начатое дело на полпути? Задумай­тесь, пожалуйста, об этом.

Четвертый фактор - степень внушаемости, готовность подчиниться чужой воле. В зависимость обычно попадают дети, которым не хватает самостоятельности, испытывающие трудности в приня­тии решений, готовые подчиниться лидеру. В "группе риска" находятся дети, которые мечтают быть лидерами, но так и не становятся ими. Именно они могут сутками сидеть за компьютером, вообра­жая себя властителями галактик. Им необходимо помочь реализовать свой потенциал: поддержи­вать любые начинания, развивать таланты и способности. Воспитывайте в ребенке самостоятель­ность, критический взгляд на происходящее, поощряйте инициативность. Это лучшая профилактика зависимостей.

1. Сетеголизм. Признаки зависимости.

Учитель: Сегодня практически у каждого дома есть выход в Интернет. Какой вред может прине­сти ребенку всемирная паутина?

Сетеголиками называют зависимых от Интернета людей. Им необходимо вновь и вновь заходить в Интернет, они могут потратить 12-14 ч в сутки, непрерывно скачивая музыку, программы, общаясь в чатах и на форумах. Они заводят бесконечные виртуальные знакомства, не стремясь при этом пе­ренести их в реальность. У сетеголиков наблюдается самоизоляция, потеря внутренних ориентиров, неуравновешенность, рассеянность, неряшливость, наплевательское отношение к близким и боль­шие расходы на оплату услуг провайдера.

По статистике, количество сетеголиков составляет 3-5% от общего числа пользователей Интер­нета. В основном это новички, у которых недавно появился доступ в мировую паутину, и они стре­мятся на практике опробовать все ее возможности. Со временем такие пользователи проводят в Интернете меньше времени. Но в некоторых случаях излишнее увлечение Интернетом перерас­тает в зависимость и может привести к неприятным последствиям.

1. Профилактика компьютерной зависимости.

Учитель: Игровую зависимость, как и любую другую, легче предотвратить, чем лечить. К сожале­нию, многие родители нередко сами вовлекают своего ребенка в виртуальный мир. Им кажется, что сидеть за новой компьютерной игрой - лучше, чем гулять непонятно где и с кем на улице. Но мало кто из них задумывается о том, что компьютерная зависимость приводит к ухудшению здоровья, замедленному развитию и деформации личности, утрате чувства реальности. Кроме того, компью­терная зависимость воспитывает в ребенке агрессию: дети начинают воспринимать реальный мир как угрозу, считая врагами даже своих близких.

Что же нужно делать, чтобы предотвратить развитие у ребенка компьютерной зависимости? Предлагаю вам памятки с рекомендациями на данную тему. (Учитель раздает родителям обучаю­щихся памятки "Рекомендации по профилактике развития компьютерной зависимости у младших школьников" (приложение 2).)

Уважаемые родители, за жизнь, здоровье и всестороннее, гармоничное развитие наших детей ответственны только мы с вами. Давайте помнить об этом и стараться сделать все, чтобы они вырос­ли физически и психологически здоровыми.

Чтобы понять, существует ли у вашего ребенка угроза развития компьютерной зависимости, по­наблюдайте за ним и заполните тест "Определение компьютерной зависимости у младших школь­ников" (приложение 3).

Приложение 1.



Признаки компьютерной зависимости у ребенка:

* ребенок ест, пьет чай, готовит уроки у компьютера;
* проводит за компьютером большую часть свободного времени (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;
* у ребенка практически нет реальных друзей, зато много виртуальных;
* во время игры ребенок начинает разговаривать сам с собой или с героями игры так, как будто они реальны;
* 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.

Приложение 2

Памятка для родителей обучающихся "Рекомендации по профилактике компьютерной зависимости у младших школьников"

1. Общайтесь со своим ребенком "на одной волне". С самого раннего детства делайте его своим союзником в семейных делах. Обсуждайте, а не замалчивайте семейные проблемы. Беседуя с ребен­ком, спрашивайте его мнение. Ежедневно рассказывайте, как прошел ваш день, спросите, что было интересного в его жизни. Помните, что для ребенка очень важно, как воспринимают его самые близ­кие люди. Это основа самооценки, и при таком стиле общения она будет оставаться адекватной.
2. Говорите с ребенком об отрицательных явлениях жизни, вырабатывайте устойчивое отноше­ние к злу, активное противостояние тому, что несет в себе энергию разрушения, уничтожения, дегра­дации личности.
3. Ознакомьте ребенка с временными нормами использования компьютера (ведь все хорошо в меру). Ограничьте время, проводимое ребенком за компьютером, и не позволяйте ему играть в компьютерные игры за 1,5-2 ч до сна и особенно ночью.
4. Осуществляйте "цензуру" компьютерных игр и программ. Научите ребенка использовать ком­пьютер и Интернет в помощь учебе. Следите, в какие игры играет ребенок. Старайтесь держать в домашнем компьютере игры, развивающие логическое мышление. Они могут быть не менее инте­ресными, чем "бродилки" и "стрелялки". Если вы заметили, что ребенок начинает разговаривать с персонажами игр, прекратите игру.
5. Старайтесь развивать в ребенке другие интересы, кроме компьютерных игр. Секция или сту­дия может быть любой направленности, главное, чтобы в жизни ребенка появился какой-либо инте­рес, будь то театр, космос, динозавры... Обязательно ходите всей семьей в театр, музеи, кафе, вы­езжайте на пикники. Посещайте другие города, чтобы зарядиться новыми впечатлениями и запастись приятными воспоминаниями.
6. Приобщайте ребенка к домашним обязанностям.
7. Культивируйте семейное чтение.
8. Контролируйте круг общения ребенка, приглашайте его друзей в дом.
9. Знайте место, где ребенок проводит свободное время.
10. Учите правилам общения, расширяйте кругозор ребенка.
11. Научите способам снятия эмоционального напряжения, выхода из стрессовых состояний.
12. Играйте в настольные и другие игры, приобщайте к традиционным играм.
13. Не разрешайте выходить в Интернет бесконтрольно.
14. Не забывайте, что родители - образец для подражания, поэтому сами не нарушайте правила, которые устанавливаете для ребёнка.
15. Проанализируйте, не являетесь ли вы сами зависимыми? Курение, алкоголь, телевизор? Ваше освобождение – лучший рецепт для профилактики зависимости у вашего ребёнка.

**Приложение 3**

Тест

"Определение компьютерной зависимости у младших школьников"

Уважаемые родители! Для установления наличия зависимости от компьютерных игр и Интер­нета у ваших детей предлагаем вам ответить на серию вопросов.

1. Как часто ваш ребенок играет за компьютером?

а) каждый день - 3 балла; б) через день - 2 балла; в) когда нечем заняться - 1 балл.

2. Сколько времени он тратит на компьютерные игры ежедневно?

а) 2-3 ч и больше - 3 балла;

б) час или 2 ч - 2 балла;

в) час максимум - 1 балл.

3. Кто выключает компьютер ребенка?

а) вы - 3 балла; б) иногда вы, иногда ребенок - 2 балла; в) ребенок самостоятельно - 1 балл.

4. Когда у вашего ребенка появляется свободное от учебы время, он...

а) сидит за компьютером - 3 балла;

б) иногда может и сесть за компьютер - 2 балла;

в) гуляет на улице или занимается домашними делами - 1 балл.

5. Прогуливал ли ваш ребенок учебу или другое важное мероприятие ради того, чтобы поиграть за компьютером?

а) да, прогуливал - 3 балла;

б) было пару раз, но не очень важное событие - 2 балла;

в) нет - 1 балл.

6. Делится ли ребенок впечатлениями о какой-либо компьютерной игре с вами?

а) да, постоянно - 3 балла; б) иногда рассказывает - 2 балла; в) редко, почти никогда - 1 балл.

7.Какую роль в жизни ребенка играет компьютер?

а) это для него все или почти все - 3 балла;

б) значит много, но есть много других вещей, которые для него важны не меньше - 2 балла;

в) ребенок особенно не интересуется компьютером - 1 балл.

Анализ результатов тестирования

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Балл | Степень зависимости | Рекомендации |
| 18-21 | Компьютерная зависимость явно выражена | 1. Составьте график работы за компьютером или, лучше всего, -"режим дня" для ребенка, где будет указано, какое количество времени он может проводить за компьютером (оптимально до 30-60 мин в день).  2. Проводите со своим ребенком больше времени. Это могут быть, к примеру, совместные прогулки (в магазин, кинотеатр, парк).  3. Чаще приглашайте друзей ребенка к себе домой, но следите за тем, чтобы они не собирались вокруг компьютера.  4. Если ребенок ведет себя раздражительно, то не нужно с ним спорить, оскорблять.  Дети, у которых наблюдается компьютерная зависмость, очень раздражительны и агрессивны, нужно действовать постепенно и незаметно для самого ребенка.  5. Помните: здоровье вашего ребенка в ваших руках |
| 12-17 | Ребенок не страдает компьютерной зависмо-стью, но расположен к ней | 1. Следите за тем, чтобы ребенок не увеличивал время, проводимое за компьютером.  2. Главное - не допустить того, чтобы ребенок стал компьютерозависимым |
| 7-11 | Ребенок не находится в зоне риска компьютерной зависимости | Участвуйте в жизни ребенка, тогда в будущем он будет так же психологически устойчив и к другим зависимостям |