

Зависимость ребенка от гаджетов: причины ее развития и рекомендации по освобождению.

Знакомая картина, не правда ли?
Спокойствие, только спокойствие!

Современные дети станут частью нового поколения информационного общества, и владеть цифровыми устройствами им будет необходимо для комфортной жизни.

Родителям потребуется принять определенные меры, чтобы использование ребенком гаджетов не переросло в манию. Среди детей и подростков злоупотребление взаимодействием со смартфоном уже давно стало нормой, и на то есть ряд причин.

Почему дети впадают в зависимость от смартфона?

Если не брать в расчет банальную лень и нежелание жить «в реале», к основным причинам развития зависимости относятся следующие:

1. Стремление быть на одной волне с окружающим миром и владеть актуальной информацией. Ребенок активно следит за новыми тенденциями, поскольку боится остаться в прошлом и быть отрезанным от общества.
2. Жажда самоутверждения. Соцсети помогают ребенку почувствовать себя нужным и значимым. Он может не только выставлять свои достижения на всеобщее

обозрение, но и следить за жизнью других людей.

3. Желание постичь новое и неизвестное. Интернет дает возможность наблюдать столкновение разных мнений и информационных потоков. Ребенок может изменить свои взгляды на мир в зависимости от того, какие новости он читает, в каких сетевых группах состоит. Молодежь наиболее подвержена чужеродному влиянию в глобальной сети, которое в большинстве случаев негативное.

Как помочь ребенку избавиться от телефонной зависимости?

Тысячи детей в России ежедневно погружаются в пестрый калейдоскоп интернет-мемов и изображений, впитывают массу бесполезной информации из ленты новостей. Эта привычка возникает очень быстро и приносит удовольствие, но также способствует развитию у чада социофобии и враждебности к окружающему миру. Поверхностность информации, ее бесконечная и быстрая сменяемость ведет к ухудшению памяти, творческого мышления и способности самостоятельно делать логические выводы. Чтобы предотвратить усугубление ситуации, родителям необходимо вовремя понять, что вся отрада их чада — контакт со смартфоном.

Чтобы помочь ребенку избавиться от телефонной зависимости, необходимо придерживаться следующих рекомендаций:

1. Разнообразить досуг и дать своему ребенку больше живого общения, посещать с ним друзей, различные мероприятия, выставки.
2. Следить, чтобы продолжительность ежедневного использования смартфона не превышала двух часов в день.
3. Не позволять ребенку пользоваться смартфоном в гостях и за столом, особенно, когда с ним разговаривают.
4. Разнообразить график подростка новым хобби, занятиями в секциях и кружках, чтобы на социальные сети оставалось как можно меньше времени.
5. Осторожно выяснить причину привязанности к виртуальному миру и сделать выводы. Если чаду не хватает эмоций и общения со сверстниками, нужно больше внимания уделить семейным праздникам и совместному отдыху.
6. Интересоваться увлечениями ребенка, чтобы стать его единомышленником, поддерживать в начинаниях и стремлениях.
7. Родителям тоже стоит найти себе занятие по душе, чтобы на своем примере показать, как можно получать радость от жизни без использования смартфона.
8. Чтобы защитить ребенка от хронической усталости, нарушения внимания и детской депрессии, необходимо запретить использование телефона перед сном.

Источник

информации:<http://nazzametku.ru/cto-delaet-rebjonok-v-smartfone-zavisimost-rebenka-ot-gadzhetov-prichiny-ee-razvitija-i-rekomendacii-po-osvobozhdeniju/>

**МБУ Курильская Централизованная
библиотечная система**

Библиотека села Рейдово

Что делает ребёнок в смартфоне?



Составитель: Давлятшина С.Г.

Компьютерный набор: Давлятшина С.Г.

Вёрстка: Давлятшина С.Г.

Тираж: 10 экз

© Муниципальное бюджетное учреждение
«Курильская централизованная система
муниципального образования «Курильский
городской округ»

2019г.

