Семейные условия гаджет-зависимости

Родителям удобно, когда ребенок занят гаджетом

Когда ребенок «в смартфоне», родителям легче найти время на себя, уменьшить шум или грязь от детских занятий, сравнительно легко перенести поход в поликлинику или поездку на транспорте. Как только родителю удобнее занять ребенка гаджетом, чем живой игрой, общением или выдерживать его скуку, нытье, неидеальное поведение в общественном месте или дома – предрасположенность к гаджет-зависимости ребенка готова.

Ребенку не хватает живых впечатлений

Жизнь ребенка с гаджет-зависимостью часто слишком регламентированна. Живой игры мало. Взрослые предпочитают занимать его нешумными, малоподвижными занятиями типа «развивашек». Ему запрещено играть с шумом, беготней, рисками упасть, бардаком. В детском саду приоритет тихих игр и занятий, которые так или иначе готовят к школе. Ребенку скучно: нет пространства, где он может быть живым, спонтанным, эмоциональным, разным.

Ребенку запрещено проявлять агрессию

Ребенок знает, что «хорошие мальчики не дерутся, хорошие девочки не кричат». Запрет на агрессию не означает, что ребенок не будет злиться. Он означает, что ребенок должен будет найти сферу, в которой он может проявить агрессию.

Дома эмоционально небезопасно

Когда ребенку хочется спрятаться, у него будут проявляться не только симптомы зависимости от гаджета, но и симптоматика эмоционального неблагополучия – невротические черты, страхи, коммуникативные сложности. Если ребенку плохо дома, он будет искать мир, в котором получше, и у виртуального мира много шансов стать таким.

Родители ведут себя непоследовательно

Родители поощряют гаджетом: «сделаешь – тогда можно поиграть», значит, гаджет – награда, желанное, хорошее. Гаджетом наказывают: «не сделаешь – не получишь», снова механизм превращения гаджета в награду. Неясно, можно ли играть: в зависимости от собственной занятости и настроения родитель то запрещает, то разрешает возиться с гаджетом. Наконец, сами родители не расстаются с гаджетами, тем самым провоцируют латентное обучение такой же привязанности к гаджету.

В первую очередь выясните, какие эмоциональные проблемы беспокоят ребенка, каким эмоциям он ищет выход