

СОВЕТЫ ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА

Шестак Мария Сергеевна

педагог-психолог

МАДОУ «МАЯЧОК» СП-Д/С № 25

Гаджеты и дети: плюсы и минусы

Жизнь современного человека уже не представляется без таких вещей, как планшет, телефон, компьютер, без них мы испытываем, мягко говоря, дискомфорт. И это речь об имеющих волю и мотивацию взрослых, которые помнят «догаджетовый мир».

Дети же, наблюдая за жизнью взрослых, с пелёнок начинают интересоваться гаджетами: раз мама и папа так много внимания уделяют этим вещам, значит, они действительно интересны. Для детей гаджеты – это реальность, естественная среда обитания, в которой они растут и формируются.

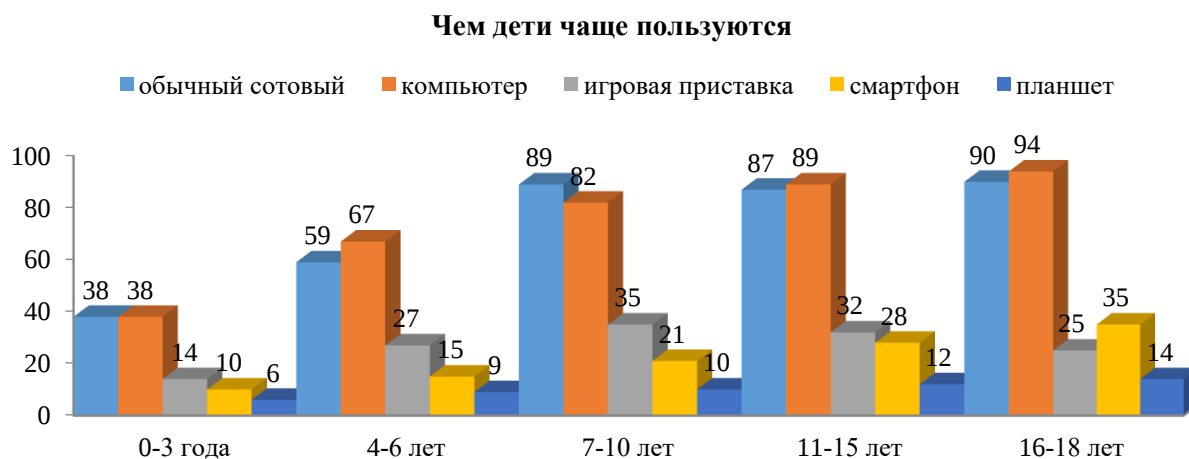
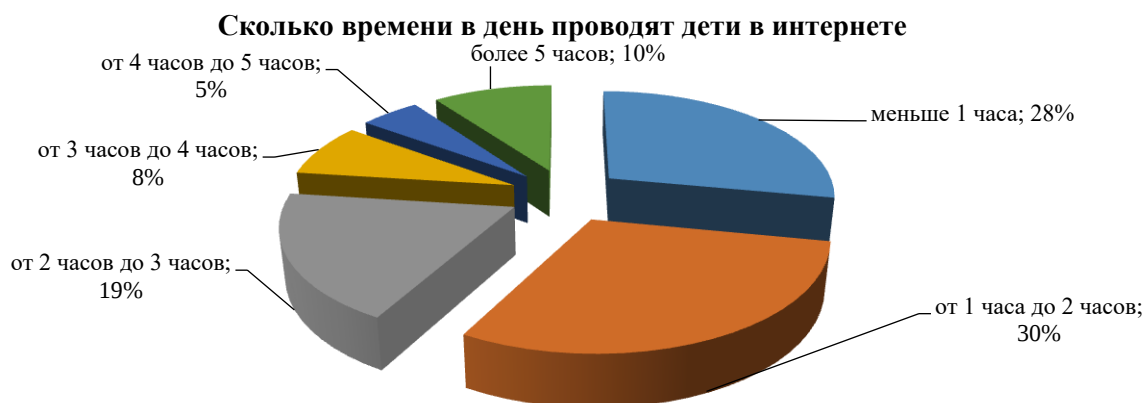
Сложно переоценить роль телефона для взрослого человека – это возможность быть на связи, найти любую информацию, работать на «удаленке», записаться на прием, совершить покупку, а также общение, развлечение, отдых, досуг и многое другое.

Но, если задуматься, какую роль современные приборы играют в развитии детей, то ни телефон, ни планшет не являются необходимым условием для развития ребенка, и даже, наоборот, могут принести вред.

Согласно статистике среднестатистический семилетний европеец уже провел у экранов больше года своей жизни!!!

«Яндекс Плюс» представил результаты исследования об использовании гаджетов детьми.

Примечательно, что по мере взросления ребенка потребность в обучающем контенте растет. Если среди дошкольников только четверть смотрит обучающие видеоблоги и короткие образовательные видео, то среди школьников эта доля достигает 40% у обучающихся начальных классов, 47% у детей 11-12 лет.



Последние наблюдения и исследования, доказывают, что у трехлетнего ребенка, который растёт у экрана гаджета, речевое развитие задержано в сравнении со средней нормой на полтора-два года, то есть в активной речи у крохи 10 – 15 лепетных слов.

Для ребёнка раннего возраста, у которого образное мышление ещё только формируется, развивающий эффект от мультиков и передач стремится к нулю. Когда ребёнок активно осваивает мир предметов, важно, чтобы у него были задействованы все каналы восприятия. Чтобы понять, что кубик квадратный, а мяч круглый, ему недостаточно увидеть изображения – обязательно нужно потрогать, ощутить ручками грани и рёбра кубика, округлость мяча.

В итоге развивающее видео даёт однобокий эффект: формально ребёнок что-то запоминает, но фактически не осваивает информацию глубоко и качественно. Простыми словами, у ребенка не формируется целостное представление о предметах (размер, форма, цвет, вес, запах), а только зрительный образ. В первые два года жизни ребенка его мозг увеличивается в 3 раза. А к росту побуждает именно воздействие внешних стимулов, и это должны быть реальные предметы, взаимодействие с родителями.

На экране гаджета или компьютера слишком быстро мелькают кадры и не дают зрителю сфокусироваться и осмыслить информацию. Формируется клиповое мышление. Критичность снижается. Яркие картинки, звуковые эффекты привлекают непроизвольное внимание крохи, ребенок получает от этого огромное удовольствие и очень быстро развивается зависимость. Ученые во всем мире бьют тревогу и говорят: «В жизни детей до трех лет вообще не должно быть гаджетов!»

Важно – максимально продлить период «нецифровой игры». Чем позднее ребенок познакомится с телефоном или планшетом, тем лучше.

Родители, которые вводят в режим просмотр гаджетов во время приёма пищи, сами провоцируют развитие зависимости уже в самом раннем возрасте. Реальное общение подменяется планшетом или телефоном. В дальнейшем это может привести к тому, что ребёнок не сможет сосредотачиваться на самом процессе приёма пищи и у него возникнут проблемы с усидчивостью и вниманием, трудности в общении.

Зависимость от гаджетов – это чрезмерное и неконтролируемое использование смартфонов, планшетов и других цифровых приборов, которое негативно влияет на физическое, эмоциональное и социальное развитие ребенка.

Основные признаки зависимости у ребенка:

- постоянное и непреодолимое желание пользоваться гаджетом,
- ребенок раздражается, если выделенное на телефон время закончилось или пришлось отдать гаджет.
- потеря интереса к другим занятиям,
- ухудшение сна, снижение концентрации внимания,
- эмоциональные реакции (агрессия, тревожность, подавленность при невозможности воспользоваться гаджетом).

Как предупредить или победить детскую зависимость от компьютерных устройств?

1. Стимулируйте разнообразную занятость ребенка. Приобщайте его к домашним обязанностям, культивируйте семейное чтение, играйте вместе в настольные и другие игры, приобщайте ребенка к играм своего детства. У ребёнка обязательно должны быть альтернативные увлечения, такие занятия, которые будут доставлять ему удовольствие. И лучше, если их будет много: рисование, конструирование, лепка, путешествия, экскурсии, прогулки, чтение, книги.

2. Повышайте самооценку ребёнка. Поощряйте и хвалите детей. Создавайте для них ситуации успеха.

3. Учите ребенка общаться: знакомиться, мириться, договариваться со сверстниками.

5. Подавайте личный пример. Дети всегда повторяют взрослых и если родители все свободное время проводят в интернете или за играми, то и ребенок будет вести себя также.

6. Устанавливайте правила и временные ограничения на использование гаджетов. Например, не пользоваться телефоном во время еды, отказаться от телефона за два часа до сна и др. Специалисты рекомендуют ограничивать время пользования:

- 25 мин для детей 5–6 лет,
- 30 мин для детей 6–7 лет.)

Наберитесь терпения для того, чтобы противостоять манипуляциям.

7. Интересуйтесь, чем занимаются ваши дети за компьютером. Сформируйте безопасный контент, используйте функцию «родительский контроль». Будьте рядом, будьте вместе с ребенком. Обсуждайте игры, в которые любит играть ребенок. По мере взросления ребенка, учите его рассматривать игры, приложения для гаджетов и интернет как средство приобретения новых знаний, навыков, для развития мышления, восприятия, воображения, получения полезной информации.

При разумном использовании планшет или телефон для детей становятся окном в мир нового, интересного и поучительного. В других же случаях они могут превратиться в устройства для деградации и психического расстройства. Чем планшет и телефон станут для вашего ребенка – зависит от вас. Разумный подход (самый сложный) – это научить ребенка правильно относиться к компьютеру и интернету, позволить ребенку пользоваться гаджетами, но под родительским контролем и с ограничением времени.

Важно организовать жизнь своего ребенка и выстроить такие отношения с ним, чтобы его жизнь была насыщенной и интересной, чтобы он был успешен и счастлив в реальном, а не виртуальном мире.