

Nasze maleńkie i małe dziecko a telefon, tablet, telewizor **(bajki, filmiki, programy edukacyjne i inne)**

Od kilkunastu lat obserwuje się nasilenie obcowania małych dzieci (nawet poniżej 1 roku życia!) z telefonami, tabletami. Zaczynają się pojawiać w poradni dzieci, u których zaniepokoiły rodziców nieprawidłowości w rozwoju mowy i komunikacji swoich dzieci. Okazało się, że spędzały te dzieci dużo czasu z telefonem. Dziecko dostawało telefon, ponieważ było to skuteczne uspokojenie go, kiedy marudziło, czy rodzic coś musiał zrobić lub w trakcie kilkugodzinnych zakupów.

Badania wskazują, że przesadne obcowanie z mediami prowadzi do:

- problemów ze skupieniem uwagi,
- zmniejszenia umiejętności językowych,
- nadpobudliwości ruchowej i rozdrażnienia,
- obniżenia zdolności interpersonalnych (zwłaszcza empatii),
- niechęci do słuchania tekstów czytanych,
- problemów z rozumieniem i akceptowaniem reguł społecznych,
- wreszcie ryzyka pozostania na poziomie operacji konkretnych (trudności z rozumieniem żartów i przeniósni).

Problem ten dotyczy przede wszystkim dzieci, u których proces dojrzewania mózgu jest jeszcze w toku. Media, zwłaszcza te wizualne, przesadnie stymulują prawą półkulę mózgu, zwalniając lub nawet hamując rozwój półkuli lewej odpowiedzialnej za uczenie się języka mówionego i pisanego. Potok zmieniających się obrazów i nadmiar informacji zawartych w różnych programach, nawet tych przeznaczonych dla dzieci, może okazać się nieodpowiedni dla jeszcze nieukształtowanego układu nerwowego malucha. Natłok bodźców skutkuje więc często zniecierpliwieniem, rozdrażnieniem, zmęczeniem dzieci. Ponadto maluchy nie potrafią ocenić, które treści są istotne, a które nie. Nie umieją również jeszcze odróżniać fikcji od rzeczywistości. Duża ilość bodźców na raz, których maluch nie jest w stanie przetworzyć, sprawia, że dzieci są zmuszone do selekcjonowania odbieranych treści. Nie mając czasu na ich uporządkowanie, przyswajają informacje tylko podstawowe, łatwiejsze w odbiorze. Uczą się chaotycznego wybierania treści. W takich warunkach zaczynają preferować treści niewymagające wysiłku umysłowego. Dziecko, przy trudniejszych zadaniach, zaczyna szybko się frustrować. Długie korzystanie z urządzeń elektronicznych może nieść w przyszłości negatywne skutki dla osiągnięć szkolnych dziecka (powoduje m.in. osłabienie umiejętności koncentracji uwagi, mniejsze zaangażowanie w naukę). Następstwa te mogą być minimalizowane, kiedy rodzic monitoruje aktywność dziecka. **Dlatego tak ważny jest rodzicielski nadzór - ograniczanie czasu** korzystania z urządzeń mobilnych oraz uczestniczenie w oglądaniu i rozmowy nt oglądanych treści.

Natomiast w przypadku dziecka, u którego są zdiagnozowane nieprawidłowości rozwojowe całkowita rezygnacja z telewizora i komputera jest bardzo ważnym warunkiem prowadzenia skutecznej terapii.

Należy pamiętać też o tym, że czas oglądania filmików, bajek jest jednocześnie czasem skradzionym innym zajęciom, takim jak ruch na świeżym powietrzu, zabawy z rówieśnikami. Szczególnie ważne jest to dla dzieci kilkuletnich, które potrzebują dużo ruchu do prawidłowego rozwoju fizycznego i aktywnego poznawania świata. Poprzez odkrywanie otoczenia i kontakty z dorosłymi dziecko zdobywa wiele informacji oraz buduje wiedzę na temat świata fizycznego i społecznego. Częste pozostawianie dziecka przed ekranem telefonu, tableta, telewizora może zabierać ten cenny czas rodzinnych rozmów i wspólnych zabaw, które wzmacniają poczucie bezpieczeństwa małego dziecka i wzmacniają więź między członkami rodziny.

Literatura:

prof. M. Spitzera (*Cyfrowa demencja; Jak Uczy się mózg*).

Ilg Frances L, Bates Ames Louise, Baker Sidney (*Rozwój psychiczny dziecka od 0 do 10*)

prof. J. Cieszyńska (*Metoda Krakowska wobec zaburzeń rozwoju dzieci*)