

Роман Шейнбергер,
авиационный инженер - механик,
эргономист, д-р, профессор, академик
Европейской Академии Естественных
Наук (ЕАЕН) /Германия, Ганновер/,

<http://eanw.info/progress-technologie-israel.html>

Израиль



Смартфон – успех и провал людей!?!..

Несомненно, смартфоны заметно увеличили возможности людей, но, как отметили исследователи, принесли снижение «мелкой моторики» у пользователей смартфонов, что особенно вредно детям – пользователям, как известно, рано получающим сегодня доступ к этой современной технике...

Это – реальность и здесь никакие увещевания, обращённые к малышам и детям постарше, НЕ ПОМОГУТ!..

Однако, сделать некие продуктивные шаги можно и нужно...

Рассмотрим...

В последнее время возросло число родителей во всём мире, которые бьют тревогу: современные дети пропадают в смартфонах, практически, постоянно...

Заметим, что и ВЗРОСЛЫЕ – ТОЖЕ!
«В настоящее время ...ЭТО –
неотъемлемая часть жизни, –
говорит психолог, консультант цифрового
медицинского сервиса *) Марина
Решетникова

*) <https://mir24.tv/articles/16471110/moi-deti-prakticheskii-ne-otryvayutsya-ot-smartfonov-cto-delat>

Это «мир на ладонке», который стал частью личного пространства каждого человека, в том числе ребенка. С помощью них мы общаемся, учимся, отдыхаем, развлекаемся, ищем информацию, развиваемся ...
Таким образом, частое взаимодействие ребенка с этим является нормой жизни».

Так значит, «гладить пальчиком» переднюю панель смартфона (СФ) – это нормально? Совсем нет, говорят эксперты.

Что опасного в этом?

По словам клинического психолога, эксперта фонда «Дети-бабочки», нейропсихолога Ольги Кулиш, когда у детей в руках телефон и выход в интернет, они не получают знания, они получают большое количество информации, а это, к сожалению, иллюзия знаний. «Кроме того, очень быстро развивается зависимость от этих устройств, потому что во время их использования вырабатываются внутренние эндогенные наркотики, производимые клетками

собственного мозга, – говорит эксперт. – Это способствует быстрому развитию зависимости от интернета и названных устройств. И происходит это в довольно раннем возрасте. Многие первоклассники идут в школу, уже зная, что такое телефон и что такое бесконтрольное зависание часами в интернете».

По словам эксперта, СФ – это инструмент для угнетения интеллектуальных функций мозга.

Были времена, когда дети выходили во двор и играли в мяч, в прятки, в «догонялки» и прочие игры, тем самым они активно развивали себя, так как в подвижных играх задействованы все области головного мозга, отвечающие за

реакцию, внимание, слух, память, мышление, крупную и мелкую моторику, координацию движений, пространственную ориентацию, переключение и пр. Но сегодня для большинства детей подвижные игры – это большая редкость. СФ заменили не только игры, но и общение со сверстниками.

«В августе я провела большое нейропсихологическое обследование детей из Жуковского, все они в сентябре пойдут в 1 класс, – рассказывает директор Центра раннего развития «Подсолнухи» Наталия Великовская. – Результат: более 80% этих детей имеют проблемы с запоминанием и воспроизведением двигательных

программ, половина детей имеют проблемы с межполушарным взаимодействием, у многих нарушена осанка, снижен тонус мышц. Это путь к школьной не успешности . Смартфоны сыграли с детьми злую шутку: НАШИ ДЕТИ КРАЙНЕ МАЛО ДВИГАЮТСЯ! К тому же привычка видеть быстро меняющиеся картинки современного видеоизображения приводит к тому, что ребенку просто ТРУДНО будет смотреть в школе на доску, потому что по ней ничего не бегают и не мельтешит. Так формируется нарушение внимания и концентрации».

По словам семейного психолога Валентины Снеговой, опасности от СФ различаются в зависимости от возраста:

У малышей не развивается мелкая моторика**) и задерживается речевое развитие, нарушаются детско-родительские отношения (электронная игрушка вместо родителя), в будущем можно отследить нарушение развития когнитивных процессов – внимания, речи. Зачастую контент носит возбуждающий характер, и тогда родители отмечают сложности в засыпании и беспокойный сон.

* *) Мелкая моторика — совокупность скоординированных действий человека, направленных на выполнение точных мелких движений кистями и пальцами рук и ног -

<https://www.google.com/search?q=%D0%BC%D0%B5%D0%BB%D0%BA>

[%D0%B0%D1%8F+%D0%BC%D0%BE%D1%82%D0%BE%D1%80%D0%B8%D0%BA%D0%B0&rlz=1C1CHZN_enIL938IL938&oq=%D0%9C&aqs=chrome.0.69i59j69i57j69i59l2j0i20i263i512j69i61l3.3262j0j7&sourceid=chrome&ie=UTF-8](#)

У дошкольников отмечается обеднение фантазии, им тяжело налаживать коммуникацию со сверстниками, позднее при подготовке к школе выявляется нарушение эмоционально-волевой сферы: ребенок не привык прикладывать усилия, концентрировать внимание. Ведь СФ его бесконечно развлекал.

У младших школьников трудности при обучении чтению и восприятию

информации, учителя на родительских собраниях отмечают, что дети не привыкли думать.

Для подростков главная ОПАСНОСТЬ смартфонов и интернета состоит в нарушении социализации и вредоносном действии информации на психику. В возрасте 14 и старше для подростка главными становятся друзья и отношения с ними. Социальные контакты выходят на первый план на целых семь лет. Но большая часть подрастающего поколения уходит в интернет, который, конечно, не может заменить реальный мир. Но в силу возраста дети не могут это понять.

Родители, в свою очередь, не всегда догадываются о существовании

информационной гигиены. Поэтому в наши дни много обращений к психологам с фобиями, нарушением сна, сниженной самооценкой и разнообразными психологическими травмами у детей в связи с отсутствием программ родительского контроля на СФ подростка.

Вред физическому здоровью одинаков для всех возрастов: длительное пребывание в статическом положении негативно сказывается на позвоночник и может привести к развитию сколиоза, чрезмерная нагрузка на зрение формирует близорукость.

«Ученые проводили исследования на тему – как наш мозг реагирует на информацию. Выяснилось, что он

вырабатывает огромное количество нейромедиаторов, дающих удовольствие и влияющих на те же отделы мозга, что и наркотики. Поэтому зависимость от СФ формируется сильнейшая и в кратчайшие сроки», – говорит Валентина Снеговая. Но это так удобно!

Многие современные родители знают, что СФ – это удобный инструмент, чтобы мгновенно отвлечь малыша, если он капризничает. Большинство родителей дают его, когда нужно успокоить ребенка. Например, в очереди к врачу почти каждый второй ребенок сидит, уткнувшись в телефон. «Но это же лучше, чем если бы он плакал и кричал, разве нет? – говорит Ольга Верова, мама двоих дошкольников. – Я даю телефон только в

том случае, если кто-то из детей не может успокоиться!».

Вот что говорит об этом психолог, коуч Диана Куркина: «Важно понимать, что довольно часто под «не может успокоиться» у малышей скрывается желание привлечь внимание родителя.

Как говорил Эрик Берн***), «когда ребенку исполняется 6 лет, его жизненный план уже готов». Именно в возрасте до 6 лет у нас формируются все самые жизненно важные убеждения относительно внешнего мира».

***) Эрик Берн -

**[https://ru.wikipedia.org/wiki/
%D0%91%D0%B5%D1%80%D0%BD](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%91%D0%B5%D1%80%D0%BD)**

, %Do%AD %D1%80%Do%B8%Do%BA

По словам психолога, умение выстраивать здоровые отношения с ребенком – основа, тот самый фундамент, на котором строится вся дальнейшая жизнь малыша. То, как он выстраивает отношения с друзьями, партнером, окружающей реальностью. То, какую работу выбирает и как обходится с обязательствами.

«Базовая потребность в принятии и безусловной любви – то, чему мы учимся у наших родителей. И если при возникновении сложной ситуации родитель реагирует такой отмашкой, то ребенок делает вывод: «меня не ценят, я не важный», – говорит эксперт.

Он будет научен тому, что его игнорируют, демонстрируют абсолютную не вовлеченность в настоящую причину проблем. Также в будущем это может привести к изощренным манипуляциям, когда человек добивается желаемого только через провокации, считает психолог.

Что важно делать? По словам эксперта, нужно учиться разговаривать с ребенком, очень часто достаточно задать несколько простых вопросов. Почему ты прямо сейчас плачешь? Что тебя так расстроило? Чего бы ты сейчас хотел? Для формирования здоровой психики малыша это фундамент, в котором будет заложена внимательность и чуткость к его чувствам...

И, вот, о чём надо сказать!

По состоянию на январь 2021 года, население мира составляет 7,83 миллиарда человек. Согласно отчету ООН, в настоящее время это число увеличивается со скоростью 1% в год. Это означает, что с начала 2020 года общая численность населения мира увеличилась более, чем на 80 миллионов человек.

А теперь выясним, сколько людей пользуется смартфонами?!

С января 2020 года количество пользователей смартфонов увеличилось на 1,8% (93 миллиона). Всего в мире смартфонов уже БОЛЬШЕ, чем людей! По рукам разошлись 8,02 миллиарда активных устройств. Связано это с тем,

что некоторые пользователи владеют двумя и более смартфонами.

Общее количество смартфонов на руках у пользователей выросло на 0,9% (72 миллиона) за год...

ЕСТЬ О ЧЁМ ЗАДУМАТЬСЯ!

В заголовке статьи я написал –

«Смартфон – успех и провал людей!?»

ЭТО – ФАКТ!

Нужно ПОЗАБОТИТЬСЯ о системе разнообразных мер на многих уровнях бытия, чтобы смартфоны стали БЛАГОМ для человечества...

А своевременное и детальное осознание проблем, возникающих перед людьми в связи с глобальным проникновением в нашу жизнь смартфонов должно подвигнуть людей к разработке систем мер по максимальной нейтрализации

вредных влияний этих технических средств и технологий... На мой взгляд, это ещё одна большая, новая задача для ЭРГОНОМИКИ!..

В этой связи, ещё больше вырастает актуальность выдвинутой нами идеи создания Международного Института Эргономики (МИЭ) в Израиле с филиалами и отделениями по всему миру...

Израиль, Беэр Шева, 01.12.2021,13:47