

Консультация для родителей «Ребёнок и гаджеты»

С каждым годом **гаджеты** всё сильнее затягивают в виртуальный мир и нас, и наших детей. Но если мы ещё способны включить волю и отложить смартфон в сторону, то малыши от него сами оторваться не могут. Как помочь им преодолеть эту зависимость, если дело зашло слишком далеко?

Начинается всё с банальности: папа устал, мама на пределе, малыш ноет, но стоит включить смартфон - и в семье моментально воцарился мир. Пока кроха с довольным видом смотрит мультфильм или разучивает цвета, можно и выспаться и суп сварить. А дальше аппетиты растут. Испив один глоток свободы, останавливаться уже не хочется. Так постепенно просмотр мультиков с одной серии увеличивается до трёх, а то и до пяти подряд. К цветам быстро добавляются формы, потом буквы с цифрами. А что тут плохого, ведь **ребёнок не бездельничает**, а занимается полезным делом! Но **ребёнок втягивается**, начинаются скандалы, потому что расставаться с **гаджетом** он в какой-то момент категорически отказывается. И мама уже не может почитать ему сказку, а папа-поиграть с ним в машинки. Кроху такие развлечения перестают интересовать. К сверстникам он тоже становится равнодушен: общаться с ними скучно. Малыш готов весь день проводить в компании с планшетом, делая перерыв только для того, чтобы поесть или погулять. Тревожные сигналы накапливаются, но, когда к ним прибавляется проникновенная фраза по утрам: «Можно я немного поиграю, пока ты готовишь завтрак? Мне хочется пройти этот уровень», **родители прозревают**. А когда приходит осознание, что увлечение **гаджетом** переросло в зависимость, начинается паника.

Группа риска.

Наибольший риск застрять в виртуальном мире отмечается у малышей, которые от природы очень восприимчивы к слуховым и зрительным образам. Видеоигры и мультфильмы эту потребность

удовлетворяют с полна. Во вторую группу попадают тревожные дети. Им нежна предсказуемость, она их успокаивает. Третья категория- это чувствительные малыши. Они слишком эмоционально воспринимают отказ, поэтому им проще общаться с **гаджетом**.

Многие современные **родители считают**, что не имеют морального права что- либо запрещать своим детям. Они придерживаются этой позиции даже в тех случаях, когда речь идёт о здоровье **ребёнка**. К тому же это действительно удобно: включив **гаджет**, можно «**выключить**» **ребёнка**. Но в момент, когда малыш сливается с экраном, в его жизни появляется другой мир - яркий и идеальный. Если такие погружения **ребёнок** совершает часто и надолго, возвращаться в обыденность не хочется. А зачем, если у него «там» есть все, что ему нужно. Точнее, все, что он недополучает от **родителей**. Если мама не в духе или устала, уговорить её поиграть не получится. Если папа сделал что-то смешное, он повторит эту сценку максимум три раза, и то если удастся его упросить. А **гаджет предсказуем**, у него не бывает плохого настроения, чего не скажешь о сверстниках и взрослых. Он никогда не устанет, не читает нотации и проигрывает полюбившийся сюжет хоть сто раз по первому требованию. С живыми людьми так взаимодействовать не получается. Малыш понимает это очень быстро, и желание общаться, выдерживать критику со стороны **родителей**, договариваться, предпринимать какие - либо усилия ради достижения заветной цели постепенно пропадает. Если с **гаджетом** **ребёнок** проводит больше времени, чем с людьми, он не получает опыта живого общения. Отсюда проблемы с коммуникацией и социализацией и в детском саду, и в школе, и во взрослой жизни. Кроме того, уставившись в экран, малыш не удовлетворяет одну из базовых потребностей - он не имеет возможности активно двигаться и чувствовать своё тело. Мелкая моторика тоже не развивается. Даже если кроха научился виртуозно нажимать на сенсорные клавиши, радоваться тут нечему: этот навык не приносит ему большой пользы. Чтобы производить манипуляции пальчиками, важно тренировать и степень нажима, и силу мышц, иначе удерживать руку и кисть в

нужном положении не получится. А **гаджеты устроены так**, что лёгкое прикосновение к экрану даёт результат. И это приятно: детям тоже нравится чувствовать себя успешными. Неудивительно поэтому, что маленькие геймеры не любят лепить из пластилина и рисовать обычными карандашами: это гораздо сложнее.

Что делать?

Чтобы избавить детей от зависимости, нужно действовать поступательно.

1) Войти с **ребёнком в контакт**. Если мы говорим о настоящей зависимости, общение придётся налаживать через **гаджет**. И этого не надо бояться. Самое главное, чтобы малыш в этом процессе обнаружил другого живого человека, которому он может доверять. Обратите внимание, какие сюжеты, мультфильмы, задания интересуют его больше всего. Одним нравятся «бродилки», другим «стрелялки». Ваша задача – понять, чему **ребёнок радуется**, и попытаться это удовольствие с ним разделить. На практике. Просто садитесь с ним рядом и наблюдайте, как он играет, или вместе смотрите мультфильмы и комментируйте их. Если вы всё делаете правильно, вскоре малыш проявит инициативу и сам пригласит вас к игре. Это будет ваша первая победа.

2) Второй этап - перенос игры из цифрового мира в реальность. Например, если малыш подсел на мультики, купите ему плюшевые или пластиковые копии игрушек главных персонажей и попытайтесь воссоздать тот же сюжет по эту сторону экрана. Если в магазинах то, что вам нужно не продаётся, включайте фантазию, можно сделать нужных вам героев своими руками. Только не оставляйте **ребёнка одного**, иначе толку не будет. Сейчас важно, чтобы игра была совместной.

3) На самом деле конечная цель заключается в том, чтобы разбить стереотипы. Для этого, сюжеты, в которых **ребёнок** «застревает», нужно перевернуть в другую сторону. Однако делать это резко и бесцеремонно нельзя, иначе он замкнётся в себе. Пытаясь играть по другим правилам, вы обесцените то, что для малыша действительно дорого и важно. А так легко испортить всё дело. Предлагать нововведение можно после того, как вы много –много раз проиграете знакомые сюжеты, и почувствуете, что лёд тронулся. На этом этапе нужно создавать игровые препятствия и логические несоответствия от лица одного из персонажей. Запомните: вы не можете режиссировать игру от своего лица. Действовать следует от лица того персонажа, чью роль вы в данный момент исполняете!

4) Вторая часть вашей работы будет заключаться в том, чтобы дать **ребёнку те ощущения**, которые **гаджет дать не может**. Речь идёт о тактильном контакте и активных играх. В те моменты, когда кроха расстаётся с планшетом, предлагайте ему любые «сенсорные» развлечения. И обязательно добавляйте игровой элемент в зависимости от его увлечения.

5) Даже если зависимость очень сильная, редко кто из малышей отказывается от прогулок. И этим обстоятельством тоже нужно пользоваться, особенно если у вас есть возможность вывести маленького геймера на море или на природу. Когда дети играют на улице, они получают максимум сенсорных ощущений, поэтому впечатления и получаются такими яркими. Только не забывайте, что все полученные удовольствия на прогулке должны быть совместными. Когда он увидит, что вы с энтузиазмом участвуете в его забавах, между вами появляется эмоциональная связь. И он почувствует, что вы на одной волне, а потом можете посоветовать что-то стоящее. Тогда ему станет легче согласиться на ваше предложение поиграть в новую игру, а не в **гаджет**.

