**Проблема комп'ютерної залежності**

 Однією з проблем сучасного інформаційного суспільства є нові для педагогіки проблеми – ігроманія та комп’ютерна залежність. Це захоплення комп’ютерними іграми, інтернет-технологіями, ігровими автоматами, азартними іграми. Ігроманія – захоплення чи хвороба? Психіатри стверджують – ігроманія лікується, але боротися із залежністю потрібно на ранній стадії. Хвороба починається з прихильності до комп’ютерних ігор, яка перетворюється в паталогію.

Гра – це взаємодія. І не важливо з ким: з людьми, комп’ютером або ж з самим собою.

 Критерії, що визначають початок комп’ютерної залежності: безпричинні часті і різкі перепади настрою від пригніченого до ейфорично – піднесеного;

* хвороблива і неадекватна реакція на критику;
* наростаюча опозиційність до батьків, друзям, значне емоційне відчуження;
* погіршення пам’яті, уваги;
* зниження успішності, прогули занять;
* відхід від участі в справах, які раніше були цікаві, відмова від хобі, улюбленої справи;
* пропажа з будинку цінностей або грошей, поява чужих речей, грошові борги дитини;
* з’являється спритність, облудність;
* неохайність, нехарактерна раніше;
* напади депресії, страху, тривоги.

Пам’ятка для батьків з використання комп’ютера дитиною

* Для того щоб батьки могли контролювати використання дитиною комп’ютера, вони самі повинні хоча б на елементарному рівні вміти ним користуватися.
* Дитина не повинна грати в комп’ютерні ігри перед сном.
* Через кожні 20-30 хвилин роботи на комп’ютері необхідно робити перерву.
* Дитина не повинна працювати на комп’ютері більше 1,5 – 2 годин на добу.
* Якщо дитина відвідує комп’ютерний клуб, батьки повинні знати, в якому клубі (залі) вона буває і з ким там спілкується.
* Батьки повинні контролювати накопиченняя дитиною комп’ютерних дисків з іграми, щоб вони не завдали шкоди дитячому здоров’ю і психіці.
* Якщо дитина використовує комп’ютер безвідповідально, необхідно ввести пароль, щоб унеможливити доступ без дозволу батьків.
* Контролюйте, які саме Інтернет – сайти відвідує ваша дитина.