

Małe dziecko i smartfon

Nie jest łatwo przejść obojętnie obok faktu, którym jest coraz częściej spotykany widok bardzo małego dziecka z tabletem bądź telefonem w ręczce. Możemy to zauważyć między innymi w restauracjach, galeriach handlowych, autobusach, czy pociągach. Dlaczego? Rodzice argumentują, że głównie w celu "zajęcia czymś" dziecka czy uspokojenia go. W chwili gdy dziecko płacze, krzyczy, zachowuje się nieodpowiednio, podanie mu telefonu działa kojąco – zauważyć można natychmiastowy uśmiech i spokój. Czy jednak takie zachowanie jest odpowiednie?

Mózg dziecka najbardziej intensywnie rozwija się przez pierwsze lata jego życia. Występuje wówczas szereg skomplikowanych zmian i procesów, niezwykle istotnych dla jego funkcjonowania w późniejszym życiu. Rolą rodzica jest wówczas zapewnienie dziecku jak najlepszych warunków do tego, aby jego mózg rozwijał się prawidłowo. Używanie przez dziecko urządzeń elektrycznych w pierwszych etapach życia może przynieść wiele nieoczekiwanych i negatywnych skutków w rozwoju, zarówno fizycznym jak i psychicznym, poznawczym, emocjonalnym. Kontakt z telefonem nie może zastąpić dziecku kontaktów interpersonalnych, a niestety często tak się dzieje. Prowadzić to może do licznych kłopotów, takich jak brak umiejętności porozumiewania się z rówieśnikami, czy brak chęci wobec uczęszczania do przedszkola. Dziecko musi zdobyć odpowiednie umiejętności społeczne, aby w przyszłości prawidłowo funkcjonować w społeczeństwie. Odmowa telefonu najczęściej skutkuje krzykiem, płaczem, histerią i nie jest niczym innym jak zespołem odstawienia (mamy do czynienia z uzależnieniem behawioralnym).

Zalecenia Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) mówią, że do drugiego roku życia kategorycznie zabronione jest podawanie dziecku urządzeń elektrycznych. W wieku przedszkolnym czas jaki dziecko może poświęcić na kontakt z telefonem, bądź tabletem to 30 minut w ciągu dnia, a na etapie wczesnoszkolnym czas ten wydłuża się do maksymalnie dwóch godzin.

W jakim wieku umożliwić dziecku korzystanie ze smartfonu czy tabletu? Okazuje się, że nie ma jednogłośnej odpowiedzi na to pytanie. Odpowiedzialność spoczywa na rodzicach. To oni najlepiej znają swoje dzieci i ich potrzeby, co nie oznacza, że będą ulegać, aby mieć „święty spokój”. Najlepiej, aby ten moment nastąpił jak najpóźniej, nie poddając się silnej presji dziecka i otoczenia. Powszechnie podaje się, że najwcześniej podarować dziecku telefon/smartfon można w wieku 7 lat. Dziecko, widząc rodziców spędzających mnóstwo czasu przed telewizorem, czy wpatrzonych w smartfon, uzna to za zachowanie normalne, pożądane i powszechne. Jeżeli dla rodzica telefon jest „przedłużeniem ręki”, że nie odrywa on oczu od ekranu nie należy się dziwić, że i dla dziecka kontakt z ekranem będzie ważny jak tlen. I żaden psycholog już na to nie pomoże.

Opracowanie: Poradnia Psychologiczno – Pedagogiczna nr 2 w Rzeszowie