



بچه هایی که بیشتر دست به کارهای خطرناک می زنند!

امروزه با توجه به اشراف وسایل الکترونیک از جمله موبایل و تبلت بر زندگی مردم و استفاده از آنها توسط گروه‌های مختلف سنی، برخی خانواده‌ها برای داشتن چند لحظه سکوت و دوری از هیاهوی نوزادان و کودکان خود، این وسایل را بدون توجه به ضررهای آن در اختیارشان قرار می‌دهند.

امروزه با توجه به اشراف وسایل الکترونیک از جمله موبایل و تبلت بر زندگی مردم و استفاده از آنها توسط گروه‌های مختلف سنی، برخی خانواده‌ها برای داشتن چند لحظه سکوت و دوری از هیاهوی نوزادان و کودکان خود، این وسایل را بدون توجه به ضررهای آن در اختیارشان قرار می‌دهند.

به گزارش سلامت نیوز به نقل از ایرنا، برخی متخصصان و کارشناسان حوزه روانشناسی بر این باورند که استفاده از موبایل، تبلت و حتی تلویزیون در سنین زیر 2 سال برای رشد مغز کودک نه تنها مثبت نیست بلکه منفی بوده و بسیار ضرر دارد.

امروزه مشاهده می‌شود بسیاری از خانواده‌ها بدون توجه به ضررهای وسایل الکترونیک، کودکان و به ویژه نوزادان خود را ساعت‌ها در معرض این وسایل قرار داده و حتی آنها را نوعی وسیله سرگرمی برای کودک تلقی می‌کنند. برخی خانواده‌ها بدون آگاهی از ضررهای این وسایل روی رشد مغز کودک خود، برای داشتن چند لحظه آرامش و دوری از داد و فریاد کودک، این وسایل را به راحتی در اختیار فرزندانشان قرار می‌دهند بدون اینکه به ضررهای آن واقف باشند، استفاده از وسایل الکترونیک در سنین پایین و به ویژه نوزادان ضمن داشتن مزیت‌های نسبی، دارای مشکلات و ضررهای خاص خود است که در برخی از موارد از سوی متخصصان و پزشکان نهی شده‌اند. خبرنگار علمی ایرنا در خصوص مجاورت و استفاده از وسایل الکترونیک توسط کودکان و نوزادان و تاثیر آن بر رشد مغز در این سنین از متخصصان این حوزه پیگیر شده و در این زمینه دکتر «اکرم پرند» فوق دکترا روانشناسی و آموزش کودکان معتقد است بحثی که در خصوص رشد مغز کودک مطرح است اینکه ما چه محرک‌هایی را با چه ویژگی‌هایی در معرض کودکان و نوزادان قرار دهیم؟

وی بیان داشت: باید توجه داشته باشیم که بچه‌ها در سنین مختلف چه خصوصیات رشدی و تحولی دارند و با توجه به سن تحولی کودک، اسباب بازی‌ها، رسانه‌ها و هر نوع محرکی را در اختیار نوزاد قرار دهیم، اگر این مساله رعایت شود وجود هر گونه محرک می‌تواند به رشد شناختی، رشد حسی و حرکتی و رشد هیجانی کودک کمک کند در غیر این صورت علاوه بر اینکه در رشد کودک، مثبت نیست می‌تواند مخرب هم باشد.

وی افزود: از جمله مواردی که به ویژه در نوزادی می‌تواند خیلی مضر باشد بازی‌هایی است که از طریق موبایل و تبلت و محرک‌های دیداری در اختیار نوزاد قرار داده می‌شود، چون در بدو تولد، نوزاد از نظر دیداری رشد می‌کند و اول رشد دیداری رخ می‌دهد بنابراین هر گونه محرک دیداری می‌تواند پایه رشد بعدی نوزاد باشد.

** صورت مادر؛ بهترین محرک دیداری

پرند یادآور شد: بهترین محرک‌های دیداری برای این سن، صورت مادر است که می‌تواند از طریق هیجان‌اتی که به کودک نشان می‌دهد پایه رشد بعدی مغز نوزاد به خصوص در بدو تولد باشد، ماه‌های اول تولد باید دقت داشته باشیم که محرک‌های دیداری خاصی که شبیه صورت مادر هستند و اسباب بازی‌هایی که شبیه انسان باشد در معرض دید نوزاد قرار گیرد.

این متخصص روانشناس در پاسخ به این سوال که چرا می‌گوییم وسایل الکترونیکی خوب نیستند، گفت: به خاطر اینکه پردازش اطلاعات چنین بازی‌هایی در این سنین مستلزم آن است که نوزاد در مرحله‌ای از رشد باشد تا بتواند اطلاعات وارده را پردازش کند وگرنه دچار یک نوع فشار شناختی می‌شود که به آن «لود شناختی» می‌گویند به این معنا که اطلاعات بیش از حد ظرفیت نوزاد وارد سیستم پردازش اطلاعاتش می‌شود و در نهایت به او فشار روانی وارد می‌آورد.

** نداشتن توانایی پردازش سریع اطلاعات

وی تصریح کرد: بچه نمی‌تواند با آن سرعتی که بازی‌های الکترونیکی پیش می‌روند اطلاعات را پردازش کند و همین باعث خستگی ذهنی او می‌شود، از آنجا که ابعاد مختلف یک انسان از جمله روح، روان، شناخت، مهارت‌های هیجانی و اجتماعی انسان با هم در ارتباط هستند، این خستگی و سرعت بالای ورود اطلاعات به صورت یک شبکه، می‌تواند همه کارکردهای یک فرد را تحت تاثیر قرار دهد.

این متخصص روانشناس افزود: به عنوان مثال وقتی بزرگسالان از نظر ذهنی خسته می‌شوند و بار شناختی زیادی بر اثر یک فعالیت ذهنی ایجاد می‌شود از نظر روحی و روانی هم متاثر شده، سطح تحمل‌شان پایین آمده و با کوچکترین محرکی، مدیریت هیجان‌ات آنها کاهش پیدا می‌کند.

پزند بیان داشت: اگر بدانیم برای هر سنی چه محرکی قرار دهیم به رشد آن کمک می کنیم در غیر اینصورت هیچ کمکی به رشد کودک نکرده و مشکلاتی نیز برای او ایجاد می کند. وی افزود: محرک ها به دلیل سرعت، تنوع و شباهت زیاد به دنیای واقعی، باعث می شوند نوزاد هنگام تجزیه و تحلیل آنها، بیش از اندازه از ذهنش کار بکشد و این اجبار، فشار روانی برای نوزاد ایجاد می کند، بنابراین روانشناسان حتی تماشای تلویزیون را برای نوزادان و کودکان زیر 2 سال توصیه نمی کنند.

**** تماشای تلویزیون؛ عامل کاهش تعامل نوزاد با مادر**

وی یادآور شد: تماشای کارتون برای بچه زیر 2 سال علاوه بر خستگی ذهنی، در دنیای آینده کودک نیز تاثیر می گذارد و فرصت تعامل با مادر را از او می گیرد، مادری که بچه را در معرض تلویزیون قرار می دهد و خود سرگرم کار است قاعدتا زمان زیادی برای تعامل صورت به صورت با نوزاد ندارد و قرار گرفتن نوزاد در معرض وسایل الکترونیک، تاثیر منفی بر فرآیند رشد نوزاد بر جای خواهد گذاشت.

پزند عنوان کرد: تمامی رشد یک انسان مستلزم تغییرات در مغز است، یعنی حتی مهارت های حسی و حرکتی با شبکه هایی در مغز ارتباط دارند، بنابراین وقتی یک نوزاد تازه متولد شده و به مرحله ای می رسد که باید حرکت کرده و با محیط تعامل پیدا کند، مهم ترین موضوع آن است که برانگیزاننده حرکت باشد چون در زمانی از رشد قرار دارد که قسمت های مختلف مغز او در حال رشد است بنابراین باید در محیط، محرک هایی باشد که آنها را به حرکت تشویق کند، اسباب بازی هایی در اختیار او قرار گیرد که آنها را بردارد و مهارت های حرکتی ضعیف و قوی او رشد کند.

**** بازی های الکترونیک موجب تقویت ذهن در سنین نوزادی نمی شود**

وی ادامه داد: نوزاد نیازی ندارد که با تبلت بازی کند چون در مرحله ای از رشد مغز قرار دارد که قسمت مربوط به حس و حرکت رشد می کند به همین خاطر بازی های حسی و حرکتی اولویت دارند، بازی های رایانه ای که در موبایل و تبلت وجود دارد برای این سنین طراحی نمی شود اما خانواده آنها را در اختیار کودک قرار می دهد.

پزند با بیان اینکه باید پس از شکل گیری مهارت های حسی، حرکتی و گفتاری به سراغ بازی هایی برویم که می توانند توجه و تمرکز حافظه را افزایش دهند، یادآور شد: استفاده از بازی های رایانه ای و اپلیکیشن ها برای تقویت ذهن کودکان مورد قبول است اما نه در سنین نوزادی، زیرا کودک در این سنین به دنیایی وارد شده که به اندازه کافی محرک واقعی برای شناخت وجود دارد و نیاز نیست که ما بخواهیم به فضای مجازی برویم و محرک های مجازی به ذهن یک نوزاد وارد کنیم.

این متخصص روانشناس با اشاره به اینکه محیط برای نوزاد به قدر کافی جدید است که دیگر نیازی به وسایل بازی رایانه ای ندارد و کمکی به رشد ذهن کودک نیز نمی شود، در خصوص استفاده از اپلیکیشن های داستان های گویا در موبایل و تبلت نیز توضیح داد: هدف داستان گویی فقط این نیست که دایره لغات کودک زیاد شود، بلکه وسیله ای است که مادر با کودک ارتباط برقرار کند، وقتی مادر برای کودک داستان می گوید و او را در آغوش می گیرد و ارتباط چشمی برقرار می کند، آن داستان چند بُعد از ابعاد کودک را درگیر می کند و رشد می دهد.

پزند ادامه داد: البته داستان های گویا بد نیستند اما نباید روش غالب ما باشد چون می خواهیم از طریق داستان گویی، ارتباط ایجاد کنیم نه اینکه فقط کودک یک سناریویی را بیان کند، داستان گویی مادر علاوه بر افزایش دامنه واژه ها، از نظر رشد عاطفی و روانشناختی نیز به کودک کمک می کند بنابراین ترجیح آن است که این شکل از داستان گویی از طریق مادر و اطرافیان باشد، مگر اینکه مادر و یا فردی برای داستان گویی نباشد، در این صورت استفاده از این مورد خوب بوده و بهتر از نبود آن است.

**** سال های نخست زندگی؛ مهم ترین دوران ارتباط نرونی مغز**

«مهدی دواپی» دکترای علوم تربیتی نیز در خصوص استفاده و به کارگیری موبایل برای سرگرم کردن کودک و به ویژه نوزادان گفت: ارتباط نرونی مغز در سال های اول بسیار مهم است و هر چه نرون های بیشتری با هم ارتباط پیدا کنند، ذهن و مغز بیشتر بارور می شود و یادگیری در سال های بعد بهتر اتفاق می افتد، این ارتباط به ویژه در سال های اول و دوم تا 6 سال اول زندگی مهم است.

وی با اشاره به ویژگی انعطاف پذیری مغز توضیح داد: یک لیوان به اندازه ظرفیت و حجم خود، آب می گیرد، اما اگر لیوان بلوری از جنس بادکنک باشد ظرف و مطروف بزرگ تر می شود مغز هم همینگونه است اگر ارتباط نرون ها هر چه بیشتر شود در اصل ظرفی می شود قابل انعطاف و هرچه ارتباط نرون ها کمتر شود ظرف غیرقابل انعطاف شده و یادگیری بعدی محدودتر می شود، و آنچه که باعث غیرانعطاف شدن یا انعطاف پذیری ظرف می شود همانا تجربه است. این دکترای علوم تربیتی تصریح کرد: تجربه هر چقدر بیشتر باشد ارتباط نرونی مغز بیشتر می شود و ظرف که همان ذهن است قابل انعطاف خواهد شد اما اگر تجربه کم باشد (تجربه یعنی تعامل با محیط) ظرف مورد نظر غیرقابل انعطاف می شود.

دواپی یادآور شد: اگر تجربه و تعامل نوزاد فقط به موبایل معطوف شود و زمانی که باید تعامل او با پدر و مادر و اسباب

بازی هایش بیشتر باشد، موبایل جایگزین شود ارتباط نرونی از بین رفته و جای آن را «حرص» کودک به این وسایل می گیرد.

**** استفاده از موبایل در نوزادی مساوی با حرص نرون های مغز**

عضو هیات علمی پژوهشکده علوم شناختی ایران گفت: یادگیری در اصل یعنی ارتباط نرونی جدید، وقتی نرون ها به هم وصل می شوند یادگیری اتفاق می افتد، ارتباط نرونی بر اساس تجربه شکل می گیرد، زمانی که کودک با یک موبایل سرگرم می شود نه تنها ارتباط نرونی جدید ایجاد نمی شود بلکه حرص ایجاد می شود و وقتی تجربه ها محدود شود به طور طبیعی یادگیری هم کاهش پیدا می کند.

دوایی افزود: نمی توان گفت با پیشرفت تکنولوژی از این وسایل استفاده نشود و به صفر برسد بلکه باید تعاملات مختلف دیگر جای خود را داشته باشند، ممکن است برخی از بازی ها در موبایل و تبلت به رشد مغز و یادگیری کمک کند اما نباید جای تعاملات دیگر از قبیل ارتباط با پدر و مادر، بازی با اسباب بازی های مختلف، بازی با همسالان و رفتن به طبیعت را بگیرد.

وی یادآور شد: بررسی ها نشان داده پدر و مادرهایی که بیشتر از عرف، زمان زیادی را صرف استفاده از موبایل و تبلت می کنند بچه های آنها بیشتر دست به کارهای خطرناک می زنند و بچه ها بیشتر دچار بزه و پرخاشگری می شوند.