

Koronawirus a kontakt z komputerem

Jest wielu rodziców, którzy dbają o to, aby dzieci nie spędzały zbyt wiele czasu przed ekranem monitora lub na telefonie i chwala im za to.

Obecny czas to jednak moment, aby **zrewidować** swoje poglądy dotyczące korzystania z tych urządzeń. **Dlaczego?** Dzieci, które weszły w wiek dorastania wymagają kontaktów z rówieśnikami. To jest ich świat, gdzie dowiadują się dużo o sobie ale i o innych, sprawdzają siebie w relacjach z innymi, dowiadują się ile znaczą dla innych, jak są ważni czy atrakcyjni ale i też redukują swoje niepokoje.

Izolacja jest trudna dla każdego a jeszcze trudniejsza dla nastolatka, który jest pozbawiony bezpośredniego kontaktu z rówieśnikami. **Pozbawienie dziecka grupy to jak pozbawienie go powietrza**, którym oddycha. Nie mówcie mu, że musi być już taki dorosły, że ma wszystko zrozumieć co dzieje się wokół, że ma wytrzymać. Jasne, ma nie wychodzić z domu, ale czy to oznacza, że nie ma mieć kontaktu z rówieśnikami?

Ważne jest, aby szczególnie rodzice, którzy znacząco dotychczas ograniczali dziecku korzystanie z Facebooka, Messengera lub innych platform społecznościowych albo też kompletnie mu tego zabraniali umożliwili mu bycie w grupie, nie tylko poprzez wiadomości tekstowe, ale i też przez **bezpośredni wizualny kontakt** (kamerka). Pomyślcie ile frajdy przyniesie dziecku pokazanie kolegom swojego pokoju przez kamerę, zaprezentowanie swoich zwierzaków, robienie głupich min do kolegi czy też po prostu popatrzenie na sympatyczną i przyjazną twarz koleżanki. Będzie to namiastką realnych kontaktów, da szansę porozmawiania z kimś w ich wieku, przegadania po swojemu tego co się dzieje, obniżenie niepokoju czy po prostu szansa na zabawę i relaks.

Rodzicu nie bądź sztywny, uelastycznij się! Jest czas na to, aby dostosować się do nowych warunków, by jak najmniej kryzysowo je przejść.

Aleksandra Lachowicz