

DZIECKO i JEGO MOWA a urządzenia ekranowe



Wraz z rosnącą popularnością mobilnych urządzeń ekranowych ważną kwestią staje się ich wpływ na bezpieczeństwo i zdrowie najmłodszych użytkowników. Rośnie nam pokolenie, które ma styczność z tabletem czy smartfonem już od pieluchy. Badania informują, że w Polsce z urządzeń ekranowych korzysta ponad 40% dzieci do 2 r.ż. i niemal co trzecie dziecko w tym wieku korzysta z tych urządzeń codziennie lub prawie codziennie. Aż 84% –korzysta z ekranów w wieku 5–6 lat. Jeszcze wyższy odsetek jest w tej kwestii, bo sięgający prawie 100% - dzieci w wieku 7-12 lat. Ponad 70% rodziców deklaruje, że motywacją do udostępniania ich dzieciom ekranów, jest zajęcie się w tym czasie „swoimi sprawami”.

Ekranry dają wiele przyjemności czy możliwości i mogą pozytywnie stymulować mózg, ale używane w nadmiarze mogą negatywnie wpływać na rozwój i zdrowie dziecka oraz relacje rodzinne. Naukowcy alarmują, że **urządzenia ekranowe** tj. tablet, komputer, telewizor czy smartfon - **wpływają na nadmierną stymulację prawej półkuli mózgu u dziecka, co zwalnia lub nawet hamuje rozwój lewej półkuli mózgu, która odpowiedzialna jest za uczenie się języka mówionego i pisanego.** Pierwszy okres życia jest kluczowy pod wieloma względami. Małe dzieci oglądające bajki, reklamy, ruchome obrazy gry na ekranach od kilkudziesięciu minut do kilku godzin dziennie charakteryzują się m.in.: stanem ciągłego rozkojarzenia lub rozproszenia uwagi, sporadycznymi reakcjami na własne imię, **opóźnieniem lub całkowitym brakiem rozwoju mowy, niechęcią do słuchania czytanych tekstów lub oglądania obrazków statycznych lub ilustracji w książeczkach, brakiem wspólnego pola uwagi, brakiem gestu wskazywania palcem.** Z czasem zaburzenia dzieci narażonych na ciągłą stymulację wysokimi technologiami pogłębiają się. U tych dzieci zaobserwować można niekorzystny wpływ na dojrzewanie struktur mózgu, co także prowadzi do uzależnienia od urządzeń ekranowych. **U tych dzieci obserwujemy trudności w rozumieniu mowy lub całkowity brak rozumienia poleceń słownych, brak respektowania reguł społecznych, trudności w kontaktach w grupie rówieśniczej, niepełne rozumienie języka, zaburzenia koncentracji, nerwowość, nadpobudliwość, agresywność, brak kontroli nad**

negatywnymi emocjami, przemęczenie związane z szybko zmieniającymi się i migoczącymi obrazami oraz zaburzenia snu. Mnogość odbieranych bodźców słuchowo-wzrokowych, wizualnych, przeciążenie słuchu wszechobecnym hałasem pochodzących ze smartfonów, tabletów, dźwiękowych zabawek i innych urządzeń domowych wpływa bardzo niekorzystnie na mózg dzieci, które pochłaniają cały ten bagaż stymulatorów każdej doby. Badania naukowców dowodzą również szkodliwości, ostatnio tak wykorzystywanego przez rodziców jako forma wsparcia przy usypianiu maluszka, białego szumu na mózg i słuch dziecka oraz co za tym idzie przetwarzanie słuchowe u dzieci. Podczas snu zarówno w ciągu dnia jak i w nocy dziecko również uczy się różnorodności dźwięków słuchowych, które są w jego otoczeniu. Co więcej uczy się ignorowania dźwięków nieważnych dla niego. Jeśli dziecko w okresie największej plastyczności mózgu jest zarzucane bodźcami sztucznymi i zagłuszana jest możliwość poznawania dźwięków naturalnych najbliższego otoczenia, a mózg jest w ekspozycji na ciągły biały szum to może prowadzić do zaburzeń przetwarzania słuchowego. **To na poziomie małego dziecka może wpływać negatywnie na rozwój mowy, na proces naśladowania dźwięków mowy, na wyłanianie czy odbieranie dźwięków istotnych, na reagowanie na ważne bodźce werbalne**, dla mózgu zmęczonego bodźcami odbierane jako bodźce nieistotne. Gdy natężenie białego szumu przekracza 50 decybeli przy dłuższej ekspozycji może prowadzić również do dysfunkcji jeszcze delikatnego słuchu fizycznego dziecka.

W odpowiedzi na zagrożenia światowe organizacje zajmujące się bezpieczeństwem i ochroną zdrowia dzieci upowszechniają zasady, którymi winni kierować się rodzice, gdy udostępniają urządzenia ekranowe swoim dzieciom. Najważniejszą z nich jest wiek do **2 roku życia**, do którego **dzieci kategorycznie nie powinny mieć kontaktu z urządzeniami ekranowymi**. Kolejne zasady to **towarzystwo dziecka podczas korzystania z ekranu** (dziecko zostawione samo sobie z tabletem czy smartfonem będzie traktowało technologie jedynie jako zabijacze czasu) **selekcja i wyszukiwanie odpowiednich treści dla dzieci, konsekwentne ograniczenia czasowe adekwatne do wieku dziecka**. Specjaliści uważają też, że kluczową kwestią w kontekście zagrożeń nadużywania urządzeń ekranowych przez dzieci jest poświęcanie im czasu przez rodziców i budowanie z nimi realnej relacji poprzez kontakt, dialog a także stworzenie atrakcyjnej alternatywy zabawy realnej z wykorzystaniem słów kierowanych do drugiej osoby jako przeciwwagi dla aktywności wirtualnej, bez relacyjnej.

WAŻNE - Amerykańska Akademia Pediatria na podstawie najnowszych badań zaleca:

- **dzieci poniżej 18 mies. – nieużywanie urządzeń ekranowych**
- **dzieci 2- 5 lat - 15 min - 1 godz. max korzystania z urządzeń ekranowych**
- **dzieci 6-12 lat – 30 min. - 2 godz. max korzystania z urządzeń ekranowych**



Logopeda – Edyta Poniatowska

Bibliografia:

- Bąk, A. (2015). Korzystanie z urządzeń mobilnych przez małe dzieci. Wyniki badania ilościowego. Warszawa: Fundacja Dzieci Niczyje.
- Boćko-Mysiorska, M. (2017). Brak bliskiej relacji z dzieckiem może doprowadzić do nieodwracalnych zmian w jego mózgu.. Cash, H., McDaniel, K. (2014). Dzieci konsoli. Uzależnienie od gier. Poznań: Media Rodzina.
- Klichowski, M., Pyżalski, J., Kuszak, K., Klichowska, A. (2017). Jak technologie informacyjno-komunikacyjne mogą wspierać rozwój dziecka w wieku przedszkolnym? Studium teoretyczne. W: J. Pyżalski (red.), Małe dzieci w świecie technologii informacyjno-komunikacyjnych – pomiędzy utopijnymi szansami a przesadzonymi zagrożeniami (s. 115–157). Łódź: Wydawnictwo Eter.
- American Academy of Pediatrics. (2016). American Academy of Pediatrics Announces New Recommendations for Children's Media Use (10/2016).