

Планшет и ребенок: кто кем управляет? | Tablette tactile et votre enfant

Автор: Лейла Бабаева, [Лозанна](#), 08.11.2013.



Дети не могут себя контролировать. Для этого есть родители (lematin.ch)
Что делать, если дети не могут и дня прожить без планшета? Случается, что малыши, которые еще не научились ходить и говорить, каждый день требуют эту «игрушку». Советы специалистов из швейцарской организации Addiction Suisse.

|
Votre enfant exige la tablette, il s'ennuie et fait des crises? Des spécialistes de l'Addiction Suisse expliquent comment réagir.

Tablette tactile et votre enfant

Производители планшетов могут ликовать: как показало недавно проведенное в США

исследование, 38% детей в возрасте до 2 лет уже имели опыт пользования планшетом, а среди тех, чей возраст уместается в рамки от 2 до 8, знатоков сенсорных экранов уже 72%. В 2011-м процентные соотношения составили 10% и 38% соответственно, к тому же за два года среднее время использования – 5 минут – увеличилось втрое. Неутешительная тенденция ширится сегодня во всем мире.

В связи с новой напастью будет полезно знать несколько настораживающих признаков в поведении вашего чада, которые должны побудить вас к немедленным действиям:

- Ребенок все больше времени проводит с планшетом.
- Забросил другие виды деятельности, которые раньше его привлекали (занятия в школе, прогулки с друзьями).
- Если вы запретили ему брать планшет в руки, ребенок проявляет тоску или беспокойство. Могут появиться и физические симптомы, например, головная боль.
- Использует планшет в качестве отдушины, как средство скрыться от реального мира. Например, берет в руки чудо техники немедленно после громкого спора.

О корне проблемы рассказала журналистам газеты Le Matin пресс-секретарь организации Addiction Suisse Корин Кибора: «Планшет или смартфон – такой же легкий способ занять сегодня ребенка, как и телевизор. Похоже на круглосуточную бесплатную няню».

Конечно, в планшет можно закачать обучающие видео, установить развивающие игры, он не будет ругать ребенка за неправильный ответ на вопрос, но золотую середину никто не отменял. Использование такого мини-компьютера не должно быть самоцелью, чтобы людям не приходилось рассказывать друг другу: «А у меня внучка все по планшету смотрит, стала настоящим экспертом. А писать правильно пока не научилась».

Эксперты уже задумались о нездоровой наклонности. Если раньше говорили только об алкогольной или наркозависимости, то сегодня смысл термина стал гораздо шире.

Что касается времяпровождения перед «пассивными» экранами (DVD-проигрывателя, телевизора), то ученые установили, что в связанных с этим последствиях нет ничего хорошего: задержка в развитии речи, риск лишнего веса в последующие годы, снижение способности к обучению и концентрации. Французская академия наук и вовсе сообщила, что каждый лишний час перед экраном может на 10% повысить риск того, что в классе ребенок станет «козлом отпущения» для сверстников.

Некоторые эксперты полагают, что зависимости от общения с планшетами нет. К тому же, в настольной книге американских психиатров – «Руководстве по диагностике и статистике психических расстройств» (англ. «The Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM)), публикуемом Американской психиатрической ассоциацией (последняя версия вышла в мае этого года) – в списке заболеваний чрезмерное использование различных электронных устройств не упомянуто.

Канадский психолог Оран Амите, занимающийся исследованиями в этой области, напомнил, что все дети, особенно в самом нежном возрасте, легко и накрепко «прилипают» к новому виду деятельности. «Когда ребенок учится пользоваться новой вещью, вполне естественно, что он проводит за этим много времени. Это относится как к компьютеру, так и к спорту или шахматам».

Но если спорт – занятие полезное (в пределах разумного, конечно), то в вопросе о компьютерах есть выход: установить правила пользования планшетом и от них не отступать, попутно подавая ребенку собственный пример последовательности поступков.

Корин Кибора отметила, что «общение» с сенсорным экраном не должно происходить за счет других занятий. А родителям не следует бояться пропасти между поколениями в плане информационных технологий, а, наоборот, интересоваться тем, что делает или смотрит их отпрыск.

Если же ребенок слишком погружен в «планшетный мир», и вы чувствуете, что сами вырвать его оттуда не в состоянии, то не будет ничего зазорного в том, чтобы обратиться за помощью к специалистам. Оран Амите строго заметил, что «эта проблема указывает на «плохих родителей», которые не смогли вовремя сказать «нет». Отсюда и чувство вины при виде своего чада.

Добавим красок в наш рассказ, приведя случаи, имевшие место в некоторых швейцарских семьях. Жанна и Марк, сынишка которых Макс уже перешагнул четырехлетний рубеж, признались: «Мы стали давать ему iPad с мультиками и фильмами, когда ему было около двух лет, чтобы он спокойно сидел во время долгих поездок на машине. Но потом ему захотелось получить планшет и дома. А когда он пожелал быть один наедине с iPad'ом вместо того, чтобы играть со сверстниками – детьми наших гостей, – мы поняли, что настало время действовать. Конечно, он устраивал нам скандалы, но, в конце концов, все пришло в норму».

А вот что рассказала Лора о своей трехлетней Леа: «Я часто пользуюсь планшетом и смартфоном для работы, и меня умилило, когда дочка стала их брать и быстро сообразила, как ими пользоваться. Я даже просила ее показать свои умения гостям. Но теперь она не хочет ничего слушать, если я отказываю ей в этих «игрушках», потому я не пользуюсь ими при ней, чтобы дело не дошло до истерики».

Виктория, мама 6-летнего Алекса, нашла самую выразительную фразу: «Симптомы, как у алкоголика при воздержании от спиртного. Так реагирует наш сын, когда мы не даем ему смартфон, на котором он любит играть в игры. Страшно видеть такое у 4-5-летнего ребенка. Мы даже ходили на консультацию к детскому психиатру, так как Алекс, слыша отказ, бесконечно просил смартфон, повторяя, что ему скучно».

Попробуем развеять мрачную атмосферу и приведем трезвые слова эксперта.

Оран Амите не считает, что плачущий ребенок, у которого отнимают планшет через пять минут игр – планшетоман. Доктор опасается лавины консультаций недобросовестных терапевтов с целью погреть руки на страхах родителей. Также психолога страшит возможность того, что родители будут водить детей на специальные сеансы или силой отправлять в летние лагеря, а это не всегда приносит положительные результаты.

Окончательное слово эксперта таково: вы не плохие родители, если, например, в машине даете ребенку планшет. Но нужно разумно контролировать действия вашего отпрыска.

[ЗАВИСИМОСТЬ ОТ КОМПЬЮТЕРА](#)

Source URL: <https://nashagazeta.ch/news/zdor/16639>