



Опубликовано на Швейцария: новости на русском языке (<https://nashagazeta.ch>)

---

# Как освободить ребенка от власти виртуальной реальности? | Comment libérer son enfant de la réalité virtuelle?

Author: Лейла Бабаева, [Женева](#) , 17.05.2017.



Проблема эпохи электронных устройств (phenix.ch)

В компьютерные игры играют более 60% швейцарцев в возрасте от 12 до 19 лет, при этом приблизительно у 10% геймеров развивается зависимость. Для борьбы с нездоровой привязанностью в городе Кальвина в настоящее время тестируется специальная терапия.

| Les jeux vidéo sont populaires auprès de plus de 60% de Suisses âgés de 12 à 19 ans, dans le cas d'environ de 10% d'entre eux on peut parler d'une dépendance. Pour vaincre l'addiction, des spécialistes testent une thérapie à Genève.

## Comment libérer son enfant de la réalité virtuelle?

С ростом числа зависимых явление приобретает тревожные масштабы: дети пропускают уроки в школе, проводят целые дни перед экраном, становятся раздражительными, жестокими или испытывают трудности в общении с членами семьи. Чтобы справиться с проблемой, первостепенное значение имеет поддержка близких.

Именно в этом и заключается принцип «многомерной семейной терапии» (MDFT), которая уже показала свою эффективность в борьбе с алкогольной и наркотической зависимостью. Применительно к зависимости от [видеоигр](#) этот вид лечения тестируется в Швейцарии впервые.

В «пилотном проекте» приняли участие 60 женевских семей. Лечение направлено на восстановление диалога с близкими, на укрепление чувства ответственности родителей, с одной стороны, и оказание помощи детям, с другой.

В интервью телерадиокомпании RTS психолог Филипп Нильсен отметил, что «речь идет о перераспределении ролей с целью помочь людям почувствовать ответственность друг за друга и проявлять больше заботы». Филипп Нильсен работает в некоммерческом фонде Phénix, который оказывает помощь подросткам и взрослым в борьбе с разными видами зависимости и в настоящее время тестирует MDFT. Специалист добавил, что особенности построения видеоигр делают этот вид развлечения невероятно увлекательным. Родители, которые консультируются у Нильсена, передают слова своих детей: «Я не сумасшедший и не больной, со мной все в порядке». По словам психолога, в прошлом он не считал, что чрезмерное увлечение видеоиграми может иметь серьезные последствия, но уже полностью пересмотрел свое мнение.

Добавим, что на сегодня последствия зависимости от мира на экране компьютера все еще недооцениваются, а тем временем 75% молодых швейцарцев имеют ноутбуки и 99% – смартфоны.

В Лозанне уже начали борьбу с этим опасным явлением: в некоторых школах работают психологи, помогающие родителям победить зависимость их детей.

На сайте фонда Phénix отмечается, что сегодня мировой бюджет компьютерных игр превышает бюджет киноиндустрии. В Швейцарии около 70 000 человек стали зависимыми, а еще над 100 000 нависла угроза «виртуальной кабалы».

Терапевтический курс MDFT помогает подросткам осознать опасность такого увлечения, переосмыслить свой эмоциональный опыт и стать хозяевами своих желаний. «Ибо какая польза человеку, если он приобретет весь мир, а душе своей повредит», - евангельская фраза звучит сегодня, как и две тысячи лет назад, актуально. Родители могут постепенно вернуть себе положение лидеров в семье, восстановить эмоциональную связь с ребенком. Специалисты анализируют и другие источники влияния на зависимых: школьное окружение, друзей и т.д.

Стоит отметить, что речь идет о довольно трудной задаче для психологов, так как на сегодня проведено мало исследований на тему чрезмерного использования интернета, мобильных устройств и пр. В настоящее время эксперты хотят получить

ответы на следующие вопросы:

- какова эффективность MDFT в борьбе с увлечением компьютерными играми?
- какие проблемы сопутствуют такому пристрастию?
- каковы терапевтические особенности подхода MDFT в борьбе с зависимостью от видеоигр?
- какие результаты принесет терапия и каким будет моральное удовлетворение подростка и его родителей?

На эти и многие другие вопросы предстоит ответить в ближайшее время психологам и психотерапевтам.

Тем временем лозаннская компания MySwisstech, специализирующаяся на обслуживании электронного оборудования, предлагает уроки для родителей, которые хотят защитить своих детей от просмотра нежелательной информации и видео в интернете и по телевизору. На занятиях взрослые могут узнать, как установить защитный код на ТВ-тюнер и настроить ограничения на использование приложений для планшета и смартфона, а также ограничить интернет-трафик на мобильных устройствах, чтобы ребенок не ввел родителей в лишние расходы.

Со своей стороны, заведующий отделением детской и подростковой психиатрии Университетского госпитального центра кантона Во (CHUV) Оливье Альфон отметил в интервью журналу Bilan, что следует не запрещать, а ограничивать: например, забирать у ребенка смартфон в 9 часов вечера и отдавать на следующее утро. «При этом крайне важно все время поддерживать диалог».

[зависимость от видеоигр](#)

[интернет депрессия подростки](#)

[дети в Швейцарии](#)

Статьи по теме

[Швейцарские ученые изучают видеоигры](#)

[Дети и деньги в Швейцарии](#)

[Фильмы, интернет и СМИ: Швейцария защищает детей](#)

[Чем заняты швейцарские дети...](#)

[Дети, лишенные детства... из-за рекламы](#)

[Поиграл в «стрелялку» - стал умнее?](#)

---

**Source URL:**

[\*https://dev.nashagazeta.ch/news/sante/kak-osvobodit-rebenka-ot-vlasti-virtualnoy-realnosti\*](https://dev.nashagazeta.ch/news/sante/kak-osvobodit-rebenka-ot-vlasti-virtualnoy-realnosti)