

Tabletowe dzieci – zmora XXI wieku

XXI wiek to wiek mobilności i... ekranów. Średnio spędzamy przed nimi sześć i pół godziny dziennie. Wystarczająco dużo, by zastanowić się nad tym, czy na pewno jest to taki sposób spędzania wolnego czasu, jaki chcielibyśmy zaszcześcić w naszych dzieciach. Tymczasem one, jak to one... Czujnie nam się przyglądają.

„Jak przygarnięte przez wilki dziecko staje się wilkiem poprzez życie wśród nich, tak my nabywamy funkcjonalności właściwej przedmiotom” – to zdanie francuskiego socjologa i filozofa kultury Jeana Baudrillarda oddaje ducha dzisiejszych czasów. Wychowani w erze ekranu telewizora wychowujemy nasze dzieci zgodnie z ekranologią – przed komputerami, laptopami, tabletami i smartfonami, nie zważając na to, jakie skutki przynosi to naszemu społeczeństwu. A przynosi spore. Bo choć ekran wydaje się nam już dziś czymś tak naturalnym, że trudno wyobrazić sobie bez niego funkcjonowanie we współczesnym świecie, z ewolucyjnego punktu widzenia wciąż jesteśmy jaskiniowcami. A jedynym, co oświeślało jaskinie, był płomień ogniska. A nie ekran telewizora czy tabletu.

Tymczasem mamy XXI wiek i fakty mówią same za siebie:

- **90 proc. dzieci poniżej drugiego roku życia ma kontakt z jakimś rodzajem mediów elektronicznych;**
- **dzieci do 2 roku życia oglądają średnio 1–2 godziny telewizji dziennie;**
- **jedna trzecia dzieci ma telewizor w sypialni w wieku 3 lat;**
- **39 proc. rodziców małych dzieci przyznaje, że telewizor jest w ich domach włączony przez przynajmniej 6 godzin dziennie.**

Dlaczego ekrany przyciągają?

Małe dziecko nie ma jeszcze rozwiniętej podzielności uwagi. To natomiast powoduje, że kolorowe, ruchome obrazy z ekranu zwracają jego uwagę i przyciągają. Paradoksalnie dziecko nie uczy się wtedy koncentracji. Jego niedojrzały układ neurologiczny nie jest w stanie przyjąć tak dużej ilości bodźców, jakie serwuje elektronika. Profesor Manfred Spitzer, psychiatra i neurobiolog od lat walczący o zwiększenie świadomości społecznej dotyczącej skutków korzystania z elektroniki przez dzieci, w książce „Cyfrowa demencja” pisze, że: „Spowolniony lub ograniczony rozwój języka i procesów myślowych w wieku przedszkolnym, wywołany zbyt częstym kontaktem z elektronicznymi mediami wizualnymi, wpływa niekorzystnie na całokształt biografii edukacyjnej dziecka”.

Nie dość więc, że telewizja czy, ogólnie rzecz ujmując, elektronika nie ma, jak mogłoby się nam wydawać, walorów edukacyjnych dla dzieci (szczególnie tych najmniejszych), to serwuje im pobudzenie psychoruchowe, wzmogoną wrażliwość na bodźce, nerwowość, zaburzenia koncentracji i drażliwość. Określane mianem „tabletowych” dzieci powoli wycofują się z kontaktów międzyludzkich, wykazują wzmogoną agresję i popadają w uzależnienie. Wszak nic tak jak ekran nie dostarcza im takiej ilości bodźców przy jednoczesnym nicnierobieniu. Czy istnieje zatem na świecie łatwiejsza rozrywka?

Konsekwencje siedzenia przed ekranem

Jakie są konsekwencje powszechnej ekranizacji? Amerykańskie Towarzystwo Pediatryczne (AAP) podaje, że zbyt częste sadzanie małych dzieci przed ekranem:

- zmniejsza ilość interakcji dzieci z rodzicami;
- powoduje, że dzieci nie rozwijają się językowo tak dobrze jak ich „nieekranowi” rówieśnicy;
- wpływa na zaburzenia snu i koncentracji;
- może powodować trudności w kontrolowaniu własnego zachowania, emocji, ruchliwości;
- psuje wzrok.

W jaki sposób dzieci powinny korzystać z elektroniki?

Amerykańskie Towarzystwo Pediatryczne ogłosiło, że dzieci poniżej 2 roku życia nie powinny spędzać czasu przed ekranem w ogóle. O ich późniejszym korzystaniu z elektroniki decydują natomiast różnice indywidualne i cel, do jakiego dzieci używają tych urządzeń. Czym innym jest bowiem nauka przez gry, czym innym poruszanie się w przestrzeni wirtualnej, a czym innym oglądanie bajek. Niemniej eksperci podają, że:

- dzieci od 2 do 5 roku życia powinny spędzać przed telewizorem lub komputerem nie więcej niż godzinę dziennie (programy i gry powinny być dostosowane do ich wieku);
- dzieci w wieku 5–8 lat mogą spędzać godzinę dziennie przed ekranem;
- dzieci powyżej 8 roku życia mogą spędzać przed komputerem czy telewizorem maksymalnie 2 godziny dziennie.

Kto wyrośnie z naszych współczesnych, tabletowych dzieci? Miejmy nadzieję, że nie dorosły, dla którego telefon jest jak przedłużenie ręki. Bo takie nieodpowiedzialne podejście do elektroniki może mieć poważne konsekwencje. Przekonacie się o tym, oglądając poniższy filmik. A my życzymy udanego odłączania się od ekranów – wam i waszym dzieciom.

