

## Семейные условия гаджет-зависимости

### 🚦 Родителям удобно, когда ребёнок занят гаджетом

Когда ребёнок «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 вам удобнее занять ребёнка гаджетом, чем живой игрой, общением или выдерживать его скуку, нытье, неидеальное поведение в общественном месте или дома – predisposition к гаджет-зависимости ребёнка готова.

### 🚦 Ребёнку не хватает живых впечатлений

Жизнь ребёнка с гаджет-зависимостью часто слишком регламентирована. 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. Ребёнку скучно: нет пространства, где он может быть живым, спонтанным, эмоциональным, разным.

### 🚦 Ребёнку запрещено проявлять агрессию

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

### 🚦 Дома эмоционально небезопасно

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

### 🚦 Родители ведут себя непоследовательно

Вы поощряете 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 скрытое обучение такой же привязанности к гаджету.