# *Интернет-зависимость*

# *у ребёнка.*

#  *Дети и интернет.*

Интернет сам по себе – ни добро, ни зло. Это всего лишь неотъемлемая часть окружающего мира. Разумеется, дети рано или поздно познают и эту часть мира.

Интернет можно использовать во благо ребенка.

Тем не менее, этот глобальный ресурс порой становится источником зависимого поведения уже с юного возраста.

Ряд авторов рассматривают интернет-зависимость как аддикцию, отклонение в поведении, при котором нарушается чувство реальности, ограничено руководство поступками, наконец, возникают психическая и физическая зависимость, утрачивается критика.

**Какая бывает зависимость?**

Обычно выделяют шесть типов, из которых для детей характерны три:

— Навязчивый **веб-серфинг** – беспорядочные переходы с сайта на сайт.

— Пристрастие к **виртуальному общению**

— **Игровая зависимость**  — разнообразные онлайн-игры и игры по сети.

# *Интернет-зависимость*

#  *у ребёнка.*

# *Дети и интернет.*

Интернет сам по себе – ни добро, ни зло. Это всего лишь неотъемлемая часть окружающего мира. Разумеется, дети рано или поздно познают и эту часть мира.

Интернет можно использовать во благо ребенка.

Тем не менее, этот глобальный ресурс порой становится источником зависимого поведения уже с юного возраста.

Ряд авторов рассматривают интернет-зависимость как аддикцию, отклонение в поведении, при котором нарушается чувство реальности, ограничено руководство поступками, наконец, возникают психическая и физическая зависимость, утрачивается критика.

**Какая бывает зависимость?**

Обычно выделяют шесть типов, из которых для детей характерны три:

— Навязчивый **веб-серфинг** – беспорядочные переходы с сайта на сайт.

— Пристрастие к **виртуальному общению**

— **Игровая зависимость**

# *Интернет-зависимость*

# *у ребёнка.*

# *Дети и интернет.*

Интернет сам по себе – ни добро, ни зло. Это всего лишь неотъемлемая часть окружающего мира. Разумеется, дети рано или поздно познают и эту часть мира.

Интернет можно использовать во благо ребенка.

Тем не менее, этот глобальный ресурс порой становится источником зависимого поведения уже с юного возраста.

Ряд авторов рассматривают интернет-зависимость как аддикцию, отклонение в поведении, при котором нарушается чувство реальности, ограничено руководство поступками, наконец, возникают психическая и физическая зависимость, утрачивается критика.

**Какая бывает зависимость?**

Обычно выделяют шесть типов, из которых для детей характерны три:

— Навязчивый **веб-серфинг** – беспорядочные переходы с сайта на сайт.

— Пристрастие к **виртуальному общению**

— **Игровая зависимость**

**Признаки зависимости**

«Если ребенок успевает в школе, у него хорошее настроение и нет отклонений в поведении – причин для беспокойства нет», — говорит психиатр.

Если же наблюдаются некоторые из перечисленных признаков – стоит волноваться:

— увеличение интервала времени, проводимого за компьютером,

— снижение **успеваемости** в школе,

— потеря **интереса** к происходящему вокруг,

— нарушения **сна**,

— часты резкие **перепады настроения**,

— **неадекватное поведение** в ответ на предложение выключить компьютер – вплоть до скандала.

**Профилактика**

Уберечь детей от интернет-зависимости можно, если выполнить несколько простых условий.

1. **Находите время для общения** с ребенком. Важно, чтобы в семье была [доверительная атмосфера](http://www.takzdorovo.ru/deti/podrostki/kak-postroit-otnosheniya-s-podrostkom).

2. **Будьте для ребенка проводником** в интернет, а не наоборот.

3. **Знайте, чем занимается** ваш ребенок в сети..

4. **Позаботьтесь о досуге** ребенка.

**Важный момент**: эти условия должны выполняться еще до того момента, как ваш ребенок впервые сел за компьютер, а не тогда, когда его уже из сети не вытащить за уши.

**Самое важное**

Интернет – это важный инструмент для поиска информации, обучения и общения. Для того, чтобы ребенок с головой не ушел «в сеть», родителям придется находить время для [общения](http://www.takzdorovo.ru/deti/podrostki/kak-razgovarivat-s-podrostkom) со своим сыном или дочерью и позаботиться о том, чтобы их жизнь и отдых были увлекательными и разносторонними.

**Признаки зависимости**

«Если ребенок успевает в школе, у него хорошее настроение и нет отклонений в поведении – причин для беспокойства нет», — говорит психиатр.

Если же наблюдаются некоторые из перечисленных признаков – стоит волноваться:

— увеличение интервала времени, проводимого за компьютером,

— снижение **успеваемости** в школе,

— потеря **интереса** к происходящему вокруг,

— нарушения **сна**,

— часты резкие **перепады настроения**,

— **неадекватное поведение** в ответ на предложение выключить компьютер – вплоть до скандала.

**Профилактика**

Уберечь детей от интернет-зависимости можно, если выполнить несколько простых условий.

1. **Находите время для общения** с ребенком. Важно, чтобы в семье была [доверительная атмосфера](http://www.takzdorovo.ru/deti/podrostki/kak-postroit-otnosheniya-s-podrostkom).

2. **Будьте для ребенка проводником** в интернет, а не наоборот.

3. **Знайте, чем занимается** ваш ребенок в сети..

4. **Позаботьтесь о досуге** ребенка.

**Важный момент**: эти условия должны выполняться еще до того момента, как ваш ребенок впервые сел за компьютер, а не тогда, когда его уже из сети не вытащить за уши.

**Самое важное**

Интернет – это важный инструмент для поиска информации, обучения и общения. Для того, чтобы ребенок с головой не ушел «в сеть», родителям придется находить время для [общения](http://www.takzdorovo.ru/deti/podrostki/kak-razgovarivat-s-podrostkom) со своим сыном или дочерью и позаботиться о том, чтобы их жизнь и отдых были увлекательными и разносторонними.

**Признаки зависимости**

«Если ребенок успевает в школе, у него хорошее настроение и нет отклонений в поведении – причин для беспокойства нет», — говорит психиатр.

Если же наблюдаются некоторые из перечисленных признаков – стоит волноваться:

— увеличение интервала времени, проводимого за компьютером,

— снижение **успеваемости** в школе,

— потеря **интереса** к происходящему вокруг,

— нарушения **сна**,

— часты резкие **перепады настроения**,

— **неадекватное поведение** в ответ на предложение выключить компьютер – вплоть до скандала.

**Профилактика**

Уберечь детей от интернет-зависимости можно, если выполнить несколько простых условий.

1. **Находите время для общения** с ребенком. Важно, чтобы в семье была [доверительная атмосфера](http://www.takzdorovo.ru/deti/podrostki/kak-postroit-otnosheniya-s-podrostkom).

2. **Будьте для ребенка проводником** в интернет, а не наоборот.

3. **Знайте, чем занимается** ваш ребенок в сети..

4. **Позаботьтесь о досуге** ребенка.

**Важный момент**: эти условия должны выполняться еще до того момента, как ваш ребенок впервые сел за компьютер, а не тогда, когда его уже из сети не вытащить за уши.

**Самое важное**

Интернет – это важный инструмент для поиска информации, обучения и общения. Для того, чтобы ребенок с головой не ушел «в сеть», родителям придется находить время для [общения](http://www.takzdorovo.ru/deti/podrostki/kak-razgovarivat-s-podrostkom) со своим сыном или дочерью и позаботиться о том, чтобы их жизнь и отдых были увлекательными и разносторонними.