

Tutkimus: Lapsen puheen kehitys hidastuu merkittävästi jokaista älylaitteella käytettyä puolta tuntia kohden

Tutkimuksissa havaittiin ensimmäistä kertaa, että mitä enemmän pikkulapsi viettää aikaa älylaitteen ääressä, sitä hitaammin hän oppii puhumaan.

Tabletti heikentää pienen lapsen kielen kehitystä ja unta. (KUVA: SEPPO SOLMELA)

Mikko Puttonen HS

Julkaistu: 5.5.2017 15:54



ÄLYPUHELINTEN, tablettien ja kädessä pidettävien pelikonsolien käyttö hidastaa pienten lasten puheen kehitystä. Tämä on nyt huomattu Kanadassa tehdyssä tutkimuksessa tietävästi ensimmäistä kertaa.

Tutkimukseen osallistui 900 lasta. Kun lapset olivat puolentoista vuoden iässä, heidän älylaitteiden käytöstään kysyttiin vanhemmilta.

Joka viides oli niitä käyttänyt. Keskimääräinen aika oli puolisen tuntia päivässä, tarkkaan ottaen 28 minuuttia.

Vanhemmat täyttivät myös kielen kehitystä mittaavan kyselylomakkeen. Se on vakiintunut menetelmä seurata pienten lasten kielen oppimista.

MAINOS (TEKSTI JATKUU ALLA)

MAINOS PÄÄTTYÄ

Kyselyssä selvitetään esimerkiksi sitä, käyttääkö lapsi sanoja vai pelkkiä äänneitä saadakseen haluamansa ja miten monia sanoja tämä ylittää osaa.

KÄVI ILMI, että mitä enemmän lapset olivat käyttäneet laitteita, sitä enemmän heidän

kielellinen kehityksensä jättäti. Jokainen päivittäinen lisäpuolituntinen kosketusnäytön ääressä kasvatti merkityksellisen puheen viivästymisriskiä lähes 50 prosenttia.

Ruutuaika näytti vaikuttavan vain puheen oppimiseen. Muuhun sosiaaliseen vuorovaikutukseen, kehon kielen tai eleiden käyttöön sillä ei ollut osuutta.

Tutkimustulos tukee Amerikan lastenlääkäreiden yhdistyksen tuoretta suositusta, jonka mukaan alle puolivuotiaiden lasten ei pitäisi viettää yhtään aikaan ruudun ääressä.

LASTENLÄÄKETIETEEN tutkija ja tutkimuksen päätekijä **Catherine Birken** kanadalaisesta SickKids-sairaalaista muistuttaa, että tutkimuksessa havaittiin vasta yhteys älyruutuajan ja kielellisen kehityksen väliltä. Tarvitaan lisätutkimusta sen selvittämiseksi, mitä lapset laitteilla oikeastaan tekevät ja mitkä mekanismit voivat johtaa puheen viivästymiseen.

Yhtä kaikki älylaitteet löytävät tätä nykyä tiensä pienimpienkin ulottuville.

”Kädessä pidettävät laitteet ovat joka puolella nykyään. Vaikka vauvojen ja taaperoikäisten ruutuaikaa suositellaan rajoitettavaksi, uskomme, että pienet lapset käyttävät hyvin yleisesti älypuhelimia tai tabletteja”, Birken sanoi tiedotteessa.

Lastenlääkäreiden vuosikongressissa esitelty tutkimus on lyhyen ajan sisällä jo toinen, joka varoittaa ruutuajan haitoista pienille lapsille.

ÄSKETTÄIN brittitutkijat osoittivat, että kosketusnäytöllisten laitteiden käyttö heikentää alle kolmevuotiaiden lasten unta. Jokainen päivittäinen lisätunti tabletin ääressä lyhensi unta runsaat viisitoista minuuttia vuorokaudessa.

Tabletti voi nostaa lapsen vireystasoa sekä sisällöllään että sinisellä valollaan, jonka tiedetään laskevan pimeähormoni melatoniinin pitoisuuksia. Näin uneen pääsy vaikeutuu ja unen laatu voi kärsiä.

Univaje ei ainoastaan väsytä. Riittävä uni on myös ratkaisevan tärkeää lapsen kognitiiviselle kehitykselle