

اضرار الالعاب الالكترونية على الاطفال

لم تعد ألعاب الأطفال مجرد دمي تتحرك في أيديهم ، بل دخلت في صناعتها التكنولوجيا وحولتها لأجهزة عصرية يتواصل معها الأطفال مما يزيد من ارتباطهم بها ، وزيادة الفترات التي يقضيها الطفل أمامها مثل ألعاب الليزر ، وألعاب الكمبيوتر ، والهواتف التي تتضمن أحدث الألعاب ، والبلايستيشن وغيرها ، وبالرغم من فوائد هذه الألعاب في زيادة ذكاء وتوسيع مدارك الأطفال ، إلا أنها ذات آثار سلبية لا بد من الوقوف عليها .

أضرار الألعاب الالكترونية على الأطفال

- التأثير الضار على الذاكرة على المدى الطويل .
- اصابة الأطفال بالإنطواء والكآبة ، خاصة عند وصول الطفل لحد الإدمان .
- الإصابة بخمول الدماغ واجهاده ، ضعف الذاكرة الطويلة المدى .
- اصابة الطفل بالتوحد والعزلة ، وصعوبة التواصل مع المجتمع .
- قد تتسبب في الإصابة بالصداع ، الإجهاد العصبي ، والإحساس بالإرهاق .
- التأثير الضار على العيون وضعف النظر.
- يميل الأطفال للعدوانية المفرطة .
- تشنجات عضلات العنق ، بالإضافة لآلام عضلات الظهر والكتفين .
- ضعف التحصيل العلمي الرسوب ، والفشل الدراسي .

فوائد الألعاب الإلكترونية

فوائد هذه الألعاب إذا استخدمت بشكل صحيحهي كثيرة، خاصة إن تم اعتبارها أمراً ثانوياً في حياة الفرد، ومن هذه الفوائد:

- تُعلم الشخص الابتكار والتفكير والتخطيط بشكل سليم، فمعظم هذه الألعاب تعتمد على استراتيجيات للوصول إلى أعلى النقاط أو الهدف من اللعبة.
- تُساعد في تقوية الملاحظة لدى الشخص وهو أمرٌ مهم بالنسبة للأطفال، وتُساعد أيضاً في التركيز والخيال، ولهذا ينصح الأخصائيون التربويين بلعب الألعاب التي تعتمد على الربط بين الصور، وإيجاد الفروق بين الصور وبخاصة الأطفال.

- هناك عدد من الألعاب التعليمية التي تقوم بتعليم الأحرف والقرآن والأرقام والحيوانات، وغيرها من الألعاب المشابهة، فهي ألعاب للأطفال تُساعد صغار السن على معرفة الأشياء من حولهم.

توصيات لأولياء الأمور

- يجب على كل أب وأم، ألا يسمحوا للأطفال الأقل من ثلاث سنوات بممارسة هذه الألعاب، وتوجيههم نحو الألعاب التي تُناسب سنهم مثل ألعاب الليغو وغيرها.
- تخصيص وقت للعب بالألعاب الإلكترونية، على ألا يتجاوز ذلك مدة ساعة يومياً، ثم يقوم الطفل بلعب أي نوع من الرياضة مهما كان بسيطاً.
- يجب أخذ استراحة خلال القيام باللعب كل عشرين دقيقة على الأقل، لإراحة النظر من الشاشة التي يستخدمها في اللعب.
- إبعاد الأطفال عن الألعاب التي تُنبث روح العنف لديهم.
- عدم منع الأطفال من استخدام الأجهزة الإلكترونية المختلفة، حتى يكون الطفل متماشياً مع أبناء جيله، وهذا من خلال توجيهه نحو الألعاب والبرامج التي تُفيد.