

CHO TRẺ NHÌN MÀN HÌNH THIẾT BỊ GIẢI TRÍ TRONG BAO LÂU LÀ VỪA ĐỦ?

Từ trước đến nay, câu hỏi "chỉ nên cho phép trẻ nhỏ tiếp xúc với màn hình của các phương tiện giải trí khoảng bao lâu trong một ngày?" vẫn luôn là vấn đề thường trực trong tâm trí mỗi bậc phụ huynh. Với kết quả nghiên cứu mới đây của Viện Khoa h

Từ trước đến nay, câu hỏi "chỉ nên cho phép trẻ nhỏ tiếp xúc với màn hình của các phương tiện giải trí khoảng bao lâu trong một ngày?" vẫn luôn là vấn đề thường trực trong tâm trí mỗi bậc phụ huynh. Với kết quả nghiên cứu mới đây của Viện Khoa học Trẻ em Mỹ (American Academy of Pediatrics - AAP), câu hỏi trên phần nào đã có lời giải đáp.

>>> Trẻ xem tivi hơn 2 tiếng mỗi ngày hay ồm yếu

Từ các kết quả nghiên cứu khoa học của mình, Viện Khoa học Trẻ em Mỹ cho rằng trẻ em chỉ nên dành trung bình tối đa là 2 tiếng một ngày cho việc sử dụng các thiết bị giải trí như TV, máy tính bảng, điện thoại, máy chơi game,... đối với trẻ trong tầm từ 3-12 tuổi, còn trẻ từ 2 tuổi trở xuống thì không nên cho tiếp xúc. Nếu vượt quá khoảng thời gian trên, trẻ nhỏ sẽ tăng nguy cơ mắc phải những chứng bệnh như rối loạn thời gian ăn uống ngủ nghỉ, gặp vấn đề về khả năng tập trung và học tập tại trường học hay thậm chí còn dẫn đến bệnh béo phì, lười vận động.

Từ kết quả của Viện Khoa học Trẻ em Mỹ, trang ConsumerReports đã mở một cuộc điều tra lấy ý kiến của những bậc cha mẹ về việc có nên hạn chế trẻ tiếp xúc với màn hình của các thiết bị giải trí. Câu trả lời nhận được từ hầu hết các phụ huynh đều là: "Có, gia đình nên hạn chế thời gian tiếp xúc với màn hình các phương tiện giải trí đối với trẻ từ 12 tuổi trở xuống".

Một bậc phụ huynh có tên Karen Pisciotta cho biết: "Mặc dù máy tính bảng, điện thoại... có thể giúp trẻ em nhanh chóng biết được hầu như tất cả các kiến thức đã tích lũy trên thế giới chỉ qua một vài thao tác chạm hoặc nhấp chuột, song họ vẫn cần phải được học cách chăm chú lắng nghe, trò chuyện thực tế, tự tin tranh luận, quan sát chu đáo cùng khả năng tự kiểm soát bản thân. Đó là những kỹ năng mà trải nghiệm trên màn hình không bao giờ có thể dạy họ".

Một phụ huynh khác, Karla Oquenda lại cho rằng, "Dành quá nhiều thời gian bên cạnh các thiết bị điện tử khiến trẻ trở nên sống "lánh đời", "trì trệ" trong các hoạt động giao tiếp. Vậy nên, vợ chồng tôi chỉ cho phép con trai mình được sử dụng máy tính bảng 3 lần một tuần và mỗi lần chỉ được dùng trong vòng 1 giờ. Ngoài ra, chúng tôi còn thống nhất với nhau là cùng cất giữ điện thoại của mình tránh xa khỏi tầm tay của trẻ mỗi khi về nhà".

Bên cạnh đó, nhiều bậc phụ huynh cũng bày tỏ mối lo ngại về việc trẻ em ngày nay đang ngày càng dành ít thời gian cho các hoạt động ngoài trời mà thay vào đó, họ lại thích ngồi cạnh các thiết bị giải trí hơn. Đó cũng là một trong các nguyên nhân chính dẫn đến tình trạng trẻ thường bị béo phì hiện nay trên thế giới làm nhiều gia đình lo lắng.

Thậm chí, một số phụ huynh khác còn có biện pháp có phần hơi "tiêu cực" để hạn chế con của họ đến gần màn hình các thiết bị điện tử. Như Kristen Coberly Warren cho hay, "Mục tiêu của gia đình tôi là không cho trẻ tiếp xúc các thiết bị giải trí. Chúng tôi không bao giờ bật TV khi có bọn trẻ. Không mua máy chơi game,... Nhờ đó, 3 đứa trẻ nhà tôi tuy không hoàn hảo, nhưng chúng lại hình thành nên được cá tính riêng, sở hữu các kỹ năng xã hội và không gặp phải vấn đề trong trường học. Đặc biệt, chúng còn có được kỹ năng đọc sách thay vì ngồi hàng giờ bên máy vi tính".

Nhìn chung, sự phát triển nhanh chóng của công nghệ đang thúc đẩy nền văn minh nhân loại ta tiến bộ từng ngày. Nhưng, mặt lợi xuất hiện bao giờ cũng có những mặt hại đi kèm. Thiết bị điện tử giúp trẻ tiếp thu kiến thức nhanh chóng song nếu sử dụng quá nhiều cũng làm trẻ thiếu hụt đi những kiến thức đời sống, xã hội, khả năng hoạt động ngoài trời cùng nhiều nguy cơ về bệnh béo phì, kém tập trung. Bởi vậy, sự quan tâm và hướng dẫn của những bậc cha mẹ là điều rất thiết yếu và cần thiết.

Tiêu đề đã được khoahoc.tv đặt lại.