

คำแนะนำสำหรับผู้ปกครองในการใช้สื่อ IT ในเด็ก



ศูนย์ : ศูนย์สุขภาพเด็ก

บทความโดยแพทย์ : พญ. กุลนิตา เต็มชวาลา

ปฏิเสธไม่ได้ว่าปัจจุบันสื่ออิเล็กทรอนิกส์อย่างโทรทัศน์ วิทยุ คอมพิวเตอร์ วิดีโอเกม อินเทอร์เน็ต โทรศัพท์มือถือ แท็บเล็ต และ
และเครือข่ายสังคมออนไลน์ได้ เข้ามามีบทบาทในชีวิตจนเรียกได้ว่าเป็นเหมือนปัจจัยที่ 6 แล้ว ซึ่งสื่อเหล่านี้ก็มีทั้งข้อดีและ

โดยเฉพาะอย่างยิ่งเมื่อนำสื่ออิเล็กทรอนิกส์มาใช้กับเด็ก จากสถิติพบว่า ผู้ปกครองจำนวน 91.1% เริ่มให้ลูกดูโทรทัศน์ตั้งแต่อายุ 6 เดือน ในขณะที่ 98% ของเด็กอายุ 6 เดือน มีโอกาสได้ดูโทรทัศน์แล้ว ดังนั้นจะเห็นได้ว่าเด็กเริ่มดูโทรทัศน์ตั้งแต่อายุยังน้อย หากปล่อยให้เด็กเล็กดูโทรทัศน์หรือสื่ออิเล็กทรอนิกส์ตามลำพังก็อาจจะเป็นดาบสองคมได้ มาดูกันดีกว่าคะว่า ข้อดีและข้อเสียของผู้ปกครองควรจะดูแลลูกอย่างไรในยุคที่มีสื่อไอทีอยู่ใกล้ตัว

สารบัญ

- [ข้อดีของสื่ออิเล็กทรอนิกส์ต่อการพัฒนาการ พฤติกรรมและสุขภาพของเด็กเล็ก](#)
- [ผลกระทบของสื่ออิเล็กทรอนิกส์ต่อการพัฒนาการ พฤติกรรมและสุขภาพของเด็กเล็ก](#)
- [คำแนะนำสำหรับผู้ปกครองเกี่ยวกับการใช้สื่ออิเล็กทรอนิกส์ในเด็กเล็ก](#)
- [ปรึกษาแพทย์ออนไลน์ ไม่เสียค่าใช้จ่าย](#)

ข้อดีของสื่ออิเล็กทรอนิกส์ต่อการพัฒนาการ พฤติกรรมและสุขภาพของเด็กเล็ก

1. เด็กอายุมากกว่า 2 ปี (เริ่มมีความเข้าใจและให้ความสนใจต่อโปรแกรมต่างๆ ที่ดูทางสื่ออิเล็กทรอนิกส์) อาจจะช่วยส่งเสริมการเรียนรู้และทำให้เด็กมีความพร้อมสำหรับการเรียนหนังสือในโรงเรียนมากขึ้นได้หากเลือกโปรแกรมที่เกี่ยวข้องกับการศึกษา
2. โปรแกรมโทรทัศน์ที่มีลักษณะสนับสนุนสังคม (prosocial TV viewing) จะทำให้เด็กมีแนวโน้มจะมีพฤติกรรมทำประโยชน์และพฤติกรรมจิตสาธารณะนี้จะคงอยู่นานกว่าพฤติกรรมต่อต้านสังคมที่เกิดจากการดูโทรทัศน์ที่มีความก้าวร้าวรุนแรง
3. เด็กที่ได้รับสื่ออิเล็กทรอนิกส์หรือวิดีโอเกมที่มีเนื้อหาเกี่ยวกับพฤติกรรมที่ทำประโยชน์ต่อส่วนรวมจะทำให้เด็กมีพฤติกรรมที่ดี

> กลับสารบัญ

ผลกระทบของสื่ออิเล็กทรอนิกส์ต่อการพัฒนาการ พฤติกรรมและสุขภาพของเด็กเล็ก

1. สื่ออิเล็กทรอนิกส์ แบ่งเป็น
 - Foreground media สื่อที่ผลิตขึ้นมาเพื่อให้เด็กดูโดยตรง
 - Background media สื่อที่ผลิตขึ้นสำหรับผู้ใหญ่ เด็กเล็กยังไม่สามารถแยกเหตุการณ์ที่ดูจากสื่อออกจากเหตุการณ์อื่นๆ เรียกว่า Video Deficit
2. เด็ก 12-18 เดือนมีแนวโน้มจะเรียนรู้และสามารถจดจำข้อมูลต่างๆ จากเหตุการณ์จริงในชีวิตประจำวันได้มากกว่าเด็กที่ดูโทรทัศน์
3. เด็กอายุน้อยกว่า 12 เดือนยังไม่สามารถติดตามภาพที่มีการนำเสนออย่างเป็นลำดับขั้นตอนหรือบทสนทนาที่ใช้ในสื่อ
4. ปัจจัยที่มีผลต่อความสามารถในการเรียนรู้เกี่ยวกับสื่ออิเล็กทรอนิกส์ของเด็ก คือ เนื้อหาและระยะเวลาของสื่อที่ได้รับ รวมถึงการที่พ่อแม่รับสื่อเหล่านี้ไปพร้อมกับเด็กด้วย
5. ทุกๆ ชั่วโมงที่เด็กอายุน้อยกว่า 2 ปี ดูโทรทัศน์ตามลำพังจะลดโอกาสการเล่นกับพี่น้องหรือมีปฏิสัมพันธ์กับพ่อแม่ 52 นาที
6. เด็กที่อาศัยในครอบครัวที่ได้รับสื่ออิเล็กทรอนิกส์เป็นประจำ ทำให้ผู้ปกครองมีแนวโน้มใช้เวลาอ่านหนังสือกับเด็กหรือเล่นกับเด็กน้อยลง

7. สื่อที่ผลิตสำหรับผู้ใหญ่มักจะมีผลเสียต่อเด็กเล็กมากกว่าผลดีและอาจขัดขวางจินตนาการทำให้เด็กไม่สามารถเล่นไปเพราะวอกแวกหากสนใจดูสื่อขณะที่กำลังเล่นอยู่แม่เป็นเวลาชั่วครู่ก็ตาม
8. เด็กมีปฏิสัมพันธ์ พูดสื่อสารกับพ่อแม่ลดลง ทั้งๆ ที่เด็กไม่ได้ดูสื่อโดยตรง แต่พ่อแม่ใช้เวลาส่วนใหญ่สนใจสื่อมากกว่า
9. ความสัมพันธ์ระหว่างการได้รับสื่ออิเล็กทรอนิกส์ตั้งแต่วัยเด็กเล็กกับพัฒนาการทางภาษาล่าช้า และมีความสำคัญต่อและสติปัญญา
10. เด็กที่ดูโทรทัศน์ตั้งแต่อายุน้อยกว่า 12 เดือน และใช้เวลาดูโทรทัศน์มากกว่า 2 ชั่วโมงต่อวัน มีความเสี่ยงต่อพัฒนาการ
11. พบความสัมพันธ์ระหว่างการดูโทรทัศน์กับระดับสติปัญญาที่ลดลง หรือระดับสติปัญญาของเด็กอายุ 3 ปี ไม่เพิ่มขึ้น

> กลับสารบัญ

คำแนะนำสำหรับผู้ปกครองเกี่ยวกับการใช้สื่ออิเล็กทรอนิกส์ในเด็กเล็ก

1. หลีกเลี่ยงให้เด็กอายุน้อยกว่า 2 ปี ได้รับสื่ออิเล็กทรอนิกส์ ส่วนเด็กอายุมากกว่า 2 ปีไม่ควรได้รับสื่ออิเล็กทรอนิกส์มา
2. ตระหนักถึงผลกระทบของสื่อที่ผลิตสำหรับผู้ใหญ่ ควรหลีกเลี่ยงการได้รับสื่อโดยเฉพาะมีเด็กเล็กอยู่ด้วย
3. ปัจจุบันยังไม่มีการวิจัยที่สนับสนุนว่าสื่ออิเล็กทรอนิกส์ (โดยเฉพาะโฆษณาว่าเป็นสื่อทางวิชาการและอาจเสริมพัฒนาสามารถส่งเสริมพัฒนาการหรือสติปัญญาของเด็กได้จริง
4. ตระหนักถึงคุณค่าของการเล่นกับเด็กเล็ก ซึ่งหากเล่นด้วยไม่ได้อาจหาของเล่นต่างๆ ให้เด็กเล่นเองใกล้กับบริเวณที่พนอกจากนี้ควรมีเวลาคุณภาพที่ปราศจากสื่อในครอบครัวเพื่อส่งเสริมให้เด็กมีพัฒนาการและสติปัญญาที่สมวัย มีจินการคิดเป็นเหตุเป็นผล
5. เด็กไม่ควรมียุอุปกรณ์สื่ออิเล็กทรอนิกส์เป็นของตัวเอง ควรขออนุญาตพ่อแม่ก่อนใช้งานทุกครั้ง
6. พ่อแม่ควรได้รับสื่อประเภทต่างๆ ไปพร้อมเด็ก เพื่ออภิปรายเนื้อหาพร้อมกัน

> กลับสารบัญ

อย่างไรก็ตามคำแนะนำนี้จะช่วยให้ผู้ปกครองสามารถรู้เท่าทันผลกระทบต่างๆ

และทราบแนวทางป้องกันผลกระทบที่อาจเกิดจากสื่ออิเล็กทรอนิกส์และเทคโนโลยี เพื่อให้เด็กใช้เทคโนโลยีและหลีกเลี่ยงผลกระทบด้านลบ

.

ปรึกษาทุกปัญหาสุขภาพแบบออนไลน์
ไม่เสียค่าใช้จ่าย

