

7 причин не давать ребёнку гаджеты

Многие родители с самого раннего возраста дают своему ребёнку гаджеты и к 3-4 годам дети перестают играть в другие игрушки. Какое влияние оказывает использование девайса на ребёнка?

1. ВРЕДИТ ФИЗИЧЕСКОМУ ЗДОРОВЬЮ

Постоянное вглядывание в экран приводит к близорукости, а напряжение глаз к их сухости. Из-за длительного нахождения одной позы, склонив голову вниз, ухудшается осанка, особенно страдает шейный отдел. Из-за однообразного движения пальцами по экрану может развиться патология кистей.

2. УХУДШАЕТ СОН

Игры на смартфоне перед сном возбуждают нервную систему, а свет, излучаемый экраном подавляет выработку гормона мелатонина, что приводит к трудностям засыпания, к беспокойному сну ночью, сбивает цикл сна и бодрствования.

3. ВЫЗЫВАЕТ ТРУДНОСТИ В УЧЕБЕ

У детей, чрезмерно увлекающимися девайсами, ухудшается внимание, память, воображение. Страдает свободный мыслительный процесс, который подменяется готовыми ответами. Снижается мотивация к обучению.

4. ВЫЗЫВАЕТ ЗАВИСИМОСТЬ

Технологии помогают получить результат, которого ты захочешь одним нажатием пальца на дисплей. Захотел – получил! Это не учит самоконтролю и вызывает зависимость.

5. ВЫЗЫВАЕТ ПСИХИЧЕСКИЕ ОТКЛОНЕНИЯ

У детей могут возникнуть депрессии, неврозы, повышенная тревожность, отсутствие привязанности к родителям. Легкодоступная информация не по возрасту может привести к психозу.

6. УЧАЩАЕТ ИСТЕРИКИ

Девайсы не предоставляют ребёнку возможности сформировать внутренние механизмы саморегуляции, ребенок не может смиряться демонстрируя ярость

7. НЕТ УМЕНИЯ ОБЩАТЬСЯ

Живое общение исчезает, что не дает возможности развивать навыки общения, т.к. не видны ни мимика, ни жесты, ни позы собеседника.