

Wpływ ekranu na mózg dziecka

Opracowanie na podstawie szkolenia: *Jak działa ekran na mózg dziecka*
dr hab. Magdaleny Szpunar

Cyfrowi tubylcy vs. Cyfrowi imigranci

Cyfrowi tubylcy	Cyfrowi imigranci
<p>Urodzeni po 1980</p> <p>Preferują obraz i dźwięk</p> <p>Preferują eksperymentowanie, szybkie uczenie się, ciągłe zmiany</p> <p>Nowe technologie traktują ufnie</p> <p>Przez większość dnia dostępni online</p>	<p>Urodzeni przed 1980</p> <p>Preferują tekst</p> <p>Systematyczni</p> <p>Podchodzą z rezerwą do nowych technologii</p> <p>W ciągu dnia nie czuwają nad tym, czy są dostępni online</p>

INTERNET I JEGO WPŁYW NA DZIECIĘCE MÓZGI

Długotrwałe korzystanie z Internetu implikuje zmiany w neuronalnej budowie mózgu. Ilona Kotlewska-Waś mówi o tym, że w okolicach 3 r. ż. dziecka zachodzi ważny proces w mózgu dziecka - **mielinizacja**. Jest to pokrywanie się połączeń nerwowych specjalną otoczką. Są to komórki mieliny, które przyspieszają przekazywanie informacji pomiędzy neuronami. Nic tak dobrze nie wpływa na proces mielinizacji jak np. wszelkie ogólnorozwojowe aktywności. Dr Kotlewska-Waś wskazuje też m.in. na następujący proces czyszczenia tych połączeń, które nie są używane, albo są używane rzadziej. *Ten proces jest bardzo ważny w wieku nastoletnim. To wygląda tak, że te połączenia, które tak silnie się tworzyły w drugim i trzecim roku życia, a potem przez dziesięć czy więcej lat nie były używane, są kasowane przez mózg jako niepotrzebne szklaki neuronalne - wyjaśnia neurobiolog i neuropsycholog.*

↯ Dzieci, które od wczesnych lat spędzają wiele godzin przed ekranami komputerów, wykazują trudności w rozpoznawaniu emocji na twarzach innych osób

↯ Specjalizacja nowych obszarów mózgu odpowiedzialnych za kontakt z technologią osłabia inne, m.in. te odpowiedzialne za kontakty z ludźmi :> neuroplastyczność

↯ Ewoluuujący mózg koncentrując się na nowych umiejętnościach technologicznych, odsuwa się od swoich podstawowych funkcji, takich jak odczytywanie wyrazu twarzy rozmówców, czy wychwytywanie kontekstu emocjonalnego z obserwacji subtelnych gestów

↯ Intensywny kontakt z technologią od najwcześniejszych lat sprawia, że dzieci doskonale radzą sobie z technologią, ale nie radzą sobie z nawiązaniem relacji z rówieśnikami, prawidłowym interpretowaniem wyrazu twarzy rozmówców, uwzględnieniem preferencji innych osób podczas podejmowania własnych decyzji

↯ Konsekwencją jest wzrastający odsetek przypadków dysleksji, dzieci stymulowane przez poruszające się obrazki na ekranach nie są w szkole zainteresowane literami, a zwłaszcza tym co one ukrywają

↯ Nie czytają ze zrozumieniem dłuższych tekstów , mają problemy z rozumieniem treści bez wsparcia ilustracji

CYFROWY AUTYZM

- Wczesne niewłaściwe stymulacje obrazem (telewizja, komputer, telefon komórkowy) wywołuje nieodwracalne zmiany w mózgu małych dzieci; hamuje kształtowanie się prymatu struktur lewej półkuli odpowiedzialnej za przetwarzanie mowy
- Proces kierowania uwagi na przekazy językowe jest zaburzony w sytuacji, gdy dziecko słyszy i/lub widzi program telewizyjny lub obraz komputerowy. Sieci neuronalne pracują według zasady konkurencyjności, poruszające się obrazy oraz dźwięki niewerbalne (np. w reklamach) automatycznie „eliminują” odbiór informacji językowych
- W pomieszczeniu, w którym włączony jest telewizor, czy telefon komórkowy dziecko słyszy mowę, ale jej nie słucha (nie dedukuje). Dzieci stają się niejako „odporne” na język, informacje językowe nie są przesyłane do dalszego przetwarzania, bowiem mózg uznaje je za nieistotne.
- Wczesna stymulacja technologiczna przyczynia się do nasilenia lub nawet wywołania zaburzeń autystycznych. Potwierdzone są przypadki dzieci, które ok. 20-24 miesiąca życia ujawniające wiele zachowań ze spectrum autyzmu, w którym jednym obciążeniem w wywiadzie jest informacja, że przez wiele miesięcy swego życia spędziły przed telewizorem 5-6 godzin dziennie lub komputerem, telefonem komórkowym.
- Bez osobistej stymulacji interpersonalnej sieci neuronów dziecka ulega atrofii, a mózg może nie rozwinąć prawidłowych umiejętności społecznych
- Konsekwencje: krótszy zakres uwagi, zmniejszenie umiejętności językowych, nadpobudliwość, rozdrażnienie, zmiana miejsca przetwarzania danych związanych z podejmowaniem codziennych decyzji - brak empatii.**

**BAJKI, KTÓRE POWINNY
WZBUDZIĆ CZUJNOŚĆ
RODZICA....**

„My Little Pony” - jedyna bajka dla dzieci, która doczekała się własnego fan clubu... złożonego z trzydziestoletnich męskich frustratów! Grupy Bronies szturmują salony, a kucyki Pony przyciągają podobno przed ekrany miliony osób w wieku 18+! Najgorsze jest, że te kucyki nie dość, że są niesamowicie krzykliwe i napastliwe i w niczym nie przypominają tego, co oglądamy w stajniach, to jeszcze ich słownictwo jest tragiczne (zaciesz=obciach, „Przestań jójczyć, matołku”, „Czy nie sądzicie, że Appleshy jest jakaś... dziwna? Śnięta? Wczorajsza?”). Co gorsze, kucyki Pony dają do zrozumienia, że magią da się wszystko załatwić....

Animacje z serii „Lego” –wzrok męczy się już po 30 sekundach oglądania. Naprawdę można dostać oczopląsu. Albo ataku padaczki. Samochody rozkładają się i składają w zabójczym tempie, a potem dziecko żąda, abyś tak samo szybko złożył mu zestaw, który posiada w domu. A tobie schodzi na tym 3 godziny. W konsekwencji zastanawiasz się dlaczego Twoje dziecko nie ma cierpliwości...

„Świnka Peppa” – kreuje model pokazują, że małe dzieci (George!) to nic innego nie robią, tylko przeraźliwie marudzą. Głupkowato chichoczące po każdym słowie czy beknieniu, chrumkające tak, że się dom się trzęsie. Peppa jest niezwykle uzależniająca. Twórcy to wiedzą, bo sama bajka to tylko mała gałąź tego biznesu – chodzi przecież o rodziny obraz: „matka przy garach, ojciec w pracy” Ponad to słyszymy z ekranu co chwilę wyzywają się od „głuptasów. Zwróćmy uwagę jak produkcje typu Peppa, czy lego wpływają na nasze dzieci, które nieustannie proszą o kubek z Peppą, talerz z Peppą, zeszyt z Peppą, piórnik z Peppą i inne niezbędne do życia gadżety.

„Nie przyuczaj dziecko do nauki siłą ani surowością; lecz kieruj je do niej przez to, co bawi jego umysł , abyś mógł lepiej odkryć z dokładnością osobliwe skrzywienie geniuszu każdego z nich” (Platon)

„Wszystko co osiągnięte tresurą, naciskiem, przemocą, jest nietrwałe, niepewne, zawodne”
(Janusz Korczak)

CO ZROBIĆ, BY OGLĄDANIE BAJEK TELEWIZYJNYCH NIE MIAŁO NEGATYWNYCH KORZYŚCI NA FUNKCJOWANIA DZIECKA ?

- ▶- Unikać włączania bajek dzieciom do około drugiego roku życia;
- ▶- W przypadku gdy rodzic chce włączyć dziecku bajkę, powinien w miarę możliwości obejrzeć ją razem z nim. Stanowi to doskonałą okazję stworzenia sytuacji do swobodnych wypowiedzi dzieci, a więc rozwoju mowy. W trakcie oglądania możemy spytać np. Gdzie mieszka ten pies?. Jak nazywa się jego dom?.
- ▶- Zadbaj o to, aby dziecko oglądało programy/ bajki telewizyjne oparte o krzesło lub fotel z nogami symetrycznie skrzyżowanymi, gdyż długotrwałe utrzymywanie nieprawidłowej postawy przyczynia się do skrzywienia kręgosłupa;
- ▶- Przeciwdziałać wadom wzroku, zapewniając dziecku odpowiednią odległość od telewizora : 3,5 m, przy małym ekranie 2,5 m;
- ▶- Zwrócić uwagę na porę oglądania.
- ▶- Określić z dzieckiem ilość oglądanych bajek;
- ▶Ważne jest żeby dziecko wiedziało gdzie są granice.
- ▶- Zrobić „detox” od bajek - np. niech bohater bajki pojedzie na urlop.

Pomimo wielu zastrzeżeń i obaw jakie można mieć w stosunku do telewizji należy stwierdzić, że jest ona ważnym narzędziem w życiu człowieka, a na dziecko może mieć korzystny wpływ tylko wtedy, gdy nie koliduje przy tym z innymi zajęciami, a mianowicie:

- ▶ Nie ogranicza czasu przeznaczonego na zabawy ruchowe lub zabawy na świeżym powietrzu;
- ▶ Nie powoduje znudzenia dziecka;
- ▶ Nie ogranicza kontaktów dziecka z otoczeniem: rodzicami, rówieśnikami.
- ▶ Telewizja może więc dostarczać zarówno wiedzy jak i rozrywki.

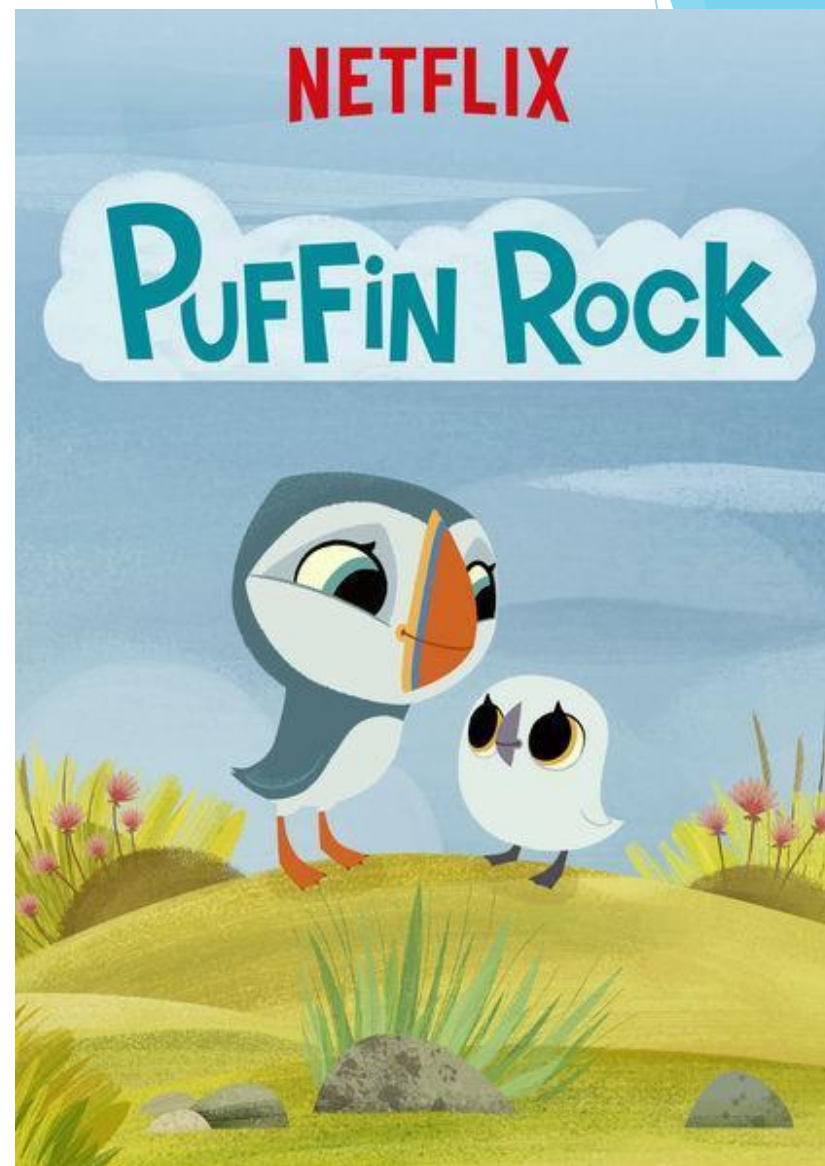
EDUKACYJNE BAJKI DLA DZIECI - WARTOŚCIOWE TYTUŁY

Puffin Rock

Długość odcinka: 20 min

► Wyjątkowo pozytywna edukacyjna bajka dla dzieci o przygodach małych maskonurów. Przyjemna grafika narysowana piękną kreską i ciekawe dialogi sprawiają, że naprawdę lubię tę bajkę. Ma sporo walorów edukacyjnych. Bohaterami są Oona i Baba - rodzeństwo, które spędza ze sobą sporo czasu na zabawach i poznawaniu świata. Bajka pokazuje dzieciom, że warto opiekować się innymi.

► Dostępna na NETFLIX



Baby Einstein

Tytuł oryginalny: Baby Einstein

Długość odcinka: 3,5 min

► Słuchajcie, przyznaję się bez bicia. Jak nie mam żadnej alternatywy i opadam z sił puszczam dzieciom odcinek Animal Farm. Junior aż podskakuje z radości. Siedzimy i nazywamy różne rzeczy, które pojawiają się na ekranie. W kategorii bajki dla najmłodszych dzieci - to naprawdę bardzo wartościowa pozycja i w niewielkich ilościach może być pomocna.



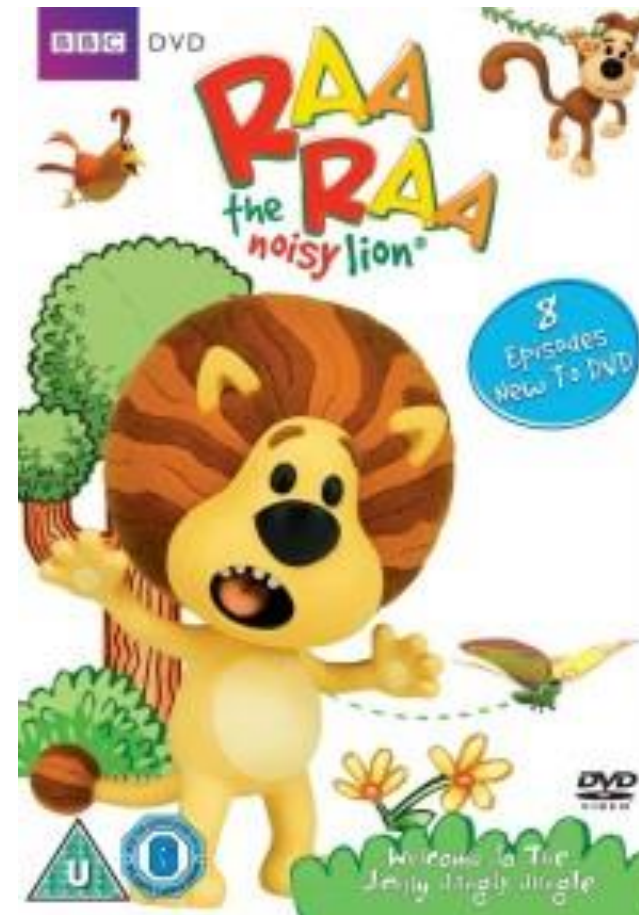
Season 1

Raa Raa, mały, hałaśliwy lew

Tytuł oryginalny: Raa Raa the Noisy Lion

Długość odcinka: 10 min

► Bardzo prosta w formie bajka, której głównym bohaterem jest hałaśliwy lew oraz jego przyjaciele z dżungli: Krokuś, Zebcia, Rafcia, Trąbuś i Uuu Uuu. Tym, co przyciąga w tej bajce, są dźwięki. Przy jej tworzeniu pracowali między innymi specjaliści od logopedii dziecięcej. Jest tu rytmika i magiczne fascynujące dźwięki. W każdym odcinku Raa Raa rozwiązuje jakiś nieskomplikowany problem. Szuka przyjaciół, swojego głosu, czy przyczyny pojawienia się jakiegoś tajemniczego dźwięku. W bajce tej nic nie rozprasza dzieci, co sprawia, że dźwięki stają się najważniejsze. Oglądać w ciszy

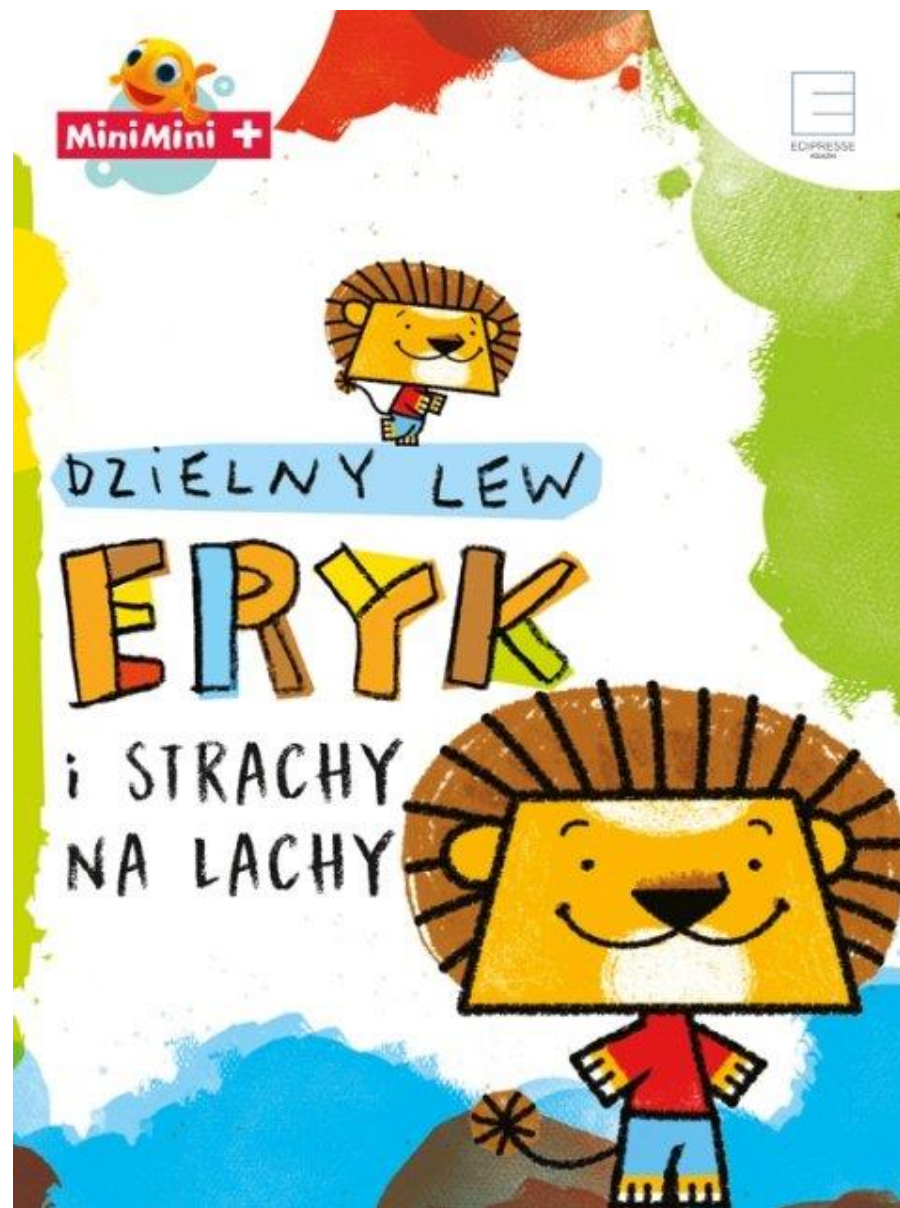


Dzielny lew Eryk

Tytuł oryginalny: Dzielny lew Eryk

Długość odcinka: 4 min

► Polski serial animowany z 2015. Eryk to lew, który choć dzielny, czasem się czegoś boi. Taka postawa pokazuje dziecku, że każdy ma prawo obawiać się nowych sytuacji, co nie znaczy, że nie jest dzielny. Eryk boi się burzy, pierwszego dnia w przedszkolu, czy mycia głowy. Bajka dla najmłodszych - oswaja dzieci z sytuacjami, które mogą spotkać na co dzień i uświadamia im, że strach ma wielkie oczy.



Myszka w paski

Tytuł oryginalny: Myszka w paski

Długość odcinka: 2.5 min

► Doskonała bajka dla przedszkolaków, która nie tylko oswaja dzieci z tym miejscem, ale pozwala im się identyfikować z wydarzeniami, które przedstawia Myszka w paski. Większość z nich dzieje się właśnie w przedszkolu. Myszka w paski pokazuje różne sytuacje, jakie mogą się tam wydarzyć i uczy, jak na nie reagować. Od niej dzieci dowiedzą się także, jak bezpiecznie poruszać się po ulicy oraz czym są pieniądze. Jest to polski serial animowany, który porusza wszechstronne dziecięcy życia, a wszystko na przykładzie dzieci z przedszkola.



Bing

Tytuł oryginalny: Bing

Długość odcinka: ok 7 min

▶ Bajka o empatycznym króliku i jego przyjaciółach. A co takiego jest w niej wspaniałego? Bing mówi bardzo dużo o emocjach, w taki sposób jak my to robimy, czyli nazywa je i tłumaczy. Bajka jest genialna! Jeżeli jej nie znacie to sprawdźcie.

▶ Codziennie jest na Mini mini + oraz jest kilka odcinków na YouTube.

▶ A na rynku jest też dostępny [Magazyn Bing](#)



ACAMAR
FILMS

Nawet nie wiesz jak
bardzo Cię kocham

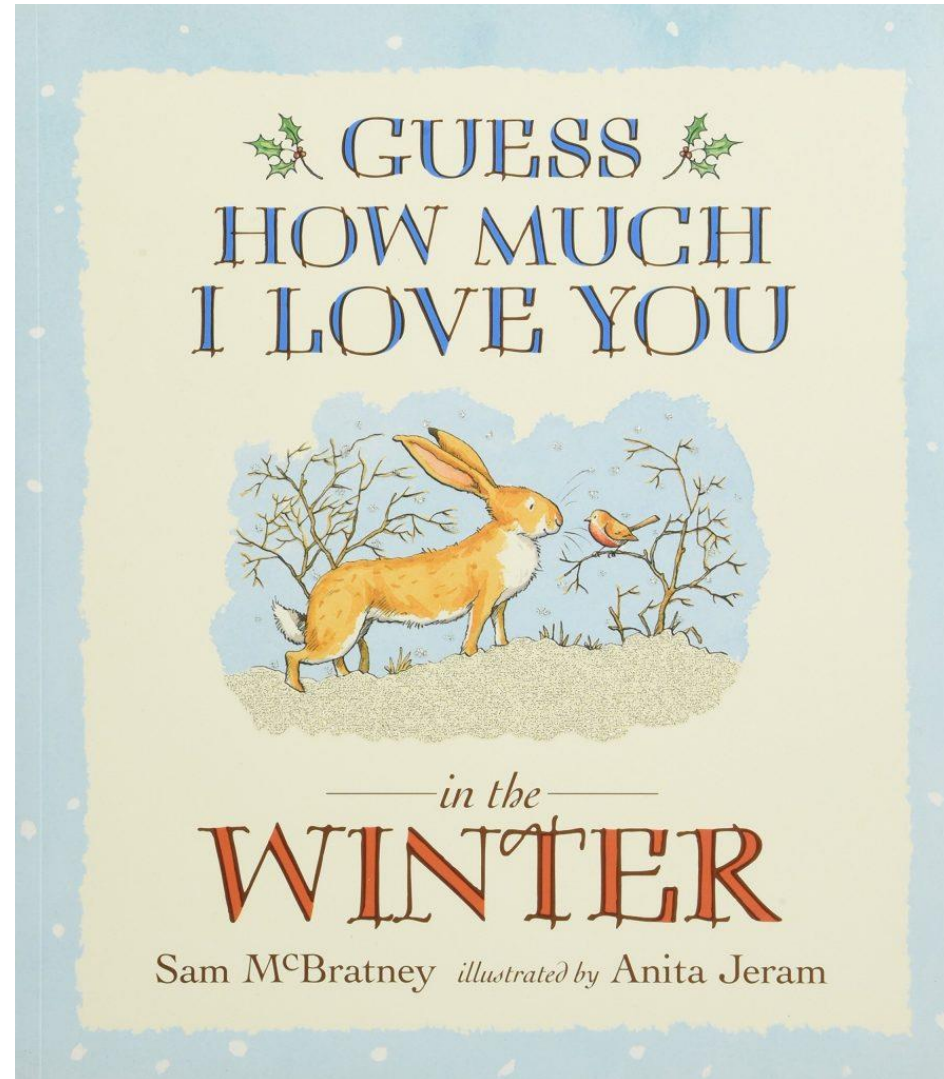
Tytuł oryginalny: Guess

How Much I Love You

Długość odcinka: 11 min

▶ Przepiękna animacja, która powstała na podstawie książki. Opowiada o miłości rodzica do dziecka. Wspaniała bajka dla najmłodszych.

▶ Do obejrzenia na Mini mini +

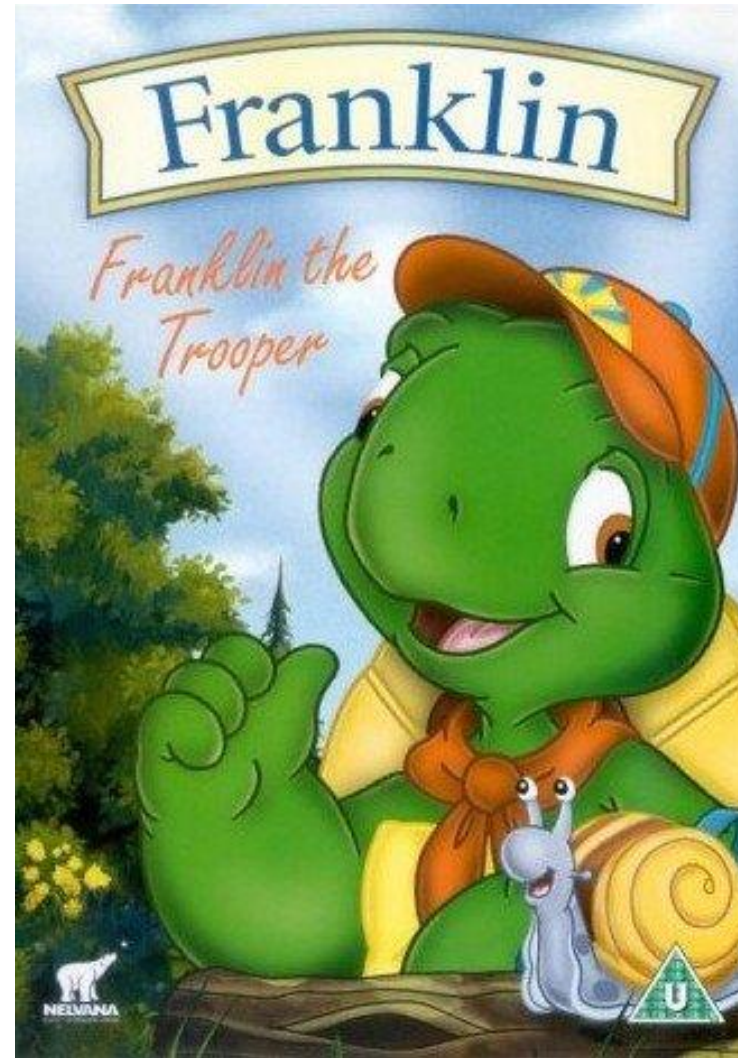


Żółw Franklin

Tytuł oryginalny:
Franklin

Długość odcinka: 21 min

► Żółw Franklin to niezwykle uroczy bohater, który ma swoich równie miłych przyjaciół. Poznaje świat wokół siebie, czasem zachowując się zabawnie, jak wtedy, gdy spotkawszy nietoperza, sam próbuje spać głową w dół, by sprawdzić, jak się czuje to stworzenie. Poznawanie świata - zwierząt, wydarzeń, zwyczajów - oto czego dzieci uczą się wraz z Franklinem. Wszystko w spokojnej, wolno płynącej fabule.



Tosia i Tymek

Długość odcinka: 11 min

- ▶ To chyba jedyna bajka, a właściwie film w duchu Montessori. Powstała na podstawie serii książeczek, których niestety nie można już nigdzie kupić (z genialnym przekładem Wandy Chotomskiej). Dostępne w bibliotekach.
- ▶ Kim są Tosia i Tymek? To rodzeństwo, które ma takie problemy jak nasze dzieci. Lilka uwielbia oglądać ten serial, bo jest realny. Nie ma tam potworów, strachów i innych. Jest to bardzo fajna bajka dla wrażliwych dzieci.
- ▶ Wszystkie odcinki możecie obejrzeć bez problemów na [Tosia i Tymek Youtube](#)



Strażak Sam

Tytuł oryginalny: Fireman Sam

Długość odcinka: 11 min

► Strażak Sam musi znaleźć się w tym zestawieniu, nie tylko dlatego, że jest to jedna z ulubionych bajek wielu chłopców, ale też dziewczynek, ale także z tego powodu, że ma mnóstwo walorów edukacyjnych, dotyczących bezpieczeństwa. To od Strażaka Sama dzieci nauczą się, jak postępować bezpiecznie z ogniem, dlaczego nie wolno beztrosko wychodzić w góry bez przygotowania, czy tego, co może prowadzić do pożaru lasu. Pierwsza pomoc i postępowanie w sytuacjach kryzysowych, a także sposoby na ich unikanie - oto przekaz Strażaka Sama.



*Warto nauczyć dziecko "postugiwania" się telewizorem,
a oduczyć tego, by telewizor "postugiwał" się nim.*

Cieszyńska - wywiad

<https://www.edziecko.pl/rodzice/7,79361,28806924,swinka-peppa-powinna-byc-zakazana-psycholozka-tlumaczy-dlaczego.html>