

Wpływ wysokich technologii na rozwój mowy

Wydaje się, że tablety i smartfony to świetne gadżety, dzięki którym można łatwo dzieci zająć i wyciszyć. Urządzenia mobilne mogą być doskonałym narzędziem przekupstwa – rodzice używają ich, aby uspokoić dziecko, unieruchomić w samochodzie czy w wózku...

Badania amerykańskie przeprowadzone na maluszkach w wieku od 6 miesięcy do 2 lat, wykazały, że 20% dzieci przed 18 miesiącem życia korzystało ze smartfona lub tabletu średnio przez 28 minut dziennie. Kolejne lata obserwacji wykazały, że im więcej czasu dziecko spędzało z urządzeniem, tym większe było ryzyko opóźnień w rozwoju mowy.

Najogólniej rzecz ujmując, mózg zbudowany jest z dwóch półkul. Prawa półkula odpowiedzialna jest za odbiór i przetwarzanie bodźców dźwiękowych oraz obrazowych (niejęzykowych). Lewa półkula specjalizuje się w odbiorze oraz tworzeniu języka (mowie).

Pierwsze dwa lata życia to bardzo intensywny rozwój mózgu maluszka, dlatego w tym okresie niezwykle ważne jest z jakimi bodźcami styka się dziecko.

W naszych domach technologie wypełniają każdy kąt – telewizor jest włączony często przez cały dzień (nawet „w tle”), gra radio, na podłodze leży mnóstwo zabawek, które wydają dźwięki, dzieci nierzadko korzystają ze smartfonów i tabletów... Może to oznaczać, że współczesne dziecko jest przestymulowane bodźcami prawopółkulowymi, ma natomiast niewystarczająco bodźców lewopółkulowych (czyli językowych). **Prawa półkula blokuje lewą i w efekcie tego mowa rozwija się z opóźnieniem.**

Dziecko „zatopione” w bodźcach prawopółkulowych owszem usłyszy wołanie mamy na obiad, ale nie zarejestruje, że mama, że woła i że na obiad. Usłyszy tylko fizjologiczny dźwięk, na co pozwoli mu prawidłowo funkcjonujący narząd słuchu. Taki schemat powtarzający się codziennie spowoduje stopniowe hamowanie rozwoju języka, coraz bardziej upośledzone staną się neurony zwierciadlane (odpowiedzialne za rozumienie emocji drugiego człowieka oraz empatię). Stałe blokowanie językowej półkuli mózgu, negatywnie wpłynie na kontakty międzyludzkie oraz nawiązywanie znajomości z rówieśnikami. Mowa ulegnie schematyzacji.

Telewizja a rozwój mowy

Profesor Jagoda Cieszyńska (psycholog i logopeda) z Krakowa podkreśla, że oglądanie telewizji przed 18 miesiącem życia może mieć negatywny wpływ na rozwój mowy, umiejętności czytania (w przyszłości), czy pamięć krótkoterminową.

Dziecko, które długie godziny spędza przed ekranem telewizora, uczy się ignorować dźwięki mowy, uznaje je za nieistotne i nie nadaje im znaczeń. Otóż już samo włączenie telewizji, by „grała w tle”, nawet gdy nikt jej nie ogląda, wystarcza by wpłynąć negatywnie na rozwój mowy dziecka. Zwykle rodzic mówi do dziecka około 940 słów na godzinę. Jeśli telewizor jest włączony, liczba wypowiedzianych do dziecka słów spada do 770. Mniej słów oznacza mniej interakcji i mniejszą możliwość rozwijania kompetencji mówienia!

Warto uświadomić sobie, że żaden komputer, telewizor, ani program w nim oglądany nie zastąpi żywego słowa, które ma szansę zaistnieć w naturalnym kontakcie z drugim człowiekiem. Słowo, które dziecko odbiera za pomocą technologii, jest słowem biernym, nie pozwalającym na naturalny dialog, powrót do rozmowy. Żywe słowo, dialog z drugim człowiekiem, interakcja z nim, są odbierane i przetwarzane w lewej półkuli mózgu (językowej). Są to sytuacje, które stymulują pozytywnie rozwój języka u dziecka. Słowo bierne, migający obraz na ekranach jest analizowany i odbierany przez prawą półkulę (niejęzykową). Przewaga bodźców prawopółkulowych blokuje odbiór lewopółkulowym i tym samym nie pozwala na rozwój mowy i języka. Ceniony psychiatra i badacz mózgu, Manfred Spitzer, (autor m.in. „Cyfrowej demencji”) podkreśla, że dzieci oglądające telewizję w pierwszych latach życia, są wysoce narażone na późniejsze problemy w nauce.

Mózg jest plastyczny przez całe życie, jednak najmocniej do trzeciego roku życia. Oznacza to, że czas ten jest najcenniejszy w rozwoju dziecka. Pozytywna stymulacja przyniesie wtedy największe efekty, ale i negatywna pozostawi swój ślad. Mając świadomość, że pierwsze trzy lata dziecka są szczególnie ważnym okresem w jego rozwoju, możemy świadomie podejmować dobre decyzje i unikać tych szkodliwych. To, jak zostanie ukształtowany mózg w okresie jego najintensywniejszego rozwoju, będzie miało znaczący wpływ w rozwoju mowy dziecka.

Wielu opiekuńczych, mających dobre intencje rodziców nie jest świadomych szkód rozwojowych, które

wyrządza ich dzieciom ekspozycja na ekrany telefonów czy tabletów. Dlaczego to szkodzi?

Powody są następujące:

- większe ryzyko otyłości u dzieci,
- problemy ze snem,
- agresywne zachowania,
- opóźnienia w rozwoju psychospołecznym oraz językowym,
- problemy z koncentracją.

Co ekran robi z mózgiem dziecka?

Dzieci – spędzając czas wpatrzone w ekran – narażone są na nieustanne zmiany bodźców słuchowych i wizualnych, które ich mózg musi szybko przetwarzać. Gdy nagle zabraknie bodźców – w żłobku lub w przedszkolu, gdzie nie ma telefonu, ani tabletu i... wszystko dzieje się wolniej – mózg nie ma czego przetwarzać. Dopóki nie dostosuje się do prawdziwego życia i normalnego tempa, dziecko będzie nadmiernie pobudzone, niespokojne, a nawet przerażone tym, że brakuje mu stymulacji, którą wcześniej miało. Maluch może wtedy głośno krzyczeć, rzucać przedmiotami, niszczyć rzeczy, nerwowo biegać, szybko wpadać w złość.

Odbiór treści z filmów czy bajek jest bierny – tymczasem dzieci są naturalnie „zaprogramowane” do tego, by rozwijać się poprzez interakcję z innymi (mimika twarzy, ton głosu, patrzenie w oczy, naśladowanie).

Niemowlęta i małe dzieci uczą się lepiej dzięki materiałom, które mogą dotykać, manipulować nimi i poznawać wielozmysłowo. Stymulacja rozwoju mowy polega na nazywaniu przez rodzica elementów rzeczywistości, pomocne w tym będą zabawy, np. układanie klocków, śpiewanie kołysanek, także szeptem, zabawa instrumentami, muzykowanie, taniec, dźwiękowe memo. Co więcej, małe dzieci uczą się najlepiej poprzez interakcje z ludźmi.

Twarzą w twarz

Bezpośredni kontakt z dzieckiem, mówienie do niego, ma pozytywne skutki dla regulowania przez nie emocji. Maluchy do prawidłowego rozwoju potrzebują kontaktów twarzą w twarz, kiedy dorosły komentuje ich aktywności, nazywa działania oraz obiekty w najbliższym otoczeniu.

Amerykańska Akademia Pediatrów zaleca, by dzieci do 2. roku życia w ogóle nie oglądały telewizji, a dzieci starsze do 5. roku życia nie korzystały łącznie dłużej niż 1 godz. dziennie z telewizji i komputera i to przy czynnym udziale dorosłego.

Jeżeli maluch już korzysta ze smartfonów czy tabletów, to powinien być to czas interakcji między dzieckiem a opiekunem – warto komentować, co jest widoczne na ekranie, co się dzieje w aplikacji, grać z dzieckiem na zmianę, wymieniać się pomysłami.