

Почему у детей может формироваться зависимость от гаджетов?

Счастливым, гармонично развивающимся ребенком, скорее всего, не будет испытывать повышенную тягу к гаджетам. Чаще всего такая патологическая зависимость формируется, когда нарушено равновесие и гармония во внутреннем мире ребенка, когда есть незаполненная пустота:

- семейные проблемы, ссоры между родителями;
- неуверенность ребенка в себе, проблемы в общении со сверстниками;
- недостаток контакта с окружающим миром: родители мало общаются с ребенком (не на тему учебы, например, а просто о жизни ребенка, его интересах, волнениях, событиях и др.), играют, гуляют, мало времени проводят вместе; у ребенка нет интересного занятия, которое бы его вдохновляло, стимулировало к самовыражению, творчеству и др.



10 советов родителям как предупредить или победить зависимость от гаджетов у детей

- Больше общайтесь с ребенком, обсуждайте с ним свои и его чувства.
- Повышайте самооценку ребенка – поощряйте и хвалите детей.
- Не стоит давать гаджеты ребенку перед сном, т.к. они вызывают перевозбуждение и могут возникнуть проблемы со сном.
- Стимулируйте разнообразную занятость ребенка. Приобщайте его к домашним делам.
- Нормы занятия за компьютером: для учащихся 1-2-х классов(7-8 лет) до 20-30 минут в день, для учащихся 3-4-х классов(9-10 лет) до 30-40 минут в день.
- Покажите личный пример. Дети всегда копируют взрослых.
- Наберитесь терпения для противостояния манипуляции со стороны ребенка.
- Обязательно наличие у ребенка альтернативных увлечений: чтение книг, рисование, танцы, лепка, все, что приносит удовольствие
- Интересуйтесь, чем занимается ваш ребенок за компьютером. Будьте вместе, рядом с ребенком. Учите ребенка общаться, мириться, договариваться со сверстниками.

452009 РБ г. Белебей
ул. Красная, 134
Центральная детская библиотека
Тел: (834786) 4-10-95
Эл. Почта: belebeicdb@mail.ru
Сайт: <http://www.cdb.belebeycbs.ru>
ВК: <https://vk.com/cdb.belebey>

МАУК «ЦМБ»
Белебеевского района РБ
Центральная детская библиотека



СОВРЕМЕННЫЕ ДЕТИ И ГАДЖЕТЫ

СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ

Белебей
2024

Что такое гаджеты?

Гаджет (с английского языка – gadget, что обозначает «техническая новинка») — небольшое устройство, предназначенное для облегчения и усовершенствования жизни человека. Гаджеты широко распространены в самых разных сферах: спорт—фитнес-трекеры, смарт-браслеты, спортивные девайсы, смартфоны, планшеты, музыкальные плееры, игровые приставки и т.д.

Как распознать зависимость от гаджетов у ребенка?

Если гаджеты занимают все сознание ребёнка, можно говорить о том, что формируется зависимость. Распознать ее можно по следующим признакам:

- Ребёнок перестаёт интересоваться реальной жизнью: не играет в игрушки, не стремится к общению со сверстниками.
- Отношения с родителями отходят для ребёнка на второй план, и вместо совместного занятия он так же предпочитает проводить время с планшетом или компьютером.
- Попытки ограничить время за играми и мультиками вызывает бурный протест и истерику.



Виды зависимости от гаджетов

- Игровая—это болезненная тяга к компьютерным играм;
- Сетевая—это зависимость от соцсетей, желание проводить в них много времени. Соцсети чаще привлекают детей с заниженной самооценкой, которые боятся проявить себя в обществе.
- Серфинговая—эта зависимость самая сложная: дети часами просматривают познавательные и развлекательные ролики, читают информацию, но не применяют в жизни. Кажется, что они занимаются полезными делами, развиваются. Но на самом деле, но на самом деле это не так. Ничто не может заменить личного опыта.



Положительное влияние гаджетов на ребенка

- ⇒ Работа с гаджетом развивает внимание, логическое и абстрактное мышление
- ⇒ Планшет, телевизор и Интернет являются основными источниками информации
- ⇒ Ребёнок учится принимать самостоятельные решения и быстро переключаться с одного вида деятельности на другой
- ⇒ Гаджеты – отличный способ самообразования: можно изучать иностранные языки, научиться рисовать и т.д.
- ⇒ Возможность зафиксировать любой момент жизни (фото, видеосъёмка)

Отрицательное влияние гаджетов на ребенка

- ⇒ Повышение детской жестокости и агрессивности
- ⇒ Быстрое переутомление
- ⇒ Ухудшение зрения, слуха
- ⇒ Страдает мелкая моторика рук
- ⇒ Нарушение кругозора
- ⇒ Перенос виртуальных событий в реальность