

Современные дети в мире гаджетов

Подготовила педагог-психолог:

Канищева М.А.

Современным людям трудно представить свою жизнь без гаджетов. Смартфоны, планшеты и т.д. прочно вошли в нашу жизнь и стали настоящими помощниками. С каждым годом гаджеты все сильнее затягивают в виртуальный мир и нас, и наших детей. Но если взрослый человек может проявить волю и отложить смартфон в сторону, то ребенок самостоятельно от него оторваться не может. Ответственные родители обеспокоены тем, что экраны притягивают детей все больше и окружающий мир становится им менее интересным.

Дети не могут самостоятельно контролировать время нахождения с гаджетами. Они волнуются, становятся агрессивными или подавленными, проводя больше времени с ними в ущерб свободной игре, творчеству, прогулкам. Психологи называют это синдромом отмены и заменой реальности. Взросление детей наедине с Интернетом и гаджетами уже привело к заметным изменениям: у многих детей позже появляется экспрессивная речь, а когда они начинают говорить, дети копируют дикцию и тон (интонирование), которое напоминает интонирование в «развивающих» приложениях. Меняется и мышление ребенка, которое упрощается из-за голосовых помощников в гаджетах и телеприставках, которые приучают наиболее просто формировать запросы. Для взрослых это не страшно, так как они могут и более сложно сформулировать фразы, а для детей это становится проблемой, так как у них изначально начинает формироваться упрощенное мышление и им сложно формировать речь с разными подтекстами.

Также сильное влияние гаджеты оказывают на детскую память и внимание. Современным детям сложнее концентрироваться и удерживать внимание длительное время. А многие передачи на ТВ, простые мультфильмы, кажутся скучными, и дети их смотрят фоном, совмещая это с другими делами. Ученые называют это многозадачностью и говорят о том, что формируется «непрерывное рассеянное внимание», когда человек следит за всем сразу, но ни на чем не сосредотачивается. А

игры учат добывать алмазы или какие-то другие вознаграждения, но при этом оказывают влияние на мотивацию. Нам сложно фокусироваться на получении отложенной выгоды, и дети хотят все получать «здесь и сейчас», а не долго работать на результат.

Кто попадает в группу 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 сполна. 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 ребенок сливается с экраном, в его жизни появляется другой мир – яркий и идеальный. Если такие погружения ребенок 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 ее поиграть не получится. Если папа сделал что-то смешное, он повторит эту сценку максимум три раза, и то если удастся его упрямить. 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 любимейшей сюжет хоть сто раз по первому требованию. С живыми людьми так взаимодействовать не получается.

Ребенок 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 ребенок проводит больше времени, чем с людьми, он не получает опыта живого общения. Отсюда проблемы с коммуникацией и социализацией в детском саду, затем в школе, а в последствии во взрослой жизни.

Кроме того, в руках с гаджетом, ребенок не удовлетворяет одну из базовых потребностей – он не имеет возможности активно двигаться и чувствовать свое тело. Мелкая моторика тоже не развивается. Даже если ребенок научился виртуозно нажимать на сенсорные клавиши, радоваться тут особо 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 легкое прикосновение к экрану дает 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.

Чтобы избавить детей от зависимости, нужно действовать поступательно.

1. Войти с ребенком в контакт.

Если мы говорим о настоящей зависимости, общение придется налаживать через гаджет. И этого не надо бояться. Самое главное – чтобы ребенок 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 ребенок 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 все делаете правильно, вскоре малыш проявит инициативу и сам пригласит вас к игре. Это будет ваша первая победа.

2. Перенос игры из цифрового мира в реальность.

Если ребенок «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 продается, включайте фантазию, можно сделать нужных вам героев своими руками. Только не оставляйте ребенка одного, иначе толку не будет. Важно чтобы игра была совместной.

3. Разбиваем стереотипы.

Сюжеты, в которых ребенок «застревает», нужно перевернуть в другую сторону. Делать это резко нельзя, иначе он может замкнуться в себе. Пытаясь играть по другим правилам, вы обесцените то, что для ребенка действительно дорого и важно. Предлагать нововведение можно после того, как вы много – много раз проиграете знакомые сюжеты, и почувствуете, что лед 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. Новые ощущения.

Нужно дать ребёнку те ощущения, которые гаджет дать не может. Речь идет о тактильном контакте и активных играх. В те моменты, когда ребенок расстается с планшетом, предлагайте ему любые «сенсорные» развлечения. И обязательно добавляйте игровой элемент в зависимости от его увлечения.

5. Прогулки на свежем воздухе.

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.

Надеюсь, что данная информация была полезна для Вас!