

Szkodliwość wysokich technologii we wczesnym dzieciństwie

Postęp technologiczny powoduje, że cyfrowy świat coraz wcześniej wkracza w przestrzeń dziecka na bardzo wczesnym etapie jego rozwoju. Nowe technologie stają się nieodłącznym elementem funkcjonowania dziecka – służą **z pozor**u do zabawy, komunikowania się. Psycholodzy i naukowcy na podstawie najnowszych badań alarmują o szkodliwości wczesnego sięgania po tablet czy TV skutkujących zaburzeniami naturalnego rozwoju młodego umysłu oraz prawidłowego kształtowania emocji. **Mózg małego dziecka nie jest przystosowany do korzystania z technologii- nawet pomimo powszechnego rozumienia, że świat się zmienił.**

Poznając świat dziecko używa **wszystkich zmysłów**. Do prawidłowego rozwoju potrzebuje dotknąć czy posmakować danej rzeczy co jest niemożliwe do zrobienia przez szklany ekran. Doskonałym przykładem jest tutaj zwyczajne jabłko. Dziecko chwyta je- tym samym poznając kształt, strukturę, czuje zapach, w końcu gryzie i smakuje. W tej prostej, codziennej dla nas- dorosłych- czynności dziecko aktywuje wszystkie zmysły i rozwija je. Badania wykazały, że przy odwróconej kolejności poznania, czyli najpierw poprzez ekran, dzieci częściej postrzegają ruch, bez zwrócenia uwagi na kształt. Skutkuje to ogromnymi trudnościami w nauce geometrii, geografii a nawet czytaniu map. Wg logopedy prof. Marty Korendo brak możliwości dziecka do doświadczalnego poznania świata to ogromnie straty poznawcze, których nie da się potem nadrobić. Jeśli chodzi o mowę to specjaliści są zgodni, że uaktywnia się ona poprzez patrzenie na twarz drugiego człowieka. Ekran nie jest tutaj w żadnym wypadku zamiennikiem. Zdaniem profesor J. Cieszyńskiej z Uniwersytetu Pedagogicznego w Krakowie dzieci poprzez zbyt częste korzystanie m.in. z laptopów uczą się nieprawidłowego chwytu ręką i nieprawidłowo piszą. Tak więc nie mamy już do czynienia tylko z wadami wzroku, słuchu czy zaburzeniami mowy ale także z motoryką lub nawet objawami autyzmu. Dodatkowo zabierając uczniowi możliwość pisania odręcznego, upośledzamy jego możliwości językowe, gdyż ćwiczenie pisania ręką dominującą wpływa na rozwój tej umiejętności. Nawet krótkie systematyczne korzystanie z technologii sprawia, że dziecko nie rozumie nas, nie umie czytać emocji, ale też nie umie ich wyrażać. Ma zaburzoną percepcję obrazów statycznych takich jak ilustracje w książkach i teksty co przejawia się trudnościami takimi jak np. ułożenie historyjki z obrazków.

Mózg człowieka składa się z prawej i lewej kory. Lewa- analityczna, rozwijająca się wraz z rozwojem języka, odpowiedzialna za funkcje językowe, myślenie logiczne,

analityczne, linearne, rozumienie przyczynowo-skutkowe. Prawa- kreatywna, wymyśla nowe rozwiązania, odpowiada za muzykę, przestrzeń czy całościowe czytanie wyrazów i rozpoznawanie obrazów. Zadania aktywują do działania prawą i lewą korę. Dziecko we wczesnym dzieciństwie uruchamia lewą półkulę za pomocą linearnych i sekwencyjnych zadań. Dlatego też obrazy statyczne są potrzebne, by dziecko już od początku mogło wykonywać analityczne zadania dostosowane do jego wieku. Udostępniając dziecku nowe technologie pozbawiamy go możliwości skupienia się na obrazie statycznym w zamian oferując obraz z zawrotnym tempem akcji. Dziecko między 8 a 15 miesiącem życia zaczyna powoli stawiać pierwsze kroki co pozwala ćwiczyć akomodację (czyli przystosowanie się soczewki do obrazów znajdujących się od niej w różnej odległości). Matematyka nie kłamie, w związku z tym negatywny wpływ oglądania telewizji przedstawiony został na liczbach. Gałki oczne podczas oglądania zachowują stałą pozycję, zarejestrowany podczas badań ruch gałek wynosi od 5 do 7 w ciągu 20 sekund. Dla porównania podczas naturalnego oglądania otaczającej przestrzeni zarejestrowano od 40 do 100 ruchów mięśni oczu. Bezruch oczu jest odpowiedzialny u dzieci za stan odrętwienia znacznie maleje częstotliwość fal beta, obserwowany jest wzrost fal alfa, co oznacza funkcjonowanie na pograniczu jawy i snu. Brak odpowiedniej liczby ruchów gałek ocznych i zdolność akomodacji związane jest ściśle z kłopotami z czytaniem i stałym rozproszeniem a także tzw. Brakiem wzajemnej obecności czyli brak interakcji z drugim człowiekiem. Tak jak zostało wspomniane wcześniej- ekran nie zastąpi człowieka- gdyż obrazy w nim są pokazywane za szybko do czego **mózg małego dziecka nie jest przystosowany!**

Niestety skutkiem ubocznym korzystania z technologii **we wczesnym dzieciństwie** nie są jedynie problemy ze skupieniem uwagi np. na nauce czy problemy zdrowotne. Wg prof. Cieszyńskiej powoduje ono również często nieodwracalne skutki braku umiejętności wchodzenia w relacje społeczne, empatii. **„Empatii uczymy się w bardzo młodym wieku, mniej więcej do szóstego roku życia. Najważniejszy jest właśnie ten czas, kiedy dziecko zaczyna patrzeć na twarz i się uśmiechać, czyli od trzeciego miesiąca do piątego roku życia. Wtedy gwałtownie rośnie struktura nazywana jądrem migdałowatym. Jeżeli dziecko nie ma wystarczających bodźców, które tę strukturę rozwijają, potem nie da się jej już „dobudować”. Zasada jest taka: co sobie wychowamy do szóstego roku życia, to nasze, a potem to już trzeba tylko pokochać – zmienić się tego nie da.”**J.Cieszyńska Nierozzerwalną częścią jest brak zrozumienia przekazów mimicznych. Mózg tak młodego

człowieka nie ma możliwości rozwinać tych funkcji gdyż są one blokowane szybkimi bodźcami płynącymi z urządzeń elektronicznych.

Co mogą zrobić rodzice...

□ **Przede wszystkim dać czas. W świat technologii dziecko można wprowadzać dopiero gdy potrafi mówić i samo zadawać pytania. Do około drugiego roku życia dziecko nie powinno obejrzeć nawet trzyminutowej bajki.**

□ **Najlepiej korzystać ze starszych bajek** oraz wspólnie komentować, opowiadać dziecku co się dzieje. Nie ma tam zawrotnych obserwowanych ocenie w bajkach akcji tak więc łatwiej obserwować ruch i zastanowić się co widzimy. Należy jednak pamiętać, że również w tym przypadku mówimy o dziecku, które prowadzi dialog z dorosłym, nie z kilkumiesięcznym dzieckiem.

□ Umożliwić dzieciom udział w zajęciach niezwiązanych z korzystaniem z komputera.

□ **Jazdę samochodem zastąpić spacerem.** Nowe technologie sprawiają, że dzieci oprócz problemów w nauce mają problemy zdrowotne związane z brakiem aktywności fizycznej prowadzącej do zmian w budowie ciała czy otyłości.

□ **Nie korzystać lub zminimalizować używanie smartfona, laptopa, telewizji przy dziecku.** Niech zobaczy, że można bez tego prawidłowo funkcjonować.

□ **Rozmawiać i spędzać czas z dzieckiem.** W obszarze emocji i uczuć rozmowa z rodzicami umożliwia dziecku rozładowanie napięć, wyrażanie wewnętrznych przeżyć i doznań. Rozmowy budują i pogłębiają poczucie zrozumienia i więzi z rodzicami, scalają, integrują rodzinę.

Opracowała J.Musiak