

## **Μην «παρκάρετε» τα παιδιά στις ταμπλέτες!**

**Categories :** [ΥΓΕΙΑ - ΔΙΑΤΡΟΦΗ](#)

**Date :** 7 Φεβρουαρίου, 2015

***Νέα μελέτη επισημαίνει τους κινδύνους για τη χρήση τους σε μικρές ηλικίες***

***Αποφυγή της ενασχόλησης των μικρών παιδιών με ταμπλέτες και κινητά τηλέφωνα νέας γενιάς συνιστούν οι ειδικοί***

Όλο και περισσότεροι γονείς χρησιμοποιούν τους υπολογιστές - ταμπλέτες και τα «έξυπνα» κινητά, αντί για την τηλεόραση όπως έκαναν κάποτε, προκειμένου να κρατούν απασχολημένα τα μικρά παιδιά τους. Όμως, μια νέα αμερικανική επιστημονική μελέτη εγείρει σοβαρές αμφιβολίες κατά πόσο αυτό, πέρα από βολικό για τους γονείς, είναι πράγματι καλό για τα παιδιά, καθώς μπορεί να «φρενάρει» την κοινωνική και συναισθηματική ανάπτυξη του εγκεφάλου τους.

### **Οι επιπτώσεις**

Ερευνητές της Ιατρικής Σχολής του Πανεπιστημίου της Βοστώνης, με επικεφαλής την παιδίατρο **Τζένι Ραντέσκι**, αξιολόγησαν τις έως τώρα δημοσιευμένες μελέτες πάνω στις πιθανές επιπτώσεις της συχνής χρήσης υπολογιστών και κινητών από τα παιδάκια.

Οι ερευνητές προειδοποιούν ότι ναι μεν μπορεί ένας γονιός να αποσπάσει την προσοχή του παιδιού με αυτό τον τρόπο και έτσι το παιδί να απορροφηθεί με το νέο «παιγνίδι» του και να ησυχάσει, όμως το τίμημα μπορεί να είναι η ελλιπής ανάπτυξη του παιδιού, ιδίως όσον αφορά την ικανότητά του να αυτοελέγχεται και να επικοινωνεί με τους άλλους.

Οι επιστήμονες επισημαίνουν ότι ενώ μέχρι σήμερα έχει μελετηθεί εκτενώς η επίπτωση της τηλεόρασης και των βιντεοπαιγνιδιών στα μικρά παιδιά σε προσχολική ηλικία, δεν συμβαίνει το ίδιο με τις ταμπλέτες (tablets) και τα έξυπνα κινητά (smartphones).

*«Αν αυτές οι συσκευές γίνουν η κυρίαρχη μέθοδος για να ηρεμούν και να απασχολούνται τα παιδιά, θα μπορέσουν άραγε να αναπτύξουν τους δικούς τους εσωτερικούς μηχανισμούς αυτορύθμισης;»* θέτουν το ερώτημα οι ερευνητές. Μεταξύ άλλων, επισημαίνουν ότι υπάρχουν ενδείξεις πως όσα παιδιά κάτω των τριών ετών περνούν πολλή ώρα μπροστά σε μια διαδραστική οθόνη αφής, δυσκολεύονται να αναπτύξουν τις αναγκαίες ικανότητες για τα μαθηματικά και για τις επιστήμες γενικότερα.

### **Οι συστάσεις**

Η Τζένι Ραντέσκι συστήνει στους γονείς να ενθαρρύνουν στα παιδιά τους έγκαιρα την «άμεση διαδραστική επαφή ανθρώπου με άνθρωπο». Όπως είπε, είναι ζωτικό όλη η οικογένεια να αφιερώνει καθημερινά χρόνο για επαφή και επικοινωνία, αφήνοντας στην άκρη την τηλεόραση, τους υπολογιστές και τα κινητά.

Μελέτες, ήδη δείχνουν ότι τα παιδιά μαθαίνουν περισσότερα πράγματα και αναπτύσσονται πιο φυσιολογικά σε αυτή την περίπτωση, παρά μέσα από τις οθόνες, καθώς, μεταξύ άλλων, αναπτύσσουν ενσυναίσθηση (την ικανότητα να νιώθουν τους γύρω τους και να μπαίνουν στη θέση τους), καθώς και να λύνουν προβλήματα με ομαδικό τρόπο.

Επιπλέον, κατά τους ερευνητές, το να παίζει ένα μικρό παιδί με τα «τουβλάκια» του, μπορεί τελικά να το βοηθήσει περισσότερο να αναπτύξει μαθηματικές ικανότητες, παρά όταν είναι «καρφωμένο» σε μια οθόνη, έστω και διαδραστική. Τα διαδραστικά προγράμματα (π.χ. τα ηλεκτρονικά παιδικά βιβλία) που προσφέρουν οι ταμπλέτες και τα έξυπνα κινητά, γίνονται πιο χρήσιμα από εκπαιδευτική άποψη όσο ένα παιδί πλησιάζει στη σχολική ηλικία, αλλά όχι μέχρι να γίνει δύο έως τριών ετών.

Το βασικό συμπέρασμα των ερευνητών είναι ότι η επίπτωση των

## Η ΑΛΛΗ ΟΨΙΣ

Ψηλαφώντας την των πραγμάτων αλήθεια...

<https://alopsis.gr>

---

ηλεκτρονικών συσκευών στην ανάπτυξη και στη συμπεριφορά των μικρών παιδιών παραμένει ένα μεγάλο ερωτηματικό προς το παρόν, γι' αυτό οι γονείς πρέπει να είναι ιδιαίτερα επιφυλακτικοί και να μην δίνουν με ευκολία -επειδή αυτό τους βολεύει- μια ταμπλέτα ή ένα κινητό στο παιδί τους για να περνάει την ώρα του. Η μελέτη δημοσιεύεται στην επιθεώρηση «Pediatrics»

*(Πηγή: [tovima.gr/science/medicine-biology](http://tovima.gr/science/medicine-biology))*