

### «Если ваш ребенок «Геймер»»

*Пристрастие детей к играм и уход от реальности обедняет их эмоциональную сферу, сопровождаясь высоким нервно-эмоциональным напряжением из-за неумения жить. Да, ваш геймер в своей виртуальной реальности — и герой, и творец, ему просто нет равных. Даже море ему по колено. Но... когда надо чего-то добиться в действительности, он не знает, как преодолеть даже малую толику всяких препятствий. Здесь другие законы и правила. В играх просто, легко, ну а в жизни не так. Жизнь гораздо мудрее игры. А он думать привык в основном по шаблону. Но действительность жаждет другие клише. И единственный выход — замкнуться в себе, в том искусственно созданном мире, где уютно, комфортно ему стало жить, где он сам лишь вершитель всего... и при этом... без всякой ответственности.*

Безусловно, подобные мысли способствуют социальной изоляции ребенка. Ведь нередко единственный друг его — только компьютер.

Помимо всего вышперечисленного, "зависание" над экраном монитора заставляет ваших детей часами сидеть без движения, в скованных позах и неудобных положениях, приводящих к нарушению осанки и даже искривлению позвоночника, да при этом еще машинально поглощать все съедобное, что попадется под руку. По мнению ряда исследователей именно этой проблемы, под руку детям чаще всего "попадают" чипсы и пицца, которые так и тянет запить высококалорийными газированными напитками — кока-колой или же пепси-колой. Так что геймерам, помимо всего, грозит также и ожирение.

А из-за перевозбуждения нервной системы они плохо спят, доигрывая "недоигранное", потому что им суток уже не хватает на свое увлечение.

К сожалению, все эти игры, обещая развить интеллект, как гласят нам инструкции, вовсе не развивают его, а доказано, что тормозят, хотя внешне всем кажется совершенно другое. Но так хочется верить инструкциям и создателям игр, для которых так важно, чтобы мы покупали...

Ну и мы покупаем, сжалившись над мальчишками, ища поводы приобрести игры нового поколения, не задумываясь совершенно о том, что программа игры программирует также и мышление наших детей, как и их поведение, "оболванивая" их под видом развития креативных способностей. Как же нам лишиться чадо такого развития! Вот мы и не лишаем.

И если раньше, говоря о детях-геймерах, в основном подразумевались, действительно, только мальчики, то сегодня и девочки тоже пытаются от них не отстать. Но в связи с тем, что игры "рождаются" пока чаще мужчинами и с учетом особенностей мужской психологии, слабый пол не догнал еще сильный. Во всяком случае, на сегодняшний день, по данным статистики, девочки в два раза меньше тратят свое свободное время на эти игры по сравнению с мальчиками. Причем мальчиков больше всего привлекают азартные игры, связанные с борьбой или соревнованиями, и меньше всего логические игры, а у девочек более популярны как раз именно логические игры и менее — "бойцовские". Так что компьютерная зависимость развивается чаще у мальчиков. Однако если о ней позабыть, то надо бы прислушаться также к сторонникам видеоигр, которые приводят не менее веские аргументы в свою пользу, подкрепляя их тоже данными научных исследований.

Среди этих данных особенно весомы данные, утверждающие то, что у детей-геймеров практически такая же координация и концентрация внимания, как и у космонавтов. Во всяком случае, эти показатели сравнимы с показателями астронавтов из НАСА. Кроме того, такие подростки хорошо разбираются в технике. У них развито воображение. И если они даже и меньше других детей интересуются музыкой, литературой и искусством, то это в основном из-за нехватки времени на эти гуманитарные предметы и невозможности в своем коктейле жизни совместить несовместимое.

А что касается высокой степени агрессивности, по мнению сторонников-защитников, так это тоже вовсе не проблема, скорее всего, для ребенка это даже окажется полезным. Благодаря жестоким играм ваш ребенок способен реализовать свои насущные, но неосуществленные потребности, которые таятся в подсознании. Да, да, благодаря так вас волнующим "стрелялкам", ребенок просто тренирует инстинкт выживания.

Известные американские ученые Т. Райт и П. Бриденбах считают, что жестокие игры ориентируют ребенка на то, как более правильно выстроить свои отношения в обществе, и обучают "эффективной командной работе". А если они и вызывают повышенную агрессию, так с ее помощью такой ребенок преодолевает свой собственный страх, учась справляться с конфликтами в жизни. А по мнению другого исследователя, Г.Петруся, жестоким компьютерным играм присуща роль сказок со страшными эпизодами, переживая которые малыши учатся справляться со своими проблемами. В конце концов, все знаменитые сказки Андерсена и братьев Гримм тоже не лишены агрессии.

Сторонниками жестоких компьютерных игр оказались также и ученые из Института психологии РАН, доказавшие в своих исследованиях, что агрессивные игры помогают детям адаптироваться в среде ровесников без всяких вредных последствий.

А известный специалист по видеоиграм Генри Дженксинс, исследуя современные представления, связанные с этой проблемой, вообще назвал все разногласия противников-сторонников мифами и постарался развеять их. И, безусловно, главный миф среди всех мифов — миф, связанный с насилием в среде таких детей. Считая, что проблема нереальна, ученый привел аргументы, доказывающие, что не только геймеры способны на насильственные действия. Скорее всего, главное в этой проблеме — особенности личности ребенка, а также его семейные взаимоотношения.

Ученый опроверг и миф о том, что девочек не привлекают эти игры. Еще как привлекают, повышая их уровень уверенности в себе, способствуя хорошей адаптации и лучшей приспособляемости к жизни.

Не правомерны также выводы ряда исследователей о социальной самоизоляции таких детей. По данным Г. Дженксинса, 60% геймеров играют вместе с друзьями, 33% — с братьями и сестрами. А когда игра не предполагает второго игрока, то нередко кто-то наблюдает за ней рядом и дает советы.

И то, что геймеры становятся безразличными к окружающему миру, — тоже миф. Ну а если это все-таки так, то это только свидетельство, что у такого ребенка имеется ряд психологических проблем.

И наконец, не дети — главные потребители видеоигр, а их родители, которые часто предлагают ребенку новую видеоигру, не вникнув в ее содержание, хотя и покупают ее вместе с ребенком.

Словом, геймером быть даже полезно. Тем более, что многие из этих детей связывают свое будущее с компьютерной сферой деятельности. И сегодняшние "посиделки" за экранами мониторов — это только рывки к ответственному прыжку.

Конечно, для большинства родителей такое признание вроде еля на душу — у ребенка есть цель в его жизни. Он себе даже выбрал профессию, созвучную времени. Да к тому же его вам не надо искать где-то в разных компаниях, очень часто сомнительных. Он все время у вас на виду. Его даже не надо теперь забавлять. Он и сам забавляет себя. Ну а если вдруг стал неконтактным — пройдет, просто возраст такой у него. Агрессивным вдруг стал, раздражительным, злым... Так при чем здесь компьютер, когда есть ученые, доказавшие: чтоб совершить что-то страшное, у ребенка должны быть другие причины.

Но какие, какие?... Задумайтесь сами. Ведь одни и те же причины порождают у разных детей совершенно разные последствия. И если для одного ребенка ваш прессинг запретов лишь повод повиноваться, то для другого... импульс к тому самому пресловутому насилию, которое не стоит заранее нам прогнозировать, а вдруг... оно не произойдет. И именно жестокие игры становятся самыми покупаемыми, по-видимому, для встряски адреналином. А средства массовой информации постоянно сообщают нам о новых и новых актах вандализма и безжалостного насилия, совершаемых в разных

уголках земного шара невинными детьми и подростками, находящимися все время на виду у родителей, осваивающих жестокие игры.

Хорошо, когда геймер-ребенок в самом деле у вас на виду. Но ведь геймеров много и в компьютерных клубах, куда тянет все время подростков. Сейчас даже есть новый вид спорта — киберспорт. Сейчас можно участвовать даже в турнирах, причем международных, и при этом суметь выиграть призовые так же, как на других знаменитых турнирах, взять, к примеру, хотя бы популярные теннисные.

Но когда ваш ребенок в компьютерном клубе, то тут много есть "за", точно так же как "против".

"За" — в связи с тем, что он не один, у него там есть свой круг общения, даже пусть из таких же фанатов, как он, но у них общие интересы — главный стимул, чтобы ваш ребенок не был бы изолирован в обществе сверстников и не стал бы в конце концов кем-то в виде геймеровского рака-отшельника.

"Против" — тоже имеет резон: это, прежде всего, бесконтрольное поведение вашего отпрыска. Вы не можете сами влиять на его выбор игр, а в компьютерном клубе их не сосчитать... Там имеются самые "клеевые", как считают подростки, такие, о которых в домашних условиях нельзя даже мечтать. Их не купит им самый продвинутый предок, ну а если и купит, то лишь для себя, потому что они для людей только с крепкими нервами. А в компьютерном клубе может и повезти, если ты найдешь нужный подход ну хотя бы к хозяйскому сыну.

В общем, жизнь полна неожиданностей, когда в ней царствует виртуальность или же виртуальная наркомания.

Не dokonчив беседу, Толик вновь повернулся к компьютеру, и его еще хрупкая детская спинка начала содрогаться от резких движений, позволяющих ему "стрелять". А когда я решила взглянуть на экран — увидела поверженный мир: там уже даже не было больше мишеней, там уже даже не было больше людей — все валялись в каких-то неестественных позах, не в кого уже было стрелять. Но... в глазах у ребенка искрился азарт... и он вновь начал эту игру. Современно-нормальный мальчишка...

А я думала о том, что не зря психиатры сегодня различают три вида поведения у всех людей: нормативное, аддиктивное и зависимое. И конечно, когда ты — аддикт, поведение тоже твое аддиктивное, а вернее всего — пограничное между нормой и патологией. И родителям это желательно знать, каких взглядов они бы ни придерживались, кем бы ни были они — сторонниками или же относились к противникам всевозможных компьютерных игр — одного из знамений XXI века.

### **Как желательно вести себя родителям с ребенком-геймером:**

- Если ваш ребенок дошкольного возраста, приобщать его к компьютерным играм как можно позже, не раньше, чем перед поступлением в школу.
- Разрешать играть в развивающие игры, но только соответствующие возрасту ребенка.
- Прежде чем предложить ребенку новую игру, поиграйте в нее сами и только после этого решайте — полезна она ему или нет.
- Поинтересуйтесь у своих знакомых отзывами о новых играх для детей.
- Постарайтесь покупать те игры, в которых принимают участие любимые герои ребенка, известные ему из сказок и мультфильмов.
- Ограничьте время игры до 20-30 минут, но после значительного перерыва ребенку можно разрешить поиграть еще один раз.
- Не размещайте компьютер с игровой приставкой в комнате ребенка, чтобы контролировать доступ к ним.
- Постарайтесь понять, каким жанрам игр ваш ребенок отдает предпочтение, и, если это будут жестокие игры, разберитесь — почему, не связано ли это с вашими семейными конфликтами и ссорами.

- Помните: чем младше ребенок, тем больше у него шансов попасть в игровую зависимость, тем жестче необходим родительский контроль.
- При первых сомнениях, связанных с нервно-эмоциональным напряжением у ребенка в связи с компьютерными играми, обратитесь к педиатру и психологу.
- Помните, что большинство ваших пробелов в воспитании и нереализованные потребности ребенка можно узнать из образа тех героев, которых постоянно изображает ребенок в компьютерных играх.
- У ребенка должна быть всегда какая-нибудь альтернатива компьютеру — от футбола до дискотеки.
- Следите, чтобы ваш геймер ежедневно гулял и общался с друзьями.
- Приглашайте друзей ребенка к себе домой по самому малейшему поводу.
- Не превращайте компьютер в единственного друга ребенка.
- И если вам даже очень удобно, когда ваш ребенок у вас на виду часами играет в различные игры, а вы можете заниматься своими делами, помните, что дальнейшая "цена" за сегодняшнее ваше благополучие может оказаться невероятно высокой — расплата здоровьем ребенка. Так что подумайте об этом уже с первой минуты, когда вы погружаете своего малыша в пучину игр.
- Прежде, чем поощрять жестокие игры с целью выброса естественной агрессии, вспомните про "синдром Вельда", который уже начал распространяться не только на близких, но и на весь окружающий мир.
- И даже если мечта вашего геймера в дальнейшем стать тоже создателем компьютерных игр, то это вовсе не означает, что его сегодняшняя жизнь — тоже игра без правил. Но, как известно, игра без правил не бывает.
- Помните: геймерами не рождаются, ими становятся. И становятся при различных неблагоприятиях в семье, потому что уход от жизни в игру — это тоже жизнь. Так что нет смысла ругать вас за это ребенка — ищите истоки, истоки в себе.
- Используйте возрастные компьютерные игры для развития личности и талантов

### **Как не желательно вести себя родителям с ребенком-геймером:**

- Не обращать на такое хобби ребенка внимания, а, наоборот, поощрять его, покупая дошкольнику или школьнику постоянно новые компьютерные игры, не вникая, для какого возраста они предназначены.
- Считать, что жестокие игры лишь формируют мужественность у мальчиков.
- Не показывать ребенку, что, кроме компьютерных игр, есть еще и другие интересные стороны жизни.