

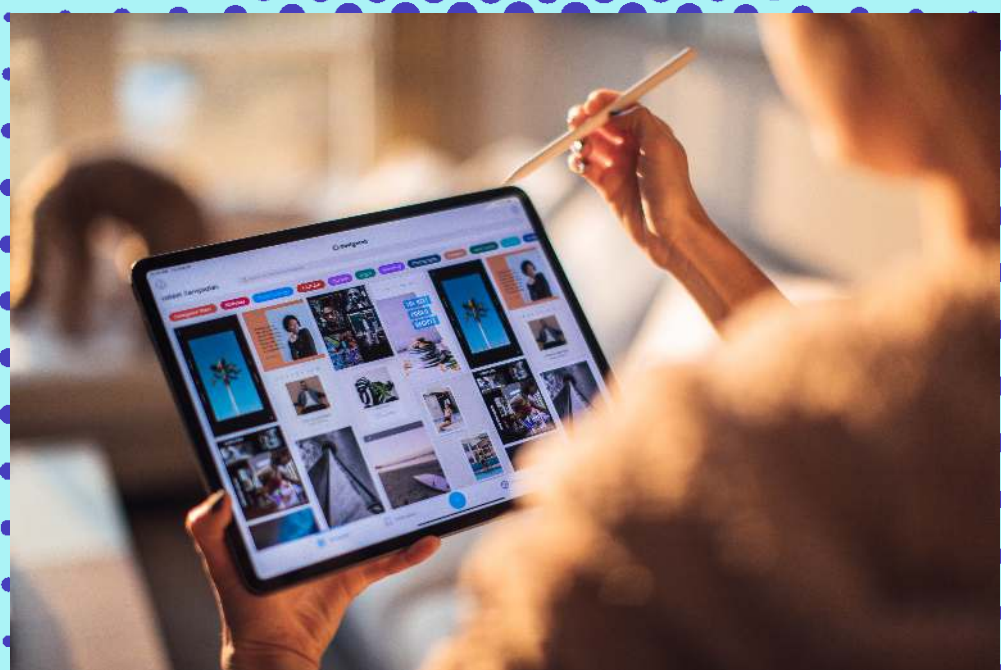
„Wpływ urządzeń elektrycznych na rozwój psychofizyczny dzieci w wieku przedszkolnym”



**Opracowała
pedagog specjalny,
nauczyciel
wychowania
przedszkolnego
mgr Klaudia
Kopaczewska**

Dzieci od wczesnych miesięcy życia już mają kontakt z urządzeniami elektronicznymi. Pierwszy kontakt jest niemal oczywisty, gdyż rodzice sami podsuwają dzieciom zabawki interaktywne, babysitter. Najczęściej w domach pojawiają się grające karuzele z projektorami obrazków, pluszaki interaktywne itp. Można powiedzieć, że taka technologia to źródło samych korzyści dla dzieci jak i dla rodziców. Natomiast nie wiemy jak wiele zagrożeń płynie z nadmiernego kontaktu człowieka urządzeniami elektronicznymi. Badania pokazują nam, że 1/3 dzieci przed ukończeniem pierwszego roku życia miała styczność z tabletem lub smartfonem. Natomiast dzieci w wieku od 1 roku do 6 lat korzystają z urządzeń mobilnych.

Przyczyną uzależnień, na niekorzyść dla użytkowników są współczesne media, wszelkie urządzenia cyfrowe oraz usługi medialne. Największe uzależnienie wykazują osoby w każdym wieku, ale to najmłodszy użytkownicy są narażeni najbardziej, gdyż ich system wartości oraz sfery rozwoju są jeszcze kształtowane. Wiek uzależnienia medialnego najczęściej zależy od decyzji rodziców, bo to oni mogą zdecydować kiedy i z jakiego urządzenia dziecko może korzystać. Wielu pedagogów i psychologów zaleca by dzieci oglądały telewizję nie wcześniej niż przed ukończeniem 3 roku życia. Wielu dorosłych nie zgodzi się z tym jednak. Wraz z rozwojem technologii, smartfony czy tablety zaczęły być postrzegane jako swoiste zabawki. Prawdziwy rozwój dziecka wymaga interakcji angażujących wszystkie zmysły, oraz udziału innych osób, które poświęcą mu czas i uwagę. Urządzenia elektroniczne, tablety czy smartfony nie zastąpią kontaktów z innymi dziećmi lub opiekunami. Nowoczesna technologia nie zrównoważy braku wspólnej zabawy z bliskimi, czytania książek, innych doświadczeń, w których dzieci poznają otaczający je świat. Dla prawidłowego rozwoju mózgu powinno się ograniczyć kontakt dzieci z urządzeniami ekranowymi, gdyż w pierwszych latach życia ich rozwój jest najbardziej intensywny, i bardzo wrażliwy na czynniki zewnętrzne i napięcie emocjonalne. Dla prawidłowego rozwoju dziecko potrzebuje doświadczać świata wszystkimi zmysłami. Należy zatem ograniczyć pole działania elektroniki który ma niekorzystny wpływ na rozwój mózgu dziecka.



Dla prawidłowego rozwoju dziecka potrzebna jest bliska relacja z rodzicem, który odpowiada na jego uczucia i potrzeby, a także poświęca mu czas i uwagę. Bezwarunkowa uwaga dorosłego, nastawionego na bycie z dzieckiem tu i teraz, wzmacnia pewność siebie, pozytywnie wpływa na odporność psychiczną, rozwija jego wewnętrzne zasoby, okazuje mu miłość oraz akceptację. Rodzic, który nie uczestniczy w pierwszych latach życia dziecka lub zakłóca innymi czynnościami swoją uwagę np. przeglądaniem internetu, bądź przerywa zabawę wysyła wyraźny komunikat, że jest coś ważniejszego niż ono. Dziecko zostaje samo ze swoimi przeżyciami, lękami czy doświadczeniami i uderza to w jego fundamenty, poczucie własnej wartości czyli w samo dziecko. W każdej rodzinie powinny być ustalone własne zasady dotyczące korzystania z internetu i nowych technologii. Dotyczy to tak samo dzieci jak i dorosłych, ale to najmłodsi internauci powinni być świadomi, że ograniczenie dostępu do sieci nie jest karą i powinno być postrzegane w kategorii zysków.

Chociaż wiele zagrożeń może nieść ze sobą neodpowiedzialne udostępnianie internetu, to jednak korzystanie z urządzeń mobilnych przez dzieci w wieku od 3 do 6 lat może mieć korzystny wpływ na ich rozwój społeczny, emocjonalny, moralny i poznawczy. Odpowiednio dobrane aplikacje mobilne mogą:

- Zachęcać do tworzenia interakcji rodzinnych i rówieśniczych,
- Uczyć ważnych wartości społecznych oraz prezentować pozytywne wzorce zachowań,
- Satysfakcjonować wygraną, poprawą wyników,
- Doceniać ich twórczość,
- Uczyć bezpiecznego i odpowiedzialnego korzystania z technologii,
- Umożliwiać naukę przez obraz i dźwięk,
- Niwelować skutki nie równości społecznych i rozwojowych,
- Uczyć pisać, rozwijać mowę i kompetencję językowe.

W internecie jest bardzo wiele aplikacji i treści, które producenci opisują jako edukacyjne i zachęcają do korzystania z nich. Nie ma badań, które potwierdziłyby jakość aplikacji oraz materiałów edukacyjnych, przeznaczonych dla najmłodszych. Materiały te powinny być interaktywne i zapewniać młodszymi wszechstronny rozwój, a nie tylko oferować im przesuwanie palcem po ekranie.



Ze względu na intensywny i charakterystyczny sposób korzystania z urządzeń elektronicznych dzieci mogą być podatne na występowanie cyfrowego zmęczenia wzroku. Problemy powiązane z korzystaniem z komputera występują u dzieci dość często a dzieci szybko adaptują się nawet do niekomfortowych warunków i nie zwracają uwagi na dolegliwości. Nie skarżą się zwłaszcza, kiedy gra na komputerze jest bardzo atrakcyjna, lub bajka na smartfonie ciekawa. Najczęściej zdarza się tak ponieważ mają ograniczoną świadomość własnych dolegliwości. Ignorują je, a nawet świadomie nie zwracają uwagi na nie, w obawie, że rodzice ograniczą im możliwość korzystania z urządzenia. Nie prawidłowa praca z urządzeniami, może prowadzić do uczucia napięcia w oczach, bóle oczu, bóle głowy, podwójne widzenie lub zamazanie widzenia. Większość tych dolegliwości ustępuje zaraz po zaprzestaniu korzystania z komputera itp. Większość rodziców zaobserwowała też u dzieci po korzystaniu z urządzeń zmiany w zachowaniu. Prawie 50% dzieci wykazało nadaktywność lub problemy z zasypianiem po korzystaniu z urządzeń elektronicznych.

Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę w 2015 roku podjęła kampanię społeczną „Mama, Tata, Tablet” w której promują wśród rodziców zasady bezpiecznego, świadomego i odpowiedzialnego udostępniania urządzeń ekranowych dzieciom. Rodzice powinni zadbać, aby dzieci do drugiego roku życia nie miały kontaktu z urządzeniami ekranowymi, w tym tabletami i smartfonami, by dzieci starsze nie korzystały z urządzeń mobilnych codziennie. Ograniczaj czas od 15 do 20 minut dziennie na kontakt z wszystkimi urządzeniami, ustal dzień lub dni w tygodniu bez tych urządzeń! Dostosuj korzystanie dzieciom wyłącznie ze sprawdzonych do ich wieku treści, sprawdzaj aplikację zanim udostępnisz ją dziecku! Towarzysz i tłumacz dzieciom co dzieje się na ekranie podczas korzystania z mediów, chroń najmłodszych przed obrazami zawierającymi zbyt wiele migoczących i jaskrawych elementów! Nie udostępniaj urządzeń mobilnych dziecku co najmniej godziny przed snem, dziecięca sypialnia powinna być strefą bez elektroniki! Nie należy wykorzystywać mediów elektronicznych do uspokajania maluchów, takie działanie może mieć negatywny wpływ na zdolność dzieci do opanowania swoich emocji! Nie używaj urządzeń mobilnych do nagradzania i motywowania dzieci np. podczas jedzenia lub za wykonanie zadania!

Rodzicu pamiętaj ! Dziecko samo nie sięga po smartfona, ani komputer. Uczy się tego od Ciebie. Nie pozwól aby urządzenia elektroniczne stały się ważniejsze od prawdziwych relacji i prawdziwych przeżyć!

Rodzicu! Rozmawiaj ze swoim dzieckiem!

Źródła:

1. Dziecko Krzywdzone. Teoria, badania, praktyka Vol. 18 Nr 2 (2019),
2. Katarzyna Ziębowska – Cecot. Uniwersytet Technologiczno – Humanistyczny im. K. Puławskiego w Radomiu „Wpływ mediów cyfrowych na funkcjonowanie współczesnych rodzin”,
3. www.gazeta-optyka.pl Optyka 4(47)2017

