

Czy znacie małe dziecko, które nie wie, jak wygląda telefon komórkowy? Albo laptop? Nowoczesne sprzęty elektroniczne są wszechobecne. I warto z nimi dziecko oswajać. Byle rozsądnie.

Tekst **ALEKSANDRA KSOKOWSKA-ROBAK**
i **KATARZYNA ZEH**, psycholożki
z poznańskiej pracowni Humani

Dziecko przed ekranem

PLUSY Z korzystania z laptopa czy smartfona dziecko może wynieść pewne korzyści. Nie chodzi tylko o zajęcie jego uwagi, gdy musi na coś poczekać, albo dostarczenie rozrywki. Warto wprowadzać dziecko w świat cyfrowych urządzeń, ponieważ:

W TEN SPOSÓB DZIECKO UCZY SIĘ MĄDREGO KORZYSTANIA Z DOBRODZIEJSTW TECHNOLOGICZNYCH

Kto powiedział, że komputer musi służyć tylko do grania w gry i do oglądania bajek! To od rodzica dziecko uczy się, jak z niego korzystać. I dowie się na przykład, że w internecie można poszukiwać informacji z najróżniejszych dziedzin. Tam znajdzie odpowiedź na pytanie, jak wygląda baobab, podpatrzy codzienne życie żubrów lub bocianów oraz posłucha ulubionej piosenki dzieci z Nairobi. Taki ekran to bardzo użyteczna maszyna. Tyle wie! I tak szybko dociera w tyle miejsc. Dzięki niemu można też porozmawiać z tatą, który wyjechał do Irlandii, albo zobaczyć się z dziadkami, którzy mieszkają daleko.

UCZY SIĘ GRANIC I DBANIA O WŁASNE BEZPIECZEŃSTWO

Są programy i strony dla dorosłych, te dla dzieci i dla wszystkich. To od dorosłego zależy, co dziecko zobaczy. Rodzic decyduje, kiedy wyłączy komputer czy telewizor ze słowami „To nie jest odpowiednie dla Ciebie” albo powie „Teraz jest czas tylko dla mnie, idźcie się pobawić w swoim pokoju”. Niezbędne jest też mądre przygotowanie dziecka na zagrożenia, jakie może napotkać. Warto uczyć już przedszkolaka, jak poruszać się w wirtualnym świecie. Małec musi wiedzieć, że powinien zawołać rodziców zawsze, gdy podczas „wirtualnej zabawy” napotka coś, co go zaniepokoi, przestraszy, o czym pomyśli, że to nie dla niego.

MUSI DOKONYWAĆ WYBORÓW

Jedność miejsca, czasu i akcji dotyczy nie tylko teatru starożytnego, ale także korzystania z bardzo nowoczesnych osiągnięć technologicznych. Gdy jest jeden ekran, można skupić się na jednym. Ponadto małe dziecko nie ma takiej wydolności, by robić naraz kilka rzeczy. Jego podzielność uwagi się rozwija. Nie da się więc jednocześnie śledzić meczu, oglądać bajki i grać w grę. Trzeba wybrać. Trzeba zdecydować, co teraz. I dogadać się z siostrą, „którą bajkę dziś będziemy oglądać”. Bo jak się nie dogadamy, to rodzice nie włączą żadnej.

ĆWICZY UMIEJĘTNOŚĆ KOŃCZENIA

Rodzice starszych dzieci żalą się, że nie mogą oderwać dziecka od komputera, konsoli, komórki. Kończy się to awanturami i złym nastrojem rodziców i dzieci. Trudnej umiejętności „kończenia na czas” maluchy uczą się od pierwszych chwil obcowania z technologią. Na początku to rodzic zapowiada „Jeszcze jedna bajka i wyłączam laptop”. I wyłącza, nawet gdy wzbudza to żal i złość. Po to, by dziecko w przyszłości potrafiło samo wyłączyć, odejść od ekranu.

MINUSY

Co złego może wyniknąć z obejrzenia bajki? Albo z grania na smartfonie taty? Owszem, coś niekorzystnego dla dziecka może się z tym wiązać. Warto przyjrzeć się temu, jak „ekran” wpływa na życie malucha. Zbyt częste lub nierozważne korzystanie z osiągnięć techniki może sprawić, że dziecko:

UCZY SIĘ BIERNEGO STYLU ODPOCZYWANIA

W dzieciństwie tworzą się wzorce. Także wzorce spędzania wolnego czasu. Warto więc pilnować proporcji. Będąc rodzicem kilkulatka, musimy pamiętać, że podstawową aktywnością malca jest ruch, działanie. Spacer, piaskownica, klocki, gotowanie z mamą obiadu, zanurzanie rącek w fasoli, nicnierobienie, ganieianie się z bratem – jest tyle zajęć w ciągu dnia, a siadanie przed ekranem to tylko jedno z nich. To my, rodzice, pokazujemy dziecku, ile czasu, energii i zaangażowania wkładać w każdą z tych rzeczy. Gdy pozwalamy dziecku często spędzać czas przed ekranem, trudniej będzie je przekonać do układania klocków, które wymaga wysiłku, myślenia, zaangażowania.

JEST BIORCĄ, A NIE TWÓRCĄ

Dzieci, które dużo czasu spędzają przed komputerem czy telewizorem, mają coraz mniej pomysłów na własne zabawy. Tyle dzieje się na ekranie, są tak pochłonięte wirtualnym światem, że brakuje już energii na rozwijanie własnego świata wewnętrznego. Są odtwórcze, ślepo naśladują, gorzej radzą sobie z rozwiązywaniem problemów. Mają gotowe rozwiązania, które podpatrzyły w filmie, bajce, ale te rzadko są przydatne w tej konkretnej sytuacji. Świat wirtualny i realny rządzą się innymi prawami.

JEST ZMĘCZONE NADMIAREM BODŹCÓW

Wpatrywanie się w ekran jest pozornym odpoczynkiem. Bardzo męczy wszelkie funkcje poznawcze – kojarzenie, spostrzeganie, uwagę, pamięć – czyli to, od czego zależy rozwój poznawczy. Jeśli mózg malucha zmęczy się wielogodzinnym śledzeniem akcji na monitorze, nie oczekujmy, że da radę wymyślić coś twórczego. Przeciążenie może także objawiać się rozdrażnieniem, trudnościami w zasypianiu i nieefektywnym snem, niechęcią do zabaw z innymi.

ZOSTAJE SAM NA SAM Z NIEZNANYM

Jeśli nie wiemy, co dziecko zobaczy, nie warto ryzykować! Może to być coś, co zaszkodzi maluchowi. Mówimy o sytuacjach nadużycia, gdy maluch ogląda coś, co jest dla niego przerażające lub nieprzeznaczone dla osoby w tym wieku. Jeśli nie ma obok rodzica, który przerwałby lub wytłumaczył, o co chodzi – dziecko może zrozumieć błędnie „po swojemu” (i w dalszym życiu będzie korzystało z tej błędnej wiedzy) bądź odreagować to emocjonalnie płaczem, nasileniem strachu albo złością. Nie ma też szansy na poznanie źródeł tej sytuacji, możemy jedynie się domyślić, co „zaszkodziło”.

Świat wirtualny dziecko wchłania jak gąbka. Wgrywa się on w pamięć jego „twardego dysku” i pozostaje często ukryty w nieświadomości przez całe życie. Badania pokazały, że obok zachowań bliskich dorosłych to media są drugim źródłem wdrukowanej wiedzy i modelem zachowań. Warto więc mieć kontrolę nad tym, czego i w jaki sposób uczy się dziecko.

