

# Uzależnienie od elektroniki może mieć poważne skutki dla zdrowia

06.04.17

Wady wymowy, luki w podstawowej wiedzy, a nawet zaburzenia określane przez specjalistów jako pseudoautyzm – to zagrożenia płynące z nadużywania przez młodsze dzieci urządzeń elektronicznych: telefonów, tabletów, konsoli czy telewizorów.



fot. Thinkstock

Przestrzegali przed tym specjaliści zgromadzeni w środę w Katowicach na konferencji "Przeciw e-uzależnieniom – spotkajmy się w rodzinie", organizowanej w ramach kampanii Śląskiego Kuratorium Oświaty w Katowicach "Rodzina TAK#e-uzależnienia NIE". Jak powiedziała śląska kurator oświaty Urszula Bauer, kampania ma wspierać szkoły i inne instytucje, a także rodziny - w profilaktyce i terapii. "Chcemy przede wszystkim podejmować takie działania, które pozwalają przeciwdziałać zjawiskom patologii wśród dzieci i młodzieży, zapewnić dzieciom bezpieczeństwo i uczulić je na niebezpieczeństwa, które czekają w świecie wirtualnym" - powiedziała kurator.

Psycholog dr Ewa Nieroba z Poradni Pedagogiczno-Psychologicznej w Kłobucku przedstawiła wyniki badań na grupie 360 gimnazjalistów i ich rodziców przez specjalistów tej poradni. Okazało się, że 14 proc. gimnazjalistów i 24 proc. ich rodziców jest bardzo realnie zagrożonych lub już uzależnionych od internetu.

Przebadano także dzieci w wieku przedszkolnym – pięcio- i sześciolatków wraz z rodzicami. Dzieci miały nazwać obiekty na czterech zaprezentowanych im tablicach; były na nich dzieci zwierząt, dzikie zwierzęta żyjące w Polsce, sprzęty domowe i urządzenia cyfrowe.

"Najszybciej i prawie zawsze poprawnie dzieci odpowiadały na pytania o sprzęt elektroniczny, najgorzej wypadły w teście na znajomość dzieci zwierząt. To jest katastrofalne - mimo że jest to w programie edukacji przedszkolnej dzieci nie wiedzą, że dziecko konia to źrebiak, a dziecko psa – szczeniak" – powiedziała PAP dr Nieroba.

Specjaliści podkreślali podczas konferencji, że do ukończenia drugiego roku życia dziecko w ogóle nie powinno korzystać z telewizora, tabletu czy telefonu komórkowego. "W wieku przedszkolnym młodszym dozwolone jest maksimum pół godziny dziennie i nie chodzi tylko o kontakt bezpośredni - kiedy je sadzamy przed telewizorem czy dajemy do ręki urządzenie,

ale też o to, jak telewizor jest używany w domu. Badanie przeprowadzone w Tychach wykazało, że ponad 30 proc. rodziców, wchodząc do domu, natychmiast włącza telewizor i on chodzi non stop. Dzieci niby się bawią, ale ten telewizor cały czas je stymuluje i mają potem ogromne kłopoty. To ma wpływ na funkcjonowanie układu nerwowego" – podkreśliła dyrektor Poradni Pedagogiczno-Psychologicznej w Tychach Izabela Rodak.

Jak poinformowała, specjaliści zatrudnieni w takich poradniach obserwują większy odsetek dzieci mających problemy z wymową. "Kiedyś, kiedy tych technologii nie było, naprawdę tego nie obserwowaliśmy w takiej ilości – więcej niż połowa dzieci idących do I klasy ma wadę wymowy. W 25-osobowej grupie przedszkolnej trzylatków zdarza się dwoje, troje dzieci, które w ogóle nie mówią. Podłoże oczywiście może być różne, ale na pewno wpływ telewizji jest" – powiedziała Izabela Rodak.

Innym zjawiskiem obserwowanym w poradniach pedagogiczno-psychologicznych jest – jak mówiła – tzw. pseudoautyzm. Takie dziecko nie patrzy w oczy, nie słucha, nie mówi, biega cały czas, jest nakręcony, jakby je ktoś do prądu podłączył. "Mówimy rodzicom: przede wszystkim odstawić telewizję, bo okazuje się, że dziecko non stop ogląda bajki, bo wtedy jest grzeczne. Po trzech tygodniach przychodzi inne dziecko, próbuje nawiązać kontakt" – relacjonowała Rodak.

Jak zaznaczyła, nadużywanie urządzeń elektronicznych przez dzieci może zaburzyć u nich budowanie sieci neuronalnych, odpowiedzialnych np. za komunikację, empatię, koncentrację uwagi.

Zdaniem dr Nieroby, zauważalny jest kryzys rodziny, przejawiający się m.in. w słabych więziach czy zbyt liberalnym wychowaniu dzieci. "Rodzice nie mają świadomości, że zakres wolności, jaką dają dzieciom przedszkolnym i gimnazjalistom, jest zbyt duży. Rodzic musi kontrolować zarówno ilość czasu spędzanego przed komputerem, jak i jego jakość, bo jakość tej aktywności może być bardzo niebezpieczna" – zaznaczyła.

Dodała, że bardzo ważne są też dobre relacje między rodzicami a dzieckiem, a z tym - co także wynika z badań - ostatnio nie jest najlepiej. "Naprawdę nie ma czasu wspólnego, nie ma więzi, a nawet jeśli więź jest, to rodzice są teraz często bardzo liberalni i nie chce im się walczyć z dzieckiem, a tu trzeba trochę iść na wojnę. Nie znam dziecka, które grzecznie odkłada urządzenie, kiedy rodzic mówi, że już koniec. Dziecko musi słyszeć rodzica zdeterminowanego, silnego, który na +nie+ dziecka odpowie: +ty tu nie rządzisz+" - powiedziała Ewa Nieroba.

( za [www.oswiata.abc.com.pl](http://www.oswiata.abc.com.pl))