

## Интернет-зависимость

**Интернет-зависимость** – это расстройство в психике, сопровождающееся большим количеством поведенческих проблем и в общем заключающееся в неспособности человека вовремя выйти из сети, а также в постоянном присутствии навязчивого желания туда войти. Вот самый простой тест на компьютерную зависимость у детей для родителей. Ответьте честно на следующие вопросы:

### **Ваш ребенок:**

1. Проводит время за компьютером ежедневно, не пропуская ни дня;
2. Включая компьютер, утрачивает ощущение времени;
3. Никогда не встает из-за компьютера, не завершив игру;
4. Принимает пищу возле монитора компьютера;
5. Не соглашается с вашим утверждением, что слишком много времени занят компьютером;
6. Не заканчивает игру, пока не достигнет желаемого уровня;
7. Слишком сильно гордится результатами и достижениями в играх и сообщает о них всем окружающим;
8. Не делает уроки, не слушает замечания;
9. Если компьютер сломался, сильно раздражается;
10. Если взрослые отсутствуют дома, все время проводит за компьютером.

Если на 5 вопросов теста вы ответили положительно, то уже вполне можно говорить о компьютерной зависимости ребенка. Вот такой совсем простой тест на компьютерную зависимость поможет вам выявить проблему.

Часто родителям трудно признать существование проблемы у их ребенка. Но даже если вы проблему не признаете, это не значит, что ее нет, она сама по себе не исчезнет. Пускать на самотек ситуацию никак нельзя, последствия могут быть весьма плачевны.

