

סקירת ספרות

1. שימוש ילדים בגיל הרך בטלפונים סלולריים

התקדמות הטכנולוגיה כיום מהווה אחד מן המאפיינים הבולטים ביותר של המאה ה-21 והשימוש היומיומי במסכים, בגלישה באינטרנט ושימוש באמצעי הטכנולוגיה השונים הולך וגובר. אופן השימוש ותדירותו באים לידי ביטוי גם בקרב משתמשים צעירים ואף בקרב ילדים בגיל הרך (ברלב, 2019). דוגמא לכך ניתן לראות במאמרם של קורת ואחרים (2021) אשר בסקירתם מציינים מחקרים שונים, המצביעים על מגמת העלייה בשימוש במסכים בקרב משתמשים צעירים, דבר אשר מתאפשר בשל מספר הרב של המכשירים האלקטרוניים השונים שיש בכל בית (קרי טבלטים וטלפונים חכמים). אלו מהווים קרקע פורייה עבור ילדים צעירים, אפילו מגיל לידה, לצפות ולהשתמש באותם המכשירים במשך לפחות שעה ביום.

את העניין של ילדים בגיל הרך במסכים (קרי טלפונים סלולריים, אייפדים וטלוויזיה) ניתן ראשית להסביר על ידי החשיפה שלהם לאותם אמצעים, כבר בחודשים הראשונים לחייהם, בעיקר באופן עקיף ולא ישיר. החשיפה יכולה להתרחש הן כאשר האם מניקה את תינוקה וד בבד עושה שימוש בטלפון הסלולרי שלה ועד חשיפתם של התינוקות לאורות, רעשי הרקע והצבעים כאשר תוכניות טלוויזיה משודרות ברקע. הגירויים שהמסכים מספקים מושכים את תשומת הלב של התינוקות ועל אף שאין הבנה ממשית של התוכן המשודר, אלו לומדים להכיר את מאפייני המסך ואת עומס הגירויים שהוא מספק (לדוגמא צבעים חזקים מדי) (ברלב, 2019). חשיפה זו פעמים רבות אינה מותאמת לגילו ולשלב ההתפתחותי של הילד ונמצא קשר בין צפייה במסכים בגיל הרך לבין קשיי שינה, בעיות קשב וריכוז, פגיעה בלמידה ובהתפתחות השפה (קורת ואחרים, 2011).

עם זאת ועל אף המודעות לפגיעה האפשרית בהתפתחותו של הילד, ילדים בגיל הרך עדיין נחשפים לאמצעים טכנולוגיים בצורה הולכת וגוברת מדי שנה (אופיר ואחרים, 2021). כבר במהלך השנה הראשונה לחיים, הילד הרך לומד על חשיבותו של המסך בחיי היומיום שלו, שכן כמעט בכל פעילות המסך נוכח. זה יכול לבוא לידי ביטוי בכך שכסא האוכל של התינוק ממוקם מראש מול הטלוויזיה, גם כאשר המסך סגור, ונוצרת למידה שכאשר הילד מתיישב מול המסך, האוכל גם צפוי להגיע. בנוסף, הלמידה אודות חשיבותו של המסך מתרחשת כאשר הילד הרך רואה את ההורים שלו משתמשים במכשירים באופן כמעט תמידי, וכן, יוצרים באופן לא מכוון אינטרקציה בין הילד והמסך: לדוגמא, כאשר מצלמים את הילד באמצעות המכשיר הנייד או מביאים לו לחקור את המכשיר, במטרה לראות אם יצליח להפעילו לבד. אומנם ההורים אינם מעוניינים שילדם ישתמש בטלפון הנייד או יצפה בסרטונים לדוגמא, אך למעשה הם פועלים כמתווכים בין התינוק והמסך ובכך, באופן לא מכוון לרוב, מעודדים את הסקרנות של התינוק במסך (ברלב, 2019). כך נוצר מצב שעל אף שהורים רבים משתדלים להגביל את החשיפה של ילדם למסך, המציאות היומיומית לא מאפשרת זאת ובפועל, הילד הצעיר נחשף ומשתמש במסך, הרבה יותר ממה שההורים היו רוצים בתיאוריה והטלפון החכם הופך להיות חלק אינטגרלי מהפעילויות היומיומיות. הורים רבים נוטים לאפשר לילדיהם זמן מסך באופן אקראי ולפרקי זמן קצרים, לדוגמא בעת המתנה לתור בסופר או בזמן שמכינים ארוחת ערב. כך החשיפה של הילד לאמצעים הטכנולוגיים השונים הינה מגוונת ומתרחשת בפרקים שונים במהלך היום (אופיר ואחרים, 2021).

בנוסף ועל אף שמרבית ההורים היו רוצים להגביל או למנוע את השימוש של ילדם הצעיר בטלפון הנייד, הם מתקשים לייצר עבורו מודל ראוי שכן הם בעצמם מתקשים שלא להשתמש במכשירים הטכנולוגיים

השונים. כך למעשה עשוי להיווצר מצב בו ההורה לא רוצה שילדו יצפה בטלוויזיה בזמן האוכל, אך עושה זאת בעצמו (דולב- כהן וריקון, 2021). לפיכך וחלק מההבנה של ההורים כי המסכים הינם חלק בלתי נפרד משגרת חיינו, הורים משתדלים לחשוף את ילדם באופן מכוון לתכנים מותאמי גיל החל מאמצע השנה הראשונה לחיים (ברלב, 2019). המודעות לחשיפה מותאמת גיל באה בעקבות פרסום דוחות המספקים קווים מנחים עבור ההורים כיצד יש לחשוף בצורה נכונה ומותאמת ילדים צעירים. ההנחיות האלו לרוב כוללות הגבלת זמן המסך בהתאם לגיל הילד: עד גיל שנה זמן מסך אינו מומלץ, בגילים שנתיים עד ארבע, זמן המסך המותר רצוי שלא יעלה על שעה אחת, ועדיף כמה שפחות (אופיר ואחרים, 2021). כמו כן, ההמלצות כוללות הנחיות להורים לבחור תכנים איכותיים ומותאמים לשלבי ההתפתחות וכן, דגש על שותפות המבוגר בזמן הצפייה. תיווך של המבוגר בעת הצפייה במסכים, למשל באמצעות דיון ושיח משותף, יכולה לקדם את הלמידה של הילד הצעיר ולמקסם את התועלת שבצפייה במסך (קורת ואחרים, 2021). כמו כן, עידוד שימוש וחשיפה נכונה למסכים עשויה לשפר גם היבטים מסויימים בשלבי ההתפתחות של הילד, לדוגמא בהעשרת הידע, למידת שפה, מיומנויות חברתיות ותפקודים קוגניטיביים (אופיר ואחרים, 2021). את התפתחות הלמידה והשימוש של הילד הצעיר במסכים ניתן לראות גם בהתאם לשלבי ההתפתחות שלו. החל מהשנה הראשונה, ניתן לראות שינוי באופן השימוש של הפעוט במסך ומשימוש פסיבי של ישיבה וצפייה במסך, הפעוט הופך להיות שותף אקטיבי לצפייה- לדוגמא, מחקה את תנועות הדמויות, שר ורוקד בהתאם לתוכן המשודר. השימוש האקטיבי הולך ומשתכלל כאשר לקראת גיל שנתיים, פעוטות יכולים להשתמש במסכים באופן עצמאי לחלוטין (ברלב, 2019).

2. הטלפון הסלולרי בחיי ילדים ובני נוער

בשל החשיפה המוקדמת של ילדים לאמצעים הטכנולוגיים השונים, הטלפון הסלולרי הינו בעל חשיבות רבה בחיי היומיום של ילדים ובני נוער. הורים רבים עשויים לשאוף ולהגביל את השימוש של ילדם במסכים, אך בשל ההשתנות המהירה והתפתחות הטכנולוגיה, המאבק לרוב אינו מניב פרי והטלפון הסלולרי הופך להיות אלמנט מרכזי בחיי הילדים, כפי שהוא גם בחיי המבוגר (אופיר ואחרים, 2021). יתר על כן, ילדים ובני נוער עשויים למצוא את עצמם מבלים שעות רבות מול המסכים, כחלק מהחסך וחוסר הזמינות ההורית שמתלווה לשימוש התדיר של המבוגרים במכשירים הניידים. במהלך היום, ההורים משתמשים רבות בטלפון הנייד, הן לצורך זמינות לעבודה, הן לטובת שיחות ברשתות החברתיות והן כמקום מפלט מהשגרה המלחיצה הדורשת מהורה לשלב עבודה וטיפול בילדים. כתוצאה מהעיסוק הרב של ההורה במכשיר הנייד, היכולת שלו למלא את צרכיהם הפיזיים והרגשיים של הילדים עלולה להיפגע, והילדים, כמו הוריהם, יחפשו מפלט באינטרנט ובמכשירים הניידים (דולב- כהן וריקון, 2021).

השימוש והחשיפה הרבה למסכים עוד התעצמה במהלך מגפת הקורונה, כאשר תקופות הסגר בבתי וסגירת בתי הספר והגנים, אילצו את ההורים לשלב את העבודה מהבית לבין הוראה וטיפול בילדיהם הצעירים. לשם כך, הורים רבים נעזרו בטכנולוגיית המסכים, הן אם כדי לשמש כ"כבייביסיטר" לילד, הסחת דעת או אף עזר ללמידה (אופיר ואחרים, 2021). למעשה, בעקבות מגפת הקורונה, הן אבות והן אימהות מדווחים על עלייה של יותר מ-50% בשימוש באמצעים טכנולוגיים, דיגיטליים וגלישה באינטרנט. כתוצאה מהשימוש הרב של ההורים באותם אמצעים, תחושת ההזנחה של הילדים בתקופת הקורונה רק הלכה וגברה. הילדים נאלצו להתמודד הן עם חוסר הזמינות ההורית בשל עבודתם מהבית והן עם היעדר פעילויות הפנאי הרגילות שלהם. כך, נוצר מצב