Подготовила учитель- логопед:

Желтоножская А.Н.

18.02.2020

**Ребёнок и гаджеты!**

Просмотр мультфильмов и задержка развития речи у детей, особенно до 3-х лет, тесно связаны между собой.

Исследования говорят о том, что просмотр телевизора или гаджетов, по несколько часов в день вызывает у детей проблемы с концентрацией внимания, усидчивостью, а также у них снижается интерес к окружающему миру, значительно задерживается развитие речи.

Многим родителям задержка речи из-за просмотра мультфильмов кажется невозможной - ведь дети постоянно слышат речь с экрана телевизора. Но "механическая" не влияет на развитие речи. Дети начинают учиться говорить, повторяю артикуляцию и мимику взрослых.

Когда ребенок учится говорить, важно, чтобы он не просто произносил слова, а понимал, о чем идет речь. Только если есть понимание, фразовая речь начинает обогащаться и развиваться. С тем темпом, который представлен во многих современных мультиках, ребенок успевает только выхватывать определенные слова, не понимая их смысла.

Внимание ребенка непроизвольно привлекают резкие внезапные изменения движения, а также сильные раздражители: яркий свет, громкий звук, мерцание экрана, фоновая музыка и тд. Все это очень сильно влияет на восприятие ребенка, давит на его нервную систему, перегружает ее в итоге затормаживает процесс переработки информации. Происходящее на экране буквально управляет ребенком - он становится не способным думать и анализировать в этот момент.

В развитии речи очень важна способность концентрироваться и переключать свое внимание.

Все вышеперечисленное не только дает возможности словарному запасу формироваться, но и делает невозможным развитие связной речи ребенка.

Негативное влияние мультиков и гаджетов на детей дошкольного возраста не ограничивается только задержкой развития речи. Мультфильмы в раннем возрасте угнетают развитие воображения, превращая ребенка пассивного потребителя развлекательного контента. При этом, горьким опытом многих родителей отмечается, что если мультфильмы исключить или снизить их количество, то "подсевшие" на них дети, уже не могут придумать, чем им заняться.

**КАК ОТОРВАТЬ ДЕТЕЙ ОТ ГАДЖЕТОВ БЕЗ СКАНДАЛА**  
Вам когда-нибудь приходилось силой отрывать детей от экрана смартфона, планшета или компьютера? Часто ли это оканчивалось ссорой?  
  
Изабель Филльоза — клинический психолог, автор множества книг о воспитании детей и авторитетное имя в теме бережного родительства во франкоговорящих странах. Ее крайне простой метод поможет нам покончить со скандалами и истериками детей в моменты, когда установленное время пользования гаджетами истекает.  
  
- Что говорит о гаджетах наука  
  
Бывало ли у вас когда-нибудь, что электричество отключалось в разгар интереснейшего футбольного матча?  
  
Или ваш трехлетка нажал кнопку «выкл» ровно в тот момент, когда главные герои романтической комедии вот-вот должны наконец поцеловаться?  
  
Или в компьютерной игре у вашего персонажа кончился запас энергии именно тогда, когда он собрался убить пришельца и пройти на следующий уровень?  
  
Очень трудно выйти из состояния, в котором ты получаешь удовольствие, а именно такое состояние возникает у нас, когда мы проводим время у экранов. Это трудно даже для взрослых. Для детей это может быть невыносимо. В буквальном смысле. И вот почему, объясняет Изабель Филльоза.  
  
Когда человек (не только ребенок, но и взрослый!) увлечен просмотром фильма или играет в компьютерную игру, он мысленно находится в другом мире. Экраны действуют на наш мозг гипнотически. Свет, звуки, смена картинок — все это погружает нас в состояние потока. Мы чувствуем себя хорошо и не хотим делать ничего другого. И, конечно, мы не хотим, чтобы ситуация менялась.  
  
В этот момент наш мозг вырабатывает дофамин — нейромедиатор, предназначение которого — снимать стресс и боль. Все в порядке — но до тех пор, пока включен экран. Когда мы выключаем гаджет ребенка быстро и без предупреждения, уровень дофамина резко падает, что может без преувеличения вызвать ощущение боли в теле. Этот гормональный спад и связанный с ним физиологический дискомфорт — тот самый момент, когда у ребенка начинается истерика.  
  
Не имеет значения то, что мы, родители, четко обозначаем время, когда пора выключить гаджет. Мы думаем: «Ну, мы же договорились, что не больше 20 минут в день», или «Я же предупредила — еще пять минут, и все». Для нас это ясно, но для ребенка — нет. Сидя перед экраном, он не в состоянии мыслить, как мы, и правильно воспринять эту информацию. Мозг ребенка «купается» в дофамине, помните? Его ощущения в момент выключения телевизора или планшета напоминают физическую боль. Вы, конечно, и не думали его бить, но так это может переживаться, говоря языком нейропсихологии.  
  
Другими словами, силой оторвать ребенка от гаджета — болезненно для него. Поэтому вместо того чтобы просто нажимать кнопку «выкл» на устройстве, попробуйте маленькую хитрость — сначала войдите в пространство ребенка.  
  
- **Метод Изабель Филльоза: наводим мосты**Если вы решили, что ребенку пора заканчивать сидеть у экрана, сначала войдите в его мир, побудьте рядом. Посмотрите с ним телевизор или посидите на соседнем стуле, пока он играет в компьютерную игру. Нет нужды делать это долго, достаточно и полминуты. Просто разделите с ним то, что он делает.  
  
А потом задайте ребенку вопрос. Некоторых детей можно спросить: «Что ты смотришь?». Другим требуются более конкретные вопросы: «На каком ты сейчас уровне в игре?», или «Какой забавный персонаж на заднем плане. Кто это такой?».  
  
Обычно детям нравится, когда родители интересуются их миром. Но если ребенок по-прежнему поглощен происходящим на экране и не откликается, не сдавайтесь. Посидите с ним чуть подольше, а потом задайте еще один вопрос.  
  
Как только ребенок начинает отвечать на ваши вопросы или рассказывать о том, что он смотрит или во что играет, это означает, что он постепенно возвращается из виртуального мира в реальный. Он выходит из состояния потока и возвращается в пространство, где снова начинает замечать ваше присутствие — однако происходит это медленно. Дофамин в этом случае не падает резко, так как вы построили мост между виртуальным и реальным миром. Вы можете начать общаться, и тут и происходит волшебство.  
  
В этот момент вы можете сказать ребенку, что настало время ужинать, или идти в душ, или просто напомнить, что время пользования гаджетом закончилось. Благодаря тому, что вы вернули ребенка в реальность достаточно мягко, он будет в состоянии вас слушать и реагировать на ваши просьбы. Он даже может так искренне обрадоваться родительскому вниманию, что сам захочет выключить телевизор (планшет, компьютер). Я пробовала, мои дети иногда так делают, честное слово.  
  
Подводя итог, скажу: справиться с проблемой нежелания детей отрываться от гаджетов мне помогает одно только осознание того, что происходит в их головах в эти моменты. Не всегда все проходит так гладко, как мне хотелось бы, но у них больше не было бурных истерик и криков с тех пор, как я открыла для себя метод Изабель Филльоза.  
  
**- Не верьте, опробуйте его сами**  
В следующий раз, когда ваш ребенок зависнет у экрана, попробуйте:  
  
• Посидеть рядом с ним 30 секунд, минуту или чуть дольше и просто понаблюдать за тем, что он смотрит (делает).  
  
• Задать невинный вопрос о том, что происходит на экране. Большинству детей нравится родительское внимание, и они ответят на ваш вопрос.  
  
• Если вам удалось добиться диалога, считайте, вы построили мост — он поможет вашему ребенку постепенно вернуться из мира виртуального в реальный без гормонального скачка, а значит без крика и скандала.  
  
• Наслаждайтесь остатком дня вместе.  
  
Источник: https://vk.cc/aitUjB