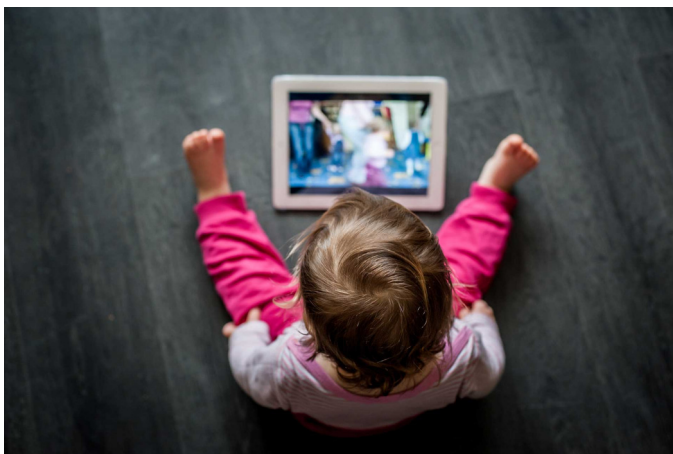


# VPLIV UPORABE SODOBNE TEHNOLOGIJE PRI PREDŠOLSKEM OTROKU

Petra Zafran Česnik, Vrtec Postojna.....

Sodobno tehnologijo (v nadaljevanju ST) najdemo na vsakem koraku in v vsakem aspektu našega življenja, zato je ščitenje otrok pred njimi težko oziroma neizvedljivo, saj se z njimi srečajo že v ranem otroštvu (Buckingham, 2000).

Med otroki preteklih in današnjih generacij, je velika razlika. Ne samo, da je okolje, v katerem živimo, drugačno, drugačni smo tudi mi. Kot družba imamo drugačne poglede na svet, spremenila so se načela in vrednote, predvsem pa prioritete ljudi – tako ni več druženj kot nekoč, saj se sedaj družimo virtualno, preko ekrana. Odrasli smo otrokom največkrat zgled, naše početje se zrcali v početju otroka. Rezultati raziskav kažejo nespodbudna dejstva glede prekomerne uporabe ST pri otroku.



Za razvoj govora in jezika, ki se zgodnjem otroštvu razvijata zelo hitro, je predšolsko obdobje izjemnega pomena. Otrok se uči s posnemanjem govora okolice in usvaja jezikovna pravila. **Prvi, ki otroku omogočajo spodbudno učno okolje, mu predstavijo govor in jezikovne prvine, so odrasli, predvsem starši, ki so otrokovi vzorniki.** Otrok se govora uči postopoma, saj gre za dolgotrajen in zapleten proces. Pomembno je, da v otrokovih prvih letih življenja postavimo trdne in dobre temelje, na katerih lahko kasneje gradimo (Rajovič, 2016).



**Vedno več strokovnjakov piše o povezavah med negativnimi učinki uporabe ST in govorno-jezikovnimi motnjami** (v nadaljevanju GJM). V Zakonu o usmerjanju otrok s posebnimi potrebami so v 2. členu kot skupina otrok s posebnimi potrebami (v nadaljevanju OPP) opredeljeni tudi otroci z GJM (Zakon o usmerjanju otrok s posebnimi potrebami, 2011). Pri GJM je pomembna ugotovitev, da motnja pomembno vpliva na otrokove vzgojno-izobraževalne potrebe in na njegovo funkcioniranje v procesu šolanja, posledično pa tudi na samo uspešnost usvajanja znanja (Vovk Ornik, 2015).

Čas v katerem živimo je čas, ko je uporaba ST postala nekaj obveznega, nekaj, brez česa preprosto ne gre. Uporaba le-te lahko postane pretirana – ljudje (tudi otroci!) lahko postanejo odvisni od uporabe ST.

### **PREDŠOLSKI OTROK IN UPORABA ST**



ST je najmočnejša sila v današnji družbi in svetu. O tem, ali jo razumemo kot dobro ali slabo, odloča njen vpliv. Pod pojem ST prištevamo medije 20. stoletja – televizijo, radi in film, vključuje pa tudi novejši računalniške izume – namizne, prenosne in tablične računalnike, prav tako tudi telekomunikacijska sredstva – mobilne telefone. ST na otroke vpliva tako posredno kot neposredno. Zaradi koriščenja

tehnologije je naša potreba po neposrednem pogovoru z drug z drugim manjša – in vse to vpliva na razvoj otrok.

»Če je sporazumevanje z drugimi veščina, ki se je naučimo z vajo, otroke prikraja za izkušnje, s katerimi se naučijo družbenih veščin. Doseženi tehnološki napredek v zadnjih desetletjih vpliva na otroke kognitivno, družbeno, politično in kulturno. **Raziskave so pokazale, da številni straši sploh ne razmišljajo o vplivu in posledicah medija na razvoj svojih otrok**« (Taylor, 2015, str. 8).

Med tem, ko so sami starši zadržani na zaslonih, veliko zamudijo. Zamudijo čas, ki bi ga lahko kvalitetneje preživeli s svojimi otroki, sodelovali v njihovi igri in učenju ter s tem nabirali družinske spomine, kar zamenjajo za zaslon. Vedno bolj pogosto pa starši tudi otrokom ponujajo virtualni svet zabave, čeprav ni potrebno in nujno. Veliko bolje bi bilo, da bi jih naučili uživati v realnem svetu okoli njih (Chapman in Pellicane, 2015, str. 30-34).

Bazjek (2003) navaja, da imajo odraščajoči otroci potrebe, ki jih noben zakon, zakonodaja, ali pravice otrok ne morejo zadovoljiti. To so potrebe po varnosti, odnosih, biti sprejet in biti ljubljen. Družba mora imeti kulturo otroštva, mora biti sprejemljiva in solidarna in s svojo primarno nalogo mora sprejemati razvoj novih generacij.

»V fotelju pred ekranom lahko obsedimo, ampak kljub temu vsakodnevno obkrožimo zemeljsko oblo ter vidimo dežele in kraje, v katerih še nismo bili. Tako otroci kot tudi odrasli, se vse pogosteje odločamo za medijsko bližino ter vlagajo vse manj časa in napora za ohranjanje medčloveških vezi. S tem se izmikajo osebnim odnosom in posledično resnične medčloveške odnose nadomeščajo z gledanjem televizije ter igranjem računalniških igrvic« (Košir in Ranfl, 1996, str. 25).

***Odrasli ne smemo pozabiti, da smo velik vzor otrokom***, ki jih moramo naučiti, da bodo znali pravilno in v pravi meri izbirati vsebine. Predvajani program je potrebno načrtovati – tako zase kot tudi za otroke. Pomembno je, da najmlajše naučimo tehnologijo tudi ugasniti. Še posebej pomembno je, da smo ***pozorni pri predšolskih otrocih, saj še ne zmorejo popolnoma razlikovati med resničnostjo in iluzijo***. Za otroke do tretjega leta je priporočeno, da je dovolj za ogled že ena risanka, predšolskim pa poleg risanke še pravljica ali posnetki iz narave. Tako bo lažje obvladovati število ur, ki jih otrok presedi pred televizijo. Ko so otroci zatopljeni v igro, jih nikoli ne smemo klicati h gledanju televizije (Ričan, 1999).

Generacije otrok se nedvomno spreminjajo. Včasih so otroci največ svojih informacij črpali iz knjig in logike pisane besede, danes pa vse to črpajo iz ST, v največji meri iz televizije. Ne glede na vsebino, ST že samo s svojo prisotnostjo človeka spreminjajo; oblikujejo način in stvarnost, kako vse to dojemamo in oblikujejo našo mentalno strukturo (Bazjek, et al., 2003, str. 168).

### **VPLIV ST NA FIZIČNI IN ZDRAVSTVENI RAZVOJ OTROKA**



Leta 2006 je ameriška pediatrična akademija podal izjavo o televiziji in majhnih otrocih: »Morda vas bo mikalo, da dojenčka posadite pred televizijo, še posebej pred zanj ustvarjene oddaje, toda ameriška pediatrična klinika pravi: Nikar ne naredite tega! Ta zgodnja leta so odločilna za njegov razvoj. Akademijo skrbi kako lahko televizijski program, namenjen otrokom mlajšim od dveh let, vpliva na razvoj vašega otroka« (prav tam).

Kang (2016, str. 72) navaja negativne posledice, če otroci neprestano tičijo v zaprtem prostoru, se učijo ali igrajo igrice, gledajo televizijo in so zelo malo na prostem. Na to problematiko opozarjajo tudi številni pediatri, ki ponovno **opažajo pojav rahitisa**. Menijo, da je **vzrok zanj pomanjkanje D-vitamina, ki nastaja ob izpostavljenosti sončni svetlobi**.



Dejstvo je, da čezmerna uporaba ST vpliva na telesno maso (debelost), na motnje v presnovi in na motnje spanja. Tako se s preveliko telesno maso soočamo že pri majhnih otrocih. Ameriška akademija za pediatrijo je leta 2011 objavila zanimivo študijo, s katero so ugotovili, da količina gledanja in prisotnosti televizije v otroški sobi pripomore k povečanemu tveganju, da bo otrok imel čezmerno telesno maso. Z vsako dodatno uro, ki jo 5 let star otrok ob koncu tedna preživel ob gledanju televizije, se je tveganje za debelost v odraslem obdobju povečalo za 7%.

**Negativni učinki ST se med seboj prepletajo, značilno je poslabšanje spanca, kar posledično vpliva tudi na slabši učni uspeh.** V študiji so raziskovalci primerjali vedenje in zdravstveno stanje otrok, ki so bili izpostavljeni ST, in tistih, ki niso bili. Ugotovili so, da se je **pri otrocih, ki so bili nekaj časa brez ST** (računalnik, tablica, telefon), **raven melatonina povečala za 30%, zvečer so lažje zaspali in so mirno spali vso noč** (Sigman, 2010).

## **VPLIV ST NA KOGNITIVNI RAZVOJ OTROKA**

Sunderlandova (2010) navaja, da je potrebno za razvoj otrokovih možganov, aktivirati in spodbuditi sistem za iskanje. **Ključnega pomena je, da otrok raziskuje svoje okolje, saj s tem postane motiviran in osredotočen na doseganje svojih ciljev.** V nasprotnem primeru, ko otrok večino časa preživi rad pred ekrani, izgubi orientacijo za lasten sistem iskanja. Omenjeno lahko **vpliva tudi na izgubo življenjske energije v odraslosti**.

Otroci se učijo iz izkušenj, predvsem najmlajši, do dveh let, ki so v zgodnji fazi kognitivnega razvoja, obdelujejo informacije drugače kot starejši otroci. **Otroci se jezika najhitreje naučijo, če jim ga posreduje živa oseba, saj je njihova sposobnost povezana s količino časa, ki ga otrok preživi ob pogovoru s starši** (Chapman Pellicane, 2015, str. 22).



Leta 2009 so z raziskavo ugotovili, da pri otrocih, starih od 2 do 4 leta, ki prekomerno gledajo televizijo, prihaja do zmanjšane verbalne komunikacije, zaradi česar obstaja tveganje za zakasneli govorni razvoj (Gold, 2015, str. 55-56). Ameriška pediatrična akademija je izdala poročilo, v katerem poudarjajo nevarnost za majhne otroke, če so ti veliko pred ekranom, saj lahko zaradi tega zamujajo v razvoju govora, ko začnejo hoditi v šolo (Sigman, 2010).

Če ST uporabljamo v omejenih količinah, lahko na kognitivni razvoj pri otrocih deluje izredno pozitivno, krepi in izpili inteligenco. **Prekomerna uporaba ST pa se pri otrocih odraža kot zamuda v kognitivnem razvoju – zakasnitev govora, težave s pozornostjo, otroci postanejo pasivni in manj odzivni na nepoznane dražljaje** (Gold, 2015).

## VPLIV ST NA SOCILANO-ČUSTVENI RAZVOJ

Majhni otroci rastejo, odraščajo, in se razvijajo ob spoznavanju svoje okolice, kjer morajo z vsemi čutili doživeti tridimenzionalni svet ljudi in stvari. Za to osnovno spoznanje pa so že zelo hitro – že kot dojenčki in kasneje malčki, **prikrajšani zaradi pretirane izpostavljenosti ST.**

Rezultati številnih raziskav kažejo, da so tisti otroci, ki pretirano gledajo nasilne televizijske oddaje in igrajo nasilne računalniške igrice, v veliki meri sovražno nastrojeni otroci, ki se tudi agresivno vedejo. Predvideva se, da bodo postali čustveno neobčutljivi za trpljenje in bolečino drugih ter bodo izvajali agresivno vedenje tudi v resničnem življenju. Več časa, ki ga otrok preživi pred zaslonom, pomeni manj časa za igranje z vrstniki, pa tudi manj časa za razmišljanje in branje. Rezultati raziskav kažejo, da takšni otroci postanejo osamljeni in potrti (Webster-Stratton, 2016, 299-301).



»Vpliv prižgane televizije v ozadju je priten, a velik«. Med drugim moti igro otrok« (Kang, 2016, str. 158). Strokovnjaki so naredili raziskavo, v kateri so preverili **vpliv prižgane televizije pri otrocih, starih od 12 do 36 mesecev.** Rezultati kažejo, da

so se **otroci z igračami igrali manj časa, če so njihovi starši isti sobi gledali televizijo, kot takrat, ko je bila televizija ugasnjena** (Kang, 2016, str. 158-159).

## KAJ PA POGOSTOST UPORABE ST?

Raziskava JRC (Joint Reserch Centre) je prva raziskava v Evropi, ki raziskuje uporabo digitalnih tehnologij pri otrocih, mlajših od 8 let in ki raziskuje starševsko posredovanje ter potencialne prednosti in tveganja uporabe ST. ugotavljajo, da otroci najraje uporabljajo tablični računalnik. Časovne omejitve starši največkrat postavijo šele takrat, ko zasledijo pretirano uporabo ST. Pri starosti 3-4 let uporablja računalnike in tablice 6 od 10 otrok, mobilni telefon skoraj 5 od 10, internet 3 od 10, svojo televizijo v sobi imata 2 od 10 otrok in v povprečju ima 1 otrok od 10 tudi lastno igralno konzolo (Livingstone in drugi, 2015, str. 5-6).



Pantley (2011) navaja **priporočila**, kako pri otroki vzpostaviti zdrave navade uporabe naprav v predšolskem obdobju:

- Otroci naj ne bodo izpostavljeni uporabi ST vsaj do 18. meseca starosti. Od 2. leta naprej naj otroci ne bodo izpostavljeni uporabi naprav več kot 2 minuti dnevno, zagotovo pa ne več kot 60 minut – bolje manj kot več.
- Otrok naj ne bo izpostavljen napravam vsakodnevno. Priporoča se t.i. digitalni post – dnevi brez uporabe ST (vsaj enkrat tedensko ali cele počitnice).
- Treba je preveriti primernost vsebin, ki naj bodo razumljive, poučne in brez nasilja.
- Na naprave, povezane z internetom, je treba nastaviti programe za starševski nadzor
- Naprave naj ne bodo prosto dostopne otroku, o uporabi naj odločajo starši.

- Naprave naj imajo svoje stalno mesto v stanovanju – zagotovo spalnica in otroška soba nista prostor zanje.
- Naprave se otroku ponudi šele, ko so zadovoljene vse primarne potrebe – biološke potrebe, gibanje, igra, čas s starši ... Vsaj eno uro pred spanjem se otroku ne ponuja ST.
- Naprav se ne uporablja med vsekodnevni rutinskimi aktivnostmi (med obroki, pri umivanju zob, pri navajanju na uporabo stranišča ipd.), prav tako se jih ne uporablja z namenom uravnavanja čustev in razpoloženj (npr. utrujenost, razdražljivost, z dolgočasnost).

Otroku je težko postaviti mejo pri uporabi ST, izraženo v urah. Bolje je govoriti o zdravem razmerju uporabe: **toliko časa, kot otrok vsak dan uporablja ST, naj vsak dan nameni tudi druženju z družino in vrstniki, spoznavanju realnega okolja in predvsem gibanju na prostem** (Davis 2001).

---

Viri:

Bazjek, J. in drugi (2003). *Zrcalo odraščanja: mednarodna sociološka raziskava o odraščajočih otrocih*. Radovljica: Didakta.

Buckingham, D. (2000). *After the Death of Childhood: Growing Up in the Age of Electronic Media*. Cambridge: Polity press.

Chapman, G. in Pellicane, A. (2015). *Družabno odraščanje: kako vzgojiti družabne otroke v svetu zaslonov*. Ljubljana: Družina.

Gold, J. (2015). *Vzgoja v digitalni dobi: priročnik za spodbujanje zdravega odnosa do digitalne tehnologije od rojstva do najstniških let*. Radovljica: Didakta.

Kang, S. K. (2016). *Delfinja vzgoja*. Radovljica: Didakta.

Košir, M. In Ranfl, R. (1996). *Vzgoja za medije*. Ljubljana: DZS.

Rajović, R. (2016). *Kako z igro spodbujati miselni razvoj otroka*. Ljubljana. Mladinska knjiga.

Sigman, A. (2013). Vpliv zaslonske tehnologije na otroke. Pridobljeno 10.10.2022, iz <https://www.svitanje.si/2013/01/vpliv-zaslonske-tehnologije-na-otroke>

Taylor, J. (2015). *Vzgajanje tehnološke generacije: kako pripraviti svoje otroke na svet, ki ga ponujajo mediji*. Maribor: hiša knjig, Založba KMŠ.

Zakon o usmerjanju otrok s posebnimi potrebami /ZUOPP-1/ (2011). Uradni list RS, št. 58/2011 (22.7.2011). Pridobljeno 10.10.2022 iz <https://www.uradni-list.si/glasilo-uradni-list-rs/vsebina/2011-01-2714/zakon-o-usmerjanju-otrok-s-posebnimi-potrebami-zuopp-1?h=zakon%20o%20usmerjanju%20otrok>