

POTENCIJALI I MOGUĆI RIZICI PREKOMJERNOG KORIŠTENJA DIGITALNIH UREĐAJA U RANOJ DOBI

Upotreba suvremenih tehnologija u predškolskoj dobi je područje istraživanja koje je tek u začetku. Postojeće spoznaje o ulozi suvremenih tehnologija u ranom djetinjstvu ukazuju na njihove **potencijale** za podršku u razvoju djece, ali i upozoravaju na značajne **rizike** povezane s njihovom ranom i prekomjernom upotrebom, različitim načinima korištenja te vrstama sadržaja.



TJELESNI I MOTORIČKI RAZVOJ

U predškolskoj dobi igra je osnovni oblik tjelesne aktivnosti te treba biti zastupljena u svim aktivnostima u kojima dijete sudjeluje. Igra bi svojim sadržajima trebala poticati razvoj osnovnih motoričkih sposobnosti te usmjeriti na poticanje brzine, snage, koordinacije, ravnoteže, fleksibilnosti i preciznosti. Što više vremena dijete proveđe pred ekranom tim manje vremena provodi u slobodnoj igri u kojoj može razvijati tjelesne i motoričke vještine.

Kao posljedica toga može se pojaviti:

- **Lošija grafomotrika** - o grafomotorici djeteta obično se govori u vrijeme polaska u školu, ali te se vještine razvijaju već od najranije dobi.
- **Motorički nemir** u odsustvu digitalnog uređaja - motorički nemir se smanjuje tijekom korištenja digitalnih uređaja zbog brze izmjene informacija koje zadržavaju dječju pažnju.

- **Nepravilan raspored spavanja** - broj sati proveden uz televiziju povećava rizik za nepravilan raspored spavanja tijekom dana i noći. Mogu se javiti i teškoće spavanja, kao što su kasnije usnivanje, noćna buđenja, noćne more i dnevni umor.

- **Usporavanje metabolizma i pretilost** - količina vremena koju djeca provode uz ekrane i manjak vremena u igri na otvorenom povezano je s višom tjelesnom težinom djece.

- **Nepravilno držanje tijela** - tijekom sjedenja, većina djece zauzima njima najudobniji položaj, koji najčešće nije ispravan što s vremenom dovodi do nepravilnog držanja tijela.

- **Oštećenje vida i sluha** -digitalno naprezanje oka, udaljenost tijela od ekrana, količina plavog svjetla koja izlazi iz ekrana, glasnoća medija samo su neki od faktora oštećenja vida i sluha u najranijoj dobi.



KOGNITIVNI RAZVOJ



- ✖ Djeca koja počinju gledati televiziju prije dobi od 12 mjeseci i koja su uz nju provode više od 2 sata dnevno imaju značajno veći rizik od kašnjenja u kognitivnom razvoju .
- ✖ Dugotrajno svakodnevno korištenje medija **smanjuje mogućnost korištenja mašte.**
- ✖ Prekomjerna upotreba medija u ranoj dobi (više od 2 sata dnevno) povezana je s kasnijim **teškoćama pažnje i koncentracije.**



GOVORNO JEZIČNI RAZVOJ

5

- ☒ Djeca koja koriste digitalne uređaje prije nego što progovore, imaju **povećani rizik od kasnijeg razvoja govora.**
- ☒ Dok dijete gleda u TV, mobitel ili računalo, ono pasivno promatra bez mogućnosti interakcije što utječe na **usporen razvoj govora i slabije jezične sposobnosti.**
- ☒ Djeca koja provode više vremena uz ekrane u odnosu na svoje vršnjake također **sporije razvijaju jezik i govor.**
- ☒ Gledanje edukativnih dječjih sadržaja 1h/dnevno nakon 3. godine života može **pozitivno utjecati na usvajanje vještina vezanih uz razvoj čitanja i računanja.**



EMOCIONALNI I SOCIJALNI RAZVOJ

- ☒ Pretjerana upotreba digitalnih uređaja povezana je s **poteškoćama samoregulacije** u ranom djetinjstvu.
- ☒ **Zastrahujući ili agresivni sadržaj** - djeca se boje da bi se stvari koje su vidjeli na TV-u mogle dogoditi i njima. Naime, djeca u dobi od 3-5 godina još uvijek ne razlikuju stvarne od fiktivnih sadržaja, stoga sve što vide na TV-u misle da postoji i u stvarnosti.
- ☒ Mediji značajno utječu na **stvaranje slike o vlastitom tijelu** i nerealnih idealu ljepote.
- ☒ Vrijeme provedeno pred ekranom oduzima vrijeme koje dijete provodi u **interakciji s obitelji i prijateljima**.



PONAŠANJE

☒ U ranoj dobi djeca najviše uče po modelu.

Putem elektroničkih medija mogu biti izložena različitim vrstama sadržaja, čiji utjecaj je predmet interesa brojnih istraživača niz godina te je jasno uspostavljena njihova veza s dječjim ponašanjem. Djeca koja su izloženija prosocijalnim sadržajima sklonija su pozitivnijim stavovima i ponašanjima, dok je veća izloženost agresivnim sadržajima povezana s pojmom agresivnih ponašanja kod djece.



UČENJE I USVAJANJE VJEŠTINA

- ☒ Izloženost medijima u predškolskoj dobi može doprinijeti razvoju dječjih vještina i znanja, ali je pritom ključan sadržaj kojem su djeca izložena.
- ☒ Edukativni programi namijenjeni djeci ispod dobi od 18 mj. pokazuju se nedjelotvornima u poticanju jezičnog razvoja. Dječje mogućnosti praćenja i razumijevanja sadržaja koja je potrebna da bi video sadržaji mogli imati edukativnu ulogu dosežu tek u dobi od 1,5 do 2,5 godine.
- ☒ Kod djece mlađe od tri godine sama izloženost video sadržajima nije dovoljna za učenje, već je potrebna i podrška u vidu interakcije uživo. Drugim riječima, **djeca u ranoj dobi prvenstveno uče iz stvarnih situacija i interakcija s drugima.**



Mediji svakako mogu biti vrlo korisni.

Neizbježni su u obrazovanju, informiranju i zabavi djece. Njihovo korištenje i sadržaji utječu na gotovo sve aspekte dječjeg funkcioniranja i razvoja, stoga je izrazito važno roditeljsko posredovanje u njihovu korištenju.

Upoznajte se s programima koje vole vaša djeca, ukazujte djeci na zanimljive i dobi primjerene programe, pokušajte zajednički donositi odluke o tome što će se i kada gledati.

Ne zaboravite, djeca gledaju i vas, budite im primjer!