* **Зависимость**

Интернет-зависимость чаще всего ассоциируется с играми, и родители, когда говорят о зависимости, имеют в виду прежде всего именно ее.

Сегодня играют все дети, но в разные игры. Глобально их можно разделить на две группы: первая – это **просто игры**, в которые играют час-другой в день, проходят за несколько недель, и все.

Вторая – это так называемые **массовые мультиплеерные онлайн-игры**, в которые можно играть годами, развивая своих персонажей, приобретая для них какие-то качества или оборудование и так далее.

**Если ребенок играет в такую игру, надо серьезно подумать, как это ограничивать, потому что такие игры действительно вызывают привыкание как у детей, так и у взрослых.**

Происходит это за счет того, что такие игры вбрасывают в детей якоря: один якорь – это социальные связи с другими игроками, которыми ребенок обрастает за время игры, второй – это финансовые вложения: я купил крутой танк, надо на нем покататься, я уже столько сюда вложил, что жалко бросать, третий – это потраченное время: как отказаться от игры, если я играю в нее уже полтора-два года.

Зависимость – это болезнь, к ней следует так и относиться, и если ребенок ради игры начинает отказываться от еды, от сна, и тем более если проявляет агрессию, когда ему не дают играть, то надо идти к специалисту.