|  |
| --- |
|  |
| |  | | --- | | [Консультация для родителей по теме: "Социальная зависимость детей дошкольного возраста от гаджетов"](http://doshkolnik.ru/ikt-deti/15847-konsultaciya-dlya-roditeleiy-i-pedagogov-po-teme-socialnaya-zavisimost-deteiy-doshkolnogo-vozrasta-ot-gadzhetov.html)  C:\Users\Зинира Каимовна\AppData\Local\Microsoft\Windows\INetCache\Content.Word\зависимость.jpg«Забери у ребенка телефон…»  Педагог – психолог: Табунщикова Наталья Владимировна |   Телефоны, планшеты, игровые приставки, компьютеры, телевизоры – это вещи без которых современные дети не могут обойтись. А родители могут? Много ли из нас тех, кто проводит хотя бы один день без этих устройств? Думаю, что нет! А чего же тогда ожидать от детей?   Многие родители специально дают своим детям гаджеты. Цели могут быть разными: для развития ребенка, пресечения его капризов и истерик, во время долгого ожидания в очередях или чтобы выкроить для себя немного свободного времени. При этом знакомить ребенка с гаджетами они начинают уже с первого года жизни. И напрасно! Поскольку в раннем дошкольном возрасте у ребенка возникают особые эмоциональные отношения с близкими людьми. Это время, когда роль любящего родителя незаменима и любые *«электронные няни»* могут необратимо навредить ребенку, сформировав аутичные черты в его поведении.  В период дошкольного детства ребенок осваивает важнейший навык – ролевую игру, в процессе которой он воспроизводит поведение взрослых. В игре ребенок сначала эмоционально, а затем интеллектуально осваивает всю систему человеческих отношений, а из отношения к другому человеку формируется смысл поступков и действий.  Компьютерная же игра, в исполнении дошкольника, имеет другую психосоциальную структуру.  Для компьютерной игры характерны:   * преобладание механического следования игровому протоколу с погружением в полисенсорный мир звуков и ярких цветовых эффектов; * многократный повтор действия для достижения результата; * малоосмысленное продвижение по уровням сложности; * попытки поймать, отсортировать или собрать что-то, преодолевая однотипные препятствия, уничтожая возникающие на пути преграды.   Такая игра не требует высокого интеллектуального потенциала, творчества, умения разговаривать, договариваться и сотрудничать, проявлять личностные душевные и нравственные качества.  Игра ребенка на компьютере или планшете не требует эмоциональной включенности в этот процесс родителя, его участия, помощи и содействия, что отражается на степени детско-родительской привязанности. Роль родителя трансформируется: постепенно ребенок воспринимает его как *«хранителя гаджета»* или досадное препятствие на пути к любимому устройству.  Тесное *«общение»* ребёнка с компьютером вызывает неоднозначное отношение: с одной стороны сейчас действительно без компьютера – никуда. С другой стороны, постоянное сидение за компьютером чревато серьёзными последствиями. Самым опасным из них является формирование у ребенка зависимости от компьютера, которая является настоящей болезнью, требующей лечения.  Какие проблемы наблюдаются у детей с зависимостью от гаджетов?   1. Когда ребёнок поднимает глаза, т.е. *«достаёт»* их из своего цветного феерически нереального мира, что предоставляет ему гаджет, он испытывает сильный дискомфорт и реальные психологические трудности восприятия окружающего пространства и людей в нём. 2. Реальность нас окружающая, не столь яркая и уж совсем не эстетично организована – обычная серость и убогость бытия, грязь и бардак – *«глаза бы мои это не видели»* — и снова хочется погрузиться в красоту нереально красивого мира! 3. В реальном мире редкие объекты находятся в постоянном движении, а зрительный центр мозга уже *«натренирован»* видеть и фокусироваться только на том, что движется, а что не движется — мозг просто даже не распознаёт как объект или с низким уровнем резкости, что доставляет дискомфорт и неприятные ощущения, часто даже болевые. 4. Ребёнок утратил заложенную в нем способность самому следить за происходящим. Чтобы самому следить за происходящим в реальном мире, надо уметь управлять своим телом, уметь воспринимать информацию и взаимодействовать с реальными объектами, которые действуют автономно от тебя.   **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 стремиться 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.   Чем опасны гаджеты?  1. Планшеты и телефоны провоцируют болезни глаз:   * Близорукость. Этот недуг возникает, если ребёнок часто и подолгу играет на планшете, а расстояние от устройства до глаз менее 60 см. К тому же маленькие объекты заставляют очень сильно напрягаться глазные мышцы и даже могут спровоцировать их спазм. Поэтому чем меньше устройство, тем оно опаснее для здоровья глаз. * Конъюнктивит. Когда ребёнок увлекается, он забывает моргать. Вследствие чего глаза пересыхают, возникает ощущение, как будто в них попал песок. Дети начинают тереть свои глазки не всегда чистыми руками, что и приводит к конъюнктивиту.   2. Чем выше компьютерная зависимость, тем слабее иммунитет.   * Нарушение осанки влечёт за собой проблемы в формировании костно-мышечного скелета ребенка, а также сбой в его системе кровоснабжения. Кстати, именно поэтому дети могут жаловаться на головную боль. Лучший способ избавиться от неё – получить хорошую физическую нагрузку. * Нарушения ритма дыхания. Зачастую компьютерные игры держат детей в таком напряжении, что они забывают дышать. Недостаток кислорода плохо влияет на многие, если не все функции нашего организма.   Как победить детскую зависимость от компьютерных устройств?  Эту зависимость и побеждать не надо, стоит только вовремя ребёнку показать, что в мире существует много других интересных вещей. А маленьким детям не стоит совать в руки планшет только для того, чтобы он перестал капризничать.  У ребёнка обязательно должны быть альтернативные увлечения и лучше, если их будет много. Например, рисование, конструирование, лепка. Только надо найти такие занятия, которые будут доставлять ему удовольствие.  Необходимо всячески поощрять друзей, которые с удовольствием гоняют на велосипедах, роликах, скейтбордах, играют в футбол, волейбол или другие подвижные игры. Родителям надо обязательно подкидывать своим детям интересные игры и идеи совместного времяпрепровождения.  Быть примером для своих детей. Не хвататься за телефон каждую свободную минутку, чтобы посмотреть, что новенького появилось в социальных сетях. А за пару часов до сна вообще выключать и убирать все гаджеты подальше. Давать детям играть в гаджеты перед сном не рекомендуется, так как ребенок может перевозбудиться и от этого плохо спать или не заснуть вовсе.  Таким образом, родителям важно не допустить, чтобы гаджеты в жизни ребёнка стали источником проблем. Грамотное и умеренное использование гаджетов действительно будет способствовать развитию ребёнка и поможет ему шагать в ногу со временем. |

**Проблема аддикции *(зависимости****)* возникает из-за стремления индивида к уходу от реальности, связанному с изменением психического состояния.

Детские психиатры и психологи указывают на обострение проблемы развития зависимости детей от телевидения и компьютеров в 21 веке, в связи с чем, актуальней становится разработка мероприятий по профилактике аддиктивного поведения, связанного с негативным воздействием средств массовой информации на подрастающее поколение.

Мы видим, что представленный комплекс нарушений весьма сложен. Поэтому реабилитация поведения таких детей должна начинаться, прежде всего, с **коррекции психической патологии**. Основной подход – комплексный. Он осуществляется путем целенаправленного применения психолого-педагогических средств и приемов с непременным использованием прикладных медицинских знаний. Оздоровление детей дополняется воспитанием, которое растворяется в лечении психолого-педагогическими методами воздействия, **а работа врача, психолога и педагога объединяется здесь в одно целое.**

Делая вывод по всему вышесказанному, хочется отметить, что запрещать своим детям пользоваться современными устройствами не стоит. Все-таки мы живем в век технологий, и знания в этой области очень пригодятся в будущем**.**

**Главное, чтобы родители контролировали время, которое ребенок проводит с компьютером или планшетом. И не забывали, что нельзя подменять реальное общение с крохой никакими новомодными устройствами**.

****