



ДЕТСКИЕ ЗАВИСИМОСТИ

ЧТО ЭТО ТАКОЕ?

Проблема детских зависимостей стоит сейчас очень серьезно. Она усугубляется еще и тем, что многие родители просто не понимают, что это не хобби и не увлечение.

Часто к взрослым только уже на последних стадиях приходит осознание, что их ребенок не просто таким образом проводит досуг, а действительно имеет психологическую зависимость.

Многие родители считают, например, что проводить время за компьютером для ребенка гораздо безопасней, чем находиться на улице. Они не будут волноваться о том, где он находится, ведь ребенок спокойно сидит за компьютером, который, как правило, ассоциируется с культурным времяпрепровождением, и никому не мешает.

Более того, в последнее время появились новые серьезные зависимости, с которыми пока не только родители, но и специалисты не знают, как бороться.

Сам термин – «зависимость» определяет патологическое пристрастие человека к чему-либо. Например, раньше была распространена телевизионная зависимость, сейчас у детей она встречается крайне редко.

Всем известна такая страшная зависимость как наркомания. Она просто уносит жизни молодых людей. Есть и алкогольная зависимость, и курение, к которым привыкают уже в подростково-юношеском возрасте.

Все эти зависимости должны стать проблемами национальной безопасности, особенно в нашей стране, где присутствует демографический кризис, ведь если будет столько психических инвалидов, кто будет продолжать род?

КОМПЬЮТЕРНАЯ И ИГРОВАЯ ЗАВИСИМОСТЬ

Если говорить о компьютерной зависимости, то это, в основном, зависимость от компьютерных игр. Очень важное признание сделал несколько лет назад в одном из интервью выдающийся военный психолог Дэвид Гроссман.

Он сказал, что компьютерные игры, которые относятся к так называемым «стрелялкам», вообще не имеют ничего схожего с детскими играми. Это тренировки для подготовки военных. Нужда в них появилась после войны во Вьетнаме, когда у американских солдат, пришедших с этой войны, наблюдались разнообразные психические сдвиги, которые были обозначены в психиатрии как «вьетнамский синдром».

Оказалось, что даже хорошо обученные солдаты не могут без отрицательных последствий для своей психики уничтожать по приказу военного начальства мирное население, а во Вьетнаме им приходилось это делать.

Тогда перед американскими военными психиатрами и психологами встала задача придумать такие тренировки, чтобы впоследствии солдаты могли уничтожать мирное население, когда им это прикажут, без ущерба для своего психического здоровья. И так появились «стрелялки».

Дэвид Гроссман заявил, что эти тренировки попали в руки коммерсантов, которые позже наводнили ими весь мир, выдав за забаву и игру. Вот во что играют современные дети. Так что это не просто зависимость пребывания у экрана компьютера, это зависимость от демонического самоощущения всевластия над миром.

Специалисты ставят игровую зависимость в международном классификаторе болезней в один ряд с такими заболеваниями как пиромания и клептомания. Человек, попадая в зависимость от игры, желает постоянно вернуться к ней, это для него становится главным приоритетом и протестом против окружающей действительности, которая не дает ему возможности реализовать фантазии.

И следовательно человек все больше и больше «побеждая» в игре, все сильнее хочет туда вернуться, с одной стороны, с другой -

даже проигрывая, он желает вернуться, но только в этом случае, для того чтобы наверстать «упущенное», отыгаться. Получается замкнутый круг.

Вследствие этого появляется патологическое равнодушие к каким-то несчастьям в реальной жизни, ведь что они по сравнению с тем, что происходит в виртуальном мире. Многие психоневрологи говорят, что часто легче справиться с тяжелой формой наркотической зависимости, чем с компьютерной.

Мальчики, севшие на «компьютерную иглу», могут уже никогда не стать нормальными мужчинами и отцами и даже просто гражданами. Пока нет настоящего понимания о том, насколько это опасно. У компьютерозависимых детей исчезают даже жизненные потребности в еде, сне и отдыхе.

Они могут устроить истерику, когда мама настаивает на том, что пора пообедать или выйти на улицу. Они ведут образ жизни, который угрожает этой самой жизни.

Специалисты, занимающиеся проблемой компьютерной зависимости, которая по-научному называется кибераддикция, считают, что если ребенок проводит ежедневно два часа и более за компьютером, это уже можно расценивать как зависимость. Мое мнение: даже два часа – это много.

Мне кажется, что вообще на пользование компьютером должен быть возрастной ценз. Очень простой пример: топор тоже очень полезный и нужный инструмент, необходимый в жизни и хозяйстве, но ведь никому не приходит в голову давать его маленьким детям.

То же самое и здесь. Компьютер действительно очень удобен и для работы, и как способ общения, и как источник огромного количества информации, но ребенку давать компьютер опасно, потому что он может использовать его не по назначению, что может привести к большим проблемам.

Если поговорить с детскими психиатрами, которые работают с этой проблемой, понимаешь, что это такая страшная форма психической инвалидности, которую во многих случаях можно излечить, только уповав на чудо.

У детей, которые постоянно играют в эти жестокие игры, очерствляется сердце, это происходит из-за самозащиты. Нормальная защита заключалась бы в отказе от таких игр, но поскольку это зависимость, ребенок не может этого сделать.

И на какие-либо ситуации в реальной жизни он уже не реагирует так, как должен, не испытывает сострадания или сопереживания. Я думаю, что если бы взрослые осознали, насколько все это серьезно, они бы не спрашивали у специалистов, что делать с этим.

Ведь никто не спрашивает, как спрятать от детей алкоголь или лекарства. Они спрашивают, что можно поделаться, и сами тут же себе отвечают: «Ничего не поделаешь, попробуй отнять у него компьютер, он такое может сотворить!»

СПОРТИВНЫЕ ИЛИ СТРАТЕГИЧЕСКИЕ ИГРЫ

Сейчас интернет пестрит предложениями бесплатных онлайн игр на спортивную тему. «Спорт сблизает и объединяет, поэтому в онлайн играх можно приобрести новых друзей» – так обычно анонсируют эти игры.

Конечно, в отношении влияния на психику ребенка «стрелялки» находятся вне конкуренции. Но если у ребенка нарушена функция общения со сверстниками, а она, скорее всего, нарушена, если он предпочитает не с друзьями играть в спортивную игру, а прорабатывать ее на компьютере, то у таких детей важно эту функцию развивать и помогать им.

И здесь, конечно, в том числе вина и родителей, потому что если у ребенка не складываются нормальные отношения со сверстниками, то родители должны попытаться ему в этом помочь. Пойти в гости к семье, где есть ребенок примерно того же возраста, найти руководителя какого-нибудь кружка и уговорить ребенка посещать этот кружок, где он сможет найти друзей.

А получается так, что даже когда такой ребенок играет в самые безопасные развивающие игры, на его общении с реальными людьми в реальном мире ставится жирная точка. Это уже не только маловозможно для него, но и просто не нужно. Он перестает к этому стремиться. Если бы ему помогли, он смог бы справиться. Может быть, он не стал бы душой компании, но у него появилось

бы пара друзей. Не все же созданы, чтобы быть в центре внимания.

ФАКТОРЫ РИСКА

Встает резонный вопрос: «Какие факторы влияют на развитие детской зависимости»? С моей точки зрения, сегодняшняя ориентация детей на первенство и лидерство, стремление быть везде первым, главным и лучшим, губительна. И она может вызывать зависимости. Не могут все быть главными и первыми. Я уверена, что множество детей, у которых это столь модное сегодня лидерство не осуществилось в жизни, компенсирует его через компьютерные игры, где ничего не надо делать, надо только владеть простейшим навыком нажатия кнопок. Тут они могут быть и первыми, и главными. Так что те антикультурные модели поведения и мироощущения, которые навязываются сегодня, тоже играют не последнюю роль.

Очень важно, что сейчас в больших городах перестали выпускать детей во двор. Детей даже не пяти лет (например, я и многие мои знакомые гуляли одни во дворе), но и двенадцатилетних, и тринадцатилетних. Иногда я спрашиваю у родителей, которые привели ребенка на диагностический прием, о том, гуляет ли он во дворе. И родители обычно смотрят на меня как на инопланетянина и говорят: «Что вы! Разве можно выпускать ребенка во двор? Там же педофилы».

Так что получается, что у нас во дворах теперь гуляют педофилы. Но я вижу, что во дворах не гуляет вообще никто. Очень распространенная пугалка о том, что вокруг одни педофилы, сделала свое черное дело: дворы пустые, зато дети проводят свою досуговую жизнь за компьютером, и многие из них превращаются в психических инвалидов.

Сегодня взрослеющие дети нередко предоставлены сами себе. Не находя поддержки ни в семье, ни в школе, они сбиваются в стаи и взрослеют в субкультуре. То, что сейчас называют молодежной субкультурой – это никакая не субкультура, а выгребная яма, от которой тоже появляется зависимость.

Правда не всем детям хочется бесноваться на дискотеках, не всем детям нравится развязно себя вести и ругаться матом даже в разговоре с девочками. Есть много детей, которых эта вульгарность и грубость жизни отвращает. Им уютней проводить время перед компьютером.

Такие дети необязательно играют в жестокие игры, но они таким образом аутизируются. Они, может быть, читают какие-то сайты, ходят по ссылкам, просто заполняют время всякой ерундой и сидят тихо у себя дома, потому что они не вписываются в реальность, которая агрессивно навязывается нашим юным гражданам. Может быть, многие из тех ребят, которые утешаются компьютером, с удовольствием ходили бы в кружки или студии, но у многих нет возможности ежемесячно платить деньги за культурный досуг ребенка. Или просто рядом с домом ничего нет.

ЧТО ДЕЛАТЬ?

Священники, к которым приходят с этими проблемами люди, считают, что зависимости – это не только душевное повреждение, но и тяжелейшая духовная зависимость, форма одержимости. И без Церкви справиться с этой зависимостью очень трудно.

Если уж так случилось, что их ребенок стал зависимым от компьютера, прежде всего, родителям надо приложить все усилия, чтобы не допустить зависимости и отслеживать время провождения ребенка перед компьютером, а также чем именно он занят, во что он играет. Исправлять последствия упущенного случая будет, конечно, в разы тяжелее. Тогда нужно жестко отбирать компьютер у ребенка.

Сегодня родители часто очень напуганы тем, что они якобы не воспитывают детей в этом случае, а совершают над ними насилие, но эти меры никакого отношения к насилию не имеют, потому что насилие – это когда, как правило, психически неуравновешенный взрослый получает удовольствие, причиняя ребенку боль или какие-либо другие страдания. А то, о чем мы говорим, – это воспитание, в которое входит намеренное отнятие того, что приносит ему такой страшный вред.

Те родители побеждают компьютерную зависимость, которые решаются на жесткие меры, а таких немного, большинство говорит: «Нет-нет, что вы, я не могу отнять у него компьютер, потому что он говорит, что покончит с собой» (или уйдет из дома, или будет целыми днями сидеть у друга, где они все равно будут проводить время за компьютером). И все-таки те родители, которые, несмотря на все эти угрозы со стороны детей, решаются пойти против него, выигрывают. И выигрывает, конечно, и сам ребенок, ведь он исцеляется от страшной зависимости.

Сначала у него может быть так называемая «ломка», и он действительно может наговорить все что угодно, пытаясь таким образом напугать родителей, он может злиться и проявлять агрессию, но потом это состояние абстиненции, говоря языком наркологов, проходит. Взрослые, которые окружают такого ребенка, говорят о том, что он, как правило, не высказывает ничего непосредственно словами, но они чувствуют огромную благодарность, исходящую от ребенка, за то, что его избавили от того, от чего он сам был уже не в состоянии отказаться добровольно.

Нужно учитывать, что компьютерная зависимость, как правило, возникает в том возрасте, когда для ребенка актуальны не столько отношения со взрослыми, даже такими авторитетными и любимыми как родители, но со сверстниками. Компьютерная общение – это профанация дружбы, которая не может насытить детскую и подростковую потребность в личном общении.

Если у ребенка какие-либо проблемы с общением, а у него есть возможность компенсировать эти проблемы в интернете, то он поначалу чувствует себя абсолютно счастливым, получив то, чего ему не хватало. Нужно понимать, что чаще всего зависимостью страдают дети, которые занимают слабую жизненную позицию, они трусоваты, им тяжело находить общий язык с окружающими, а в виртуальной реальности они чувствуют себя свободными и сильными, они могут через компьютерные игры, например, разрушать целые города и страны.

Это в психологии называется гиперкомпенсация, когда у человека нет реального поля самоутверждения, а в юношеском возрасте это очень важно, и он ищет какие-то нездоровые и часто асоциальные способы самоутверждения.

Есть ли пути избавления от детских зависимостей? Мне бы очень хотелось, чтобы те люди, которые специализируются на правах детей, говорили не столько о физическом насилии в семье (физическое насилие в семье – это единичные случаи, если взять честную статистику), сколько об информационном насилии над детьми, о том, как растлевают детей и разрушают психику компьютерными играми.

Ведь очень легко запретить продажу этих игр. Да, кто-то будет выпускать их подпольно, но это будут единицы. Когда сегодня предлагается что-то запретить, в ответ очень модно сказать: «Дайте свой позитив». Это такая лукавая формула, получается, что нельзя вообще говорить о запрете чего-либо, если ты тут же не предлагаешь что-то взамен. В очень многих случаях запрет – это и есть позитив.

Я считаю, что нужно сократить часы информатики в школах. Ребенок может за 10-20 минут подготовиться к уроку информатики, а все остальное время использовать компьютер для других целей. А родители не могут стоять у него за спиной все время, у них нет такой возможности, тем более быть надсмотрщиком – это крайне не педагогично.

Также было бы полезно вернуть урок труда. Дети еще и потому с таким удовольствием втыкаются в экраны, что они ничего не умеют делать руками. Ведь еще недавно много времени дети посвящали ручному труду дома. Кроме того, и сами уроки требовали работы дома. Это не только полезно для развития интеллекта, но и просто интересное занятие.

Все считают, что усовершенствованная техника – главное оружие нового поколения, но в действительности это далеко не главное. Велика опасность компьютера, как и других устройств, влияющих на жизнь человека, для расчеловечивания людей. И сейчас самый важный вопрос – это останется ли вообще человек?

И.Я. Медведева.