

8 причин не давать ребёнку гаджеты

Известно, что технический директор eBay отправил своих детей в школу, где используют привычные, не связанные с новейшими технологиями, инструменты: ручки, карандаши, швейные иглы, иногда даже глину. Так же поступили сотрудники и других гигантов Силиконовой долины, таких как Google, Apple, Yahoo, HP. В той школе нет ни одного компьютера. Ни одного экрана. Их использование запрещено в классах и не поощряется дома. Пумбр решил разобраться, откуда такая нелюбовь к гаджетам.

1. Задержка развития речи

Английский логопед Салли Уорд провела десятилетнее исследование, которое показало, что у 20% детей в возрасте девяти месяцев уже обнаруживалось запаздывание развития, если нянькой им служил телевизор. Большинство из них к трем годам отставали в своем речевом развитии на целый год.

2. Потеря контроля над эмоциями

Педиатр Дженни Радески из Бостонского университета утверждает, что активное использование гаджетов в раннем детстве мешает развитию эмпатии (умения сочувствовать), навыков общения и совместного решения проблем. Сенсорные экраны не дают развивать моторно-двигательные навыки, без которых потом гораздо сложнее осваивать математику и научные дисциплины. Дети, которых успокаивают с помощью электронных устройств, не научаются управлять своими эмоциями.

3. Одиночество

Проведенный опрос 57% населения Германии позволил известному исследователю социальных тенденций Хорсту Опашовски сделать вывод, что новые мультимедийные возможности – это одиночество с машиной, а не прогресс в области коммуникации.

4. Снижение познавательных способностей

Немецкий нейробиолог Геральд Хютер говорит о важности телесных переживаний в детстве. Бег, лазанье по деревьям необходимы для развития познавательных способностей. Как только ребенок садится перед телевизором или компьютером, у него притупляется телесное самоощущение. В предлобной коре мозга формируется восприятие, ориентация на внешний мир, стремление заранее просчитывать свои

действия, справляться с неприятными эмоциями только в том случае, если ребенок испытывает все на собственном опыте.

5. Уменьшение объема мозга

Первая, решающая стадия развития мозга завершается в трехлетнем возрасте. В книге американского психотерапевта Линды Базел говорится, что если на этом этапе ребенок имел ограниченный доступ ко всему диапазону возможных видов деятельности и опыта, то многие нейрональные связи не образуются, и объем мозга остается на 25-30% меньшим. Это подтверждают японские ученые Кеп Ки Лоу и Райота Кэнэй. Они показали на снимках МРТ, как уменьшается, в частности, передняя поясная кора головного мозга, которая отвечает за когнитивные способности и умение контролировать эмоции.

6. Ухудшение моторики

Педиатр Линдси Марцоли утверждает, что пользование сенсорными экранами не дает детям развивать мышцы пальцев и кистей, необходимые для письма. Британский профсоюз учителей в 2014 году выступил с заявлением о том, что все больше детей не способны играть с кубиками и конструкторами, а также общаться со сверстниками из-за популярности мобильных устройств.

7. Клиповое мышление

Американский философ, футуролог и социолог Элвин Тоффлер говорит в целом о тенденции формирования клип-культуры. Клиповое мышление – особенность человека воспринимать мир посредством короткого, яркого посыла, воплощенного в форме либо видеоклипа, теленовости. Психолог Ларри Розен считает, что сетевое поколение (generation Net) способно слушать музыку, общаться в чате, бродить по сети, редактировать фотографии, делая при этом уроки, но платой за многозадачность становятся рассеянность, гиперактивность, дефицит внимания и предпочтение визуальных символов логике и углублению в текст.

8. Проблемы со сном

Только что вышло исследование коллектива авторов норвежского медицинского журнала *BMJ Open*, которое показало, что с ростом времени использования электронных устройств снижается продолжительность сна и увеличивается время, необходимое для засыпания в среднем с полчаса до часа. Чтение с гаджетов повышает психофизиологическое возбуждение, а также нарушает биологический ритм дня и ночи.