**Ребёнок и гаджет.**

Гаджет – МИР ребенка!

Проблема всего общества сегодня – ребенок все свободное время от детского

сада смотрит в экран гаджета. Родители устали повторять по несколько раз,

что бы ребенок услышал просьбу. Для решения этой проблемы взрослому

нужно набраться терпения и установить границы ребенок – гаджет.

Как преодолеть гаджет зависимость:

Помогите ребенку чувствовать себя хорошо. Ребенок, зависимый от электронной игры, - это ребенок с эмоциональными проблемами. Не игровая зависимость привела к проблемам, а наоборот.

1. Помогайте ребенку чувствовать себя хорошо, быть счастливым и любимым.

Обнимайте, выражайте радость от общения с ним, проводите время вместе.

1. Установите четкие правила относительно гаджетов.

Обдумайте и решите, на какое время и при каких условиях вы считаете занятия с гаджетами возможными. Запишите для себя эти правила, прочитайте их и убедитесь, что они понятны и непротиворечивы. Сообщите ребенку о своем решении.

НЕ пытайтесь избежать негативных эмоций. Придерживайтесь этого решения

1. Будьте последовательны.

Как можно меньше использовать гаджеты сами. Развлекайтесь и отдыхайте

без них. Когда вы заняты, а ребенку нечем заняться, предложите игру и сами

покажите начало какой-то игры. Например, рассадите несколько игрушек, и

проиграть в детский сад, больницу, школу. Словесные игры: живое – не

живое, съедобное – не съедобное, много – мало, назови предметы круглой формы.

НЕ поддавайтесь соблазну успокоить и занять ребенка гаджетом.

1. Меняйте свое поведение

Чтобы ребенок избавился от зависимости, меняйте свое поведение, а не

поведение ребенка. Его изменения последуют за вашими.

1. Создавайте впечатления.

Всегда предлагайте приятную альтернативу занятиям с гаджетом.

Увеличивайте количество впечатлений и эмоций в жизни ребенка. Больше гуляйте,

общайтесь, читайте, исследуйте, рисуйте, ищите, экспериментируйте. Чаще выражайте любовь к ребенку, интерес к нему, живите с ним, а не воспитывайте его.

Не увеличивайте ценность гаджета!

Не используйте разрешение или запрет на гаджет в качестве поощрения или

наказания. Уменьшите количество и репертуар электронных игр на гаджете.

Дарите своим детям радость своего, родительского, общения.

Теплоту своих объятий. Как известно, ребенку нужно для нормального развития не менее девяти объятий в день!