

สื่อยุคใหม่ : อาหารเสริมสำหรับเด็กปฐมวัย

2

ผู้ช่วยศาสตราจารย์รัชทรัพย์ แสนลำแดง*

ดร.สุจิตรา แบบประเสริฐ*

ชูลีวัลย์ รักษาภักดี*

สรินดา อุคำ*

เด็กปฐมวัยเปรียบเสมือนผ้าขาว ที่รอการแต่งแต้มสีสันให้เกิดความงดงาม แต่ใครที่จะเป็นผู้ระบายสีนั้น ปัจจุบัน “สื่อ” เริ่มแทรกซึมเข้าไปในผ้าขาว เป็นสิ่งแวดล้อมที่มีอิทธิพลอย่างยิ่งต่อการดำเนินชีวิตของ ผู้คนอย่างยากที่จะหลีกเลี่ยง จนกลายเป็นสิ่งปนเปื้อนที่อันตรายสำหรับเด็กปฐมวัย ยุคของข้อมูลข่าวสารอันไร้พรมแดนเช่นนี้ การรับข้อมูลเข้ามามีทั้ง ประโยชน์และโทษ ความสามารถในการรับข้อมูล การสื่อสาร การคัดสรร การคัดกรอง และการเข้าถึงของข้อมูลว่ามี ข้อเท็จจริงมากน้อยเพียงใดจึงเป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่ง ด้วยความเจริญก้าวหน้าของเทคโนโลยีจึงนำมาซึ่ง “สื่อยุคใหม่” ที่เข้ามา มีบทบาทต่อการเรียนรู้ของเด็กปฐมวัย โดยทั่วไปแล้วสื่อเทคโนโลยีหมายถึง เครื่องมือ เครื่องใช้ที่เป็นอุปกรณ์ ไฟฟ้า และสื่อ อิเลคทรอนิกส์ต่างๆ ที่นำมาใช้ในการสนับสนุนการจัดการเรียนการสอนให้มีความสะดวกสบายในการเรียนรู้ยิ่งขึ้น เช่น โทรศัพท์ คอมพิวเตอร์ อินเทอร์เน็ต สมาร์ทโฟน เกมออนไลน์ เป็นต้น ซึ่งเด็กที่ได้เรียนรู้และเข้าถึงการใช้สื่อเทคโนโลยีจะสามารถปรับตัวเข้ากับสังคมแห่งโลกเทคโนโลยีได้อย่างเหมาะสม

อิทธิพลจากสื่อเทคโนโลยีสารสนเทศที่เกี่ยวข้องกับการรับและการสื่อสาร เป็นสื่อยุคใหม่ที่เข้ามาแทนที่สื่อดั้งเดิม มากขึ้น (สื่อสิ่งพิมพ์, หนังสือแบบเรียน) สื่อยุคใหม่จึงส่งผลต่อการเรียนรู้ของเด็กทั้งทางบวกและทางลบ ขณะที่เด็กยุค ปัจจุบันสามารถแสวงหาความรู้ได้ด้วยตนเอง สามารถเข้าถึงข้อมูลข่าวสารและความรู้ได้ง่าย โดยไม่มีข้อจำกัดทั้งในเรื่องของ เวลาและสถานที่ แต่หากใช้อย่างขาดสติกับเด็กในช่วงปฐมวัยก็อาจนำไปสู่ปัญหาได้เช่นกัน สถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่น ราชนครินทร์ได้ระบุว่า สถานการณ์เด็กติดสื่อประเภทเกมในปัจจุบันมีอัตราที่เพิ่มขึ้นจากเดิมร้อยละ 5 ในปี 2549 เพิ่มขึ้นเป็น ร้อยละ 9 ในปี 2552 หรือเพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ 4 ในระยะเวลาเพียง 3 ปี ข้อมูลดังกล่าวชี้ให้เห็นว่า เด็กไทยกำลังล้าหลังสื่อ เพราะปัจจุบันสื่อ ยุคใหม่ได้พัฒนารูปแบบที่หลากหลายอย่างรวดเร็ว จนบางครั้งข้อมูลฉาบฉวยก็เข้ามาแทนที่การจัดการ เรียนรู้ในห้องเรียน ส่งผลให้เด็กเปลี่ยนแปลงแบบแผนพฤติกรรมในการใช้ชีวิตและการเข้าถึงความรู้ของกระบวนการเรียนรู้ ภาพและเสียงที่น่าเสนอใน สื่อ บางครั้งมีความไม่เหมาะสม ซึ่งส่งผลต่อการแสดงออกทางอารมณ์จิตใจของเด็ก ได้แก่ การ กระเทียบเท้า ร้องไห้อววย พุดจาไม่สุภาพ เล่นต่อสู้อย่างรุนแรง เลียนแบบตัวละครจากเกม เป็นต้น ผู้ปกครองจึงจำเป็นต้องมี ความรู้และเท่าทันผลกระทบของสื่อ ที่มีต่อพัฒนาการและการเจริญเติบโตของเด็ก เพราะสื่อการเรียนรู้สำหรับเด็กปฐมวัย นั้น ไม่ได้หมายถึงโทรทัศน์ วิทยุ หรืออินเทอร์เน็ตเท่านั้น ดังนั้น หนังสือ นิทาน ดนตรี กิจกรรมต่างๆ บุคคลแวดล้อม สภาพแวดล้อม และสิ่งต่างๆ รอบตัวเด็กก็สามารถเป็นสื่อการเรียนรู้ที่ใช้การกระตุ้นพัฒนาการของเด็กปฐมวัยได้เช่นเดียวกัน

* สาขาวิชาการศึกษานปฐมวัย คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

ผลกระทบของสื่อยุคใหม่

สื่อยุคใหม่เหล่านี้ทำให้เด็กสนใจและให้ความสำคัญกับสิ่งแวดลอมและบุคคลรอบข้างน้อยลง การเลี้ยงดูเด็กในช่วงปฐมวัยโดยใช้โทรทัศน์หรือคอมพิวเตอร์เป็นประจำในระยะเวลานานๆ อาจส่งผลต่อการพัฒนาการของเด็กหลายประการ ดังนี้

ด้านร่างกาย

- ขอบเขตของการพัฒนาทางกายจำกัดและลดลง
- การพัฒนาของเด็กไม่เต็มตามศักยภาพเท่าที่ควร
- สายตาของเด็กมีปัญหาเพิ่มขึ้น
- เด็กบางคนอาจพัฒนาไปสู่ปัญหาทางบุคลิกภาพในระยะยาว

ด้านอารมณ์และจิตใจ

- ขอบเขตของการพัฒนาทางอารมณ์และจิตใจจำกัดและลดลง
- พฤติกรรมที่ก้าวร้าวรุนแรง
- การมุ่งแต่จะเอาชนะจนในที่สุดอาจกลายเป็นพฤติกรรมประจำตัวของเด็ก
- การสะสมนิสัยรักสนุก สบาย คิดว่าได้อะไรง่ายๆ นำมาสู่การขาดการเห็นคุณค่าของการทำงาน

ด้านสังคม

- ความสามารถในการควบคุมเรื่องเวลาลดลง
- ความสามารถในการปรับตัวมีน้อยลง
- การขาดทักษะในการเล่นและอยู่ร่วมกันกับผู้อื่น

ด้านสติปัญญา

- การพัฒนาความสามารถในการสืบค้นข้อมูลจากแหล่งความรู้ที่หลากหลายมีอัตราลดลง เช่น การสืบค้นข้อมูลด้วยวิธีการต่างๆ การแสวงหาข้อมูลที่ต้องการและเป็นจริง การรู้จักกลั่นกรองข้อมูลที่ได้รับ
- เด็กเผชิญกับความเครียดมากขึ้นจากข่าวสารอันรวดเร็วที่อยู่รอบตัว หรือบางครั้งก็เป็นนามธรรมเกินกว่าที่จะเข้าใจ
- การคิดวิเคราะห์น้อยลง ขาดการสืบเนื่องทางความคิด อันส่งผลต่อการใช้เหตุผล
- การขาดการพัฒนาในเรื่องภาษา เนื่องจากอ่านหนังสือลดลง รวมทั้งไม่เข้าใจความหมายและวิธีใช้คำศัพท์ หรือสำนวนภาษาที่ถูกต้องตามกาลเทศะ ด้านวัฒนธรรม
- การรับเอาวัฒนธรรมโดยไม่รู้จักเลือก เช่น การแต่งกาย พฤติกรรมการบริโภค เป็นต้น
- การถูกรอบงำด้วยค่านิยมแบบคนเมือง อันส่งผลต่อความรู้สึกสำนึกในวัฒนธรรมบ้านเกิดและชาติ

สื่อยุคใหม่กับการเรียนรู้ของเด็กปฐมวัย เสน่ห์ของสื่อเทคโนโลยีคือ การมีเสียงดนตรีหรือเสียงเพลงบรรเลงประกอบภาพที่เชิญชวนให้เด็กหลงใหลในอารมณ์และการมีอารมณ์ร่วม ซึ่งมีผู้รู้และนักการศึกษาหลายท่านได้แสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับเรื่องของสื่อยุคใหม่กับการเรียนรู้ของเด็กปฐมวัยไว้ดังนี้

ดร.จุฬารัตน์ มาเสถียรวงศ์ ผู้อำนวยการสถาบันรามจิตติ ได้กล่าวไว้ว่า สื่อเป็นช่องทางการเรียนรู้ที่ดีมากสำหรับเด็ก แต่ตอนนั้นช่องทางนั้นมีให้เลือกเยอะมากทั้งสื่อสีเทา สีดำ สีขาว **ทำอย่างไรจะให้เด็กเดินไปในเส้นทางของสื่อสีขาวให้มาก** ให้สื่อเป็นครูทางเลือกอีกคนหนึ่งการสอนให้เด็กตั้งหลัก กับเป้าหมายของชีวิตและมีแรงบันดาลใจกับเป้าหมายการเรียนรู้และการใช้ชีวิต จนเมื่อเด็กโตพอที่จะสร้างครอบครัวของตนเอง สื่อสีขาวก็จะเป็นเพื่อนช่วยเลี้ยงลูกสอนลูกต่อไป เช่นเดียวกันกับ ดร.อมรวิทย์ นาครทรรพ ที่ปรึกษาสถาบันรามจิตติ ได้กล่าวว่า ในยุคสมัยนี้เมื่อลูกต้องเผชิญอยู่ในโลกที่กว้างกว่าเดิม สิ่งที่สำคัญคือ **ต้องพูดคุยกับลูกมากๆ เอาความจริงของสังคมมาพูด** อาทิ เรื่องเพศศึกษา ต้องหาเวลาคุยกับเด็ก อย่าไปปิดบังปิดกัน ต้องคุยกับเด็กจริงๆ เพื่อให้รู้ว่าจะอะไรเป็นอย่างไร ให้รู้จักคิด ที่สำคัญคือ ให้เด็กรู้จักรับผิดชอบตัวเอง เพราะเด็ก

ที่รู้จักกับผิชอบตัวเอง รู้จักกับผิชอบคนอื่นจะทำอะไรก็จะคิดและใช้เหตุผล ถูกคือถูก แต่เมื่อผิดก็คือผิด รู้จักยอมรับ ซึ่งต่างจากเด็กที่ไม่เคยรับผิชอบใคร เพราะมีพ่อแม่จัดให้หมด เด็กกลุ่มนี้จะไม่มีความคิดอะไรไม่เป็น จึงไม่สามารถยับยั้งตัวเองได้ไม่มีการเบรกด่วนเอง เมื่อต้องหยุดก็ทำไม่ได้เพราะไม่เคยทำ ฉะนั้น การมีวินัยในชีวิตเป็นเรื่องสำคัญ เพราะเด็กยิ่งเรียนรู้ทักษะชีวิตมากเท่าไร เมื่อมีโอกาสเข้าถึงสื่อ เด็กจะรู้จักผิชอบในการใช้เทคโนโลยี ถึงแม้จะใช้ผิชอบวิธีหรือผิชอบเวลาไปบ้าง แต่เด็กจะรู้ว่าตนกำลังทำอะไรอยู่

ขณะเดียวกัน เข็มพร วิรุณราพันธ์ ผู้จัดการสถาบันสื่อเด็กและเยาวชน (สสย.) กล่าวว่า สื่อกับเด็กปฐมวัยอันดับแรกจะต้องดูว่าในแต่ละช่วงวัยของเด็ก มีอะไรบ้างที่จะดึงดูดความสนใจ และสามารถสร้างการเรียนรู้ที่สมองของเด็กจะรับรู้และเรียนรู้ได้ อย่างการหาเพลง รายการโทรทัศน์ ถ้ามันสอดคล้องกับวัยมีความน่าสนใจ เด็กๆ ก็จะเปิดการเรียนรู้ ที่เนื้อหาของ “สื่อ” ที่มี ช่วยส่งเสริมการคิดและสร้างจินตนาการการเรียนรู้ให้กับเด็กอย่างไรบ้าง หาก “สื่อ” นั้นทำให้เด็กเกิดการเรียนรู้ การคิดวิเคราะห์ แยกแยะ การแสวงหาสิ่งดีๆ เพิ่มขึ้นได้ สื่อนั้นก็นับเป็นสื่อสร้างสรรค์” และ นงนุช ใจชื่น นักวิชาการแผนงานวิจัยนโยบายอาหารและโภชนาการ เพื่อการสร้างเสริมสุขภาพ มูลนิธิเพื่อการพัฒนา นโยบายสุขภาพระหว่างประเทศ กล่าวเสริมว่า หลักฐานทางวิชาการทั้งไทยและต่างประเทศพบว่า ร้อยละ 31.2 ของเยาวชนใช้ช่วงเวลาดูโทรทัศน์เป็นช่วงเวลาที่มีโรคอ้วนมากที่สุด “ใน 1 ช.ม. หากเด็กพบเจอภาพซ้ำกัน 4 ครั้ง จะมีผลต่อการเปลี่ยนพฤติกรรมทำให้เด็กเกิดความอยากได้ โดยเด็กที่สามารถจดจำชื่ออาหารได้ จะมีความชื่นชอบ ความต้องการซื้อ และบริโภคอาหารเพิ่มมากขึ้นด้วยการโฆษณาจึงเป็นปัจจัยสำคัญที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคของเด็กซึ่งอาจส่งผลให้เกิดปัญหาทางสุขภาพตามมา เช่น การติดหวานจนกลายเป็นโรคอ้วน ส่งผลให้เด็กหงุดหงิดง่าย สมาธิสั้น การทำงานของหัวใจและปอดล้มเหลว เกิดความผิดปกติของระบบเผาผลาญซึ่งอาจส่งผลต่อปัญหาสุขภาพต่างๆ เช่น โรคเบาหวาน ภาวะไขมันในเลือดสูง ความดันโลหิตสูง โรคหัวใจ และโรคข้อเสื่อม”

สมาคมอนุบาลศึกษาแห่งประเทศไทยได้ระบุว่า แม้จะมีผลงานวิจัยที่แสดงให้เห็นถึงผลบวกของการใช้เทคโนโลยี โดยเฉพาะคอมพิวเตอร์ที่ช่วยสนับสนุนการเรียนรู้และการพัฒนาของเด็ก แต่ขณะเดียวกันก็ชี้ให้เห็นว่า การนำคอมพิวเตอร์มาใช้จัดกิจกรรมนั้นไม่สามารถทดแทนและมีคุณค่าต่อการพัฒนาเด็กได้เทียบเท่ากับกิจกรรมอื่นๆ เช่น การทำกิจกรรมศิลปะ การเล่นบล็อก เล่นน้ำ เล่นทราย หนังสือนิทาน เป็นต้น ที่จัดอยู่ตามมุมประสบการณ์ต่างๆ ในห้องเรียนของเด็กๆ ถึงแม้คอมพิวเตอร์จะเป็นเครื่องมือชนิดหนึ่งที่สามารถนำมาใช้ในการพัฒนาเด็กได้ แต่ก็มีโอกาสที่จะถูกนำไปใช้อย่างไม่เหมาะสม และอาจให้ผลตรงข้ามกับที่คาดหวังไว้ สิ่งสำคัญในการนำคอมพิวเตอร์มาเป็นกิจกรรมหรือสื่อการสอนสำหรับเด็กคือ ซอฟต์แวร์ ที่ต้องมีการเลือกสรรเป็นอย่างดีว่าจะนำไปสู่การพัฒนาการเรียนรู้และการคิดสร้างสรรค์ของเด็กได้จริง ดังนั้น จำเป็นอย่างยิ่งที่ ครู นักวิชาการ หรือผู้ปฏิบัติงานเกี่ยวกับเด็กปฐมวัยจะต้องใช้ดุลยพินิจอย่างมากในการคัดเลือกซอฟต์แวร์ที่มีคุณภาพ รวมทั้งใช้วิธีการที่เหมาะสมในการนำคอมพิวเตอร์ไปสู่การเรียนรู้ของเด็ก โดยจัดเวลาในการเล่นให้มีความสมดุล เช่นเดียวกับสื่อการสอนชนิดอื่นๆ ในห้องเรียน

เด็กปฐมวัยถือเป็นรากฐานในการพัฒนาไปสู่ความเจริญงอกงาม ถ้าเด็กขาดการดูแลเอาใจใส่อย่างใกล้ชิดขณะบริโภคสื่อยุคใหม่ อาจทำให้เด็กเกิดพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม การขาดการชี้แนะจากพ่อแม่หรือผู้เลี้ยงดูอาจทำให้เกิดการเลียนแบบพฤติกรรมโดยรู้เท่าไม่ถึงการณ์ สะท้อนให้เห็นว่าเด็กมีความไม่เข้าใจกับสิ่งที่มีความซับซ้อน ไม่สามารถแยกแยะพฤติกรรมที่พึงประสงค์และไม่พึงประสงค์ได้ด้วยตัวเอง ผู้ใหญ่จึงควรใส่ใจในเรื่อง การเรียนรู้ของเด็กวัยนี้ให้มาก เพื่อให้เกิดการพัฒนาทักษะด้านต่างๆ ที่เหมาะสมตามวัย ในช่วง 7 ปีแรกของชีวิตวัยเด็ก เป็นช่วงที่ทักษะและการใช้กล้ามเนื้อต่างๆ กำลังเจริญเติบโต การเล่นที่มีการเคลื่อนไหวจะช่วยกระตุ้นและปลูกฝังให้เด็กตื่นตัว เพราะเด็กวัยนี้เป็นวัยที่เรียนรู้ผ่านประสบการณ์จริง การนั่งเล่นคอมพิวเตอร์หรือดูโทรทัศน์นานๆ ขัดต่อธรรมชาติของความเป็นเด็ก ไม่ได้ใช้ความคิดสร้างสรรค์จินตนาการ ซ้ำร้ายโทรทัศน์ยังทำลายศูนย์รวมความสนใจของเด็กอีกด้วย ขบวนการเรียนรู้ของเด็กเล็กๆ จึงต้อง

ฝึกฝนจากการลงมือกระทำ จากการเลียนแบบสิ่งต่างๆ ที่อยู่รอบตัว จนเกิดพลังเจตจำนงที่หลับอยู่ภายในของเด็กจะถูกปลุกให้ตื่นตัวขึ้นโดยการลงมือทำ พลังเจตจำนงจะเชื่อมต่อการคิดที่มีจินตนาการและสร้างสรรค์ ก่อนที่จะเปลี่ยนผ่านเป็นความนึกคิดในโลกของความเป็นจริงเช่นเดียวกับผู้ใหญ่

การนำสื่อเทคโนโลยีมาใช้กับเด็กปฐมวัย

การนำสื่อเทคโนโลยีมาใช้กับเด็กปฐมวัยยังไม่มีข้อสรุปที่ชัดเจน ในแง่ของการศึกษา สื่อเทคโนโลยีถูกใช้เป็นเครื่องมือในการจัดการเรียนการสอนที่รู้จักกันดีว่าเป็นสื่อการเรียนรู้ หลักในการนำสื่อเทคโนโลยีมาใช้ในการจัดการจัดการเรียนการสอนสำหรับเด็กปฐมวัยมีดังนี้

1. ความสอดคล้อง

สื่อเทคโนโลยีที่นำมาใช้ควรมีความสอดคล้องกับพัฒนาการเด็ก หลักสูตร และการประเมินผล ครูต้องใช้ดุลยพินิจในการนำมาใช้ให้เหมาะสม คำนึงถึงความแตกต่างระหว่างบุคคล และบริบททางสังคมของเด็ก

2. การบูรณาการกับเครื่องมืออื่นๆ

การนำสื่อเทคโนโลยีมาใช้อาจต้องนำมาใช้โดยบูรณาการกับเครื่องมืออื่นๆ ในลักษณะของการเป็นสภาพแวดล้อมการเรียนรู้ และใช้สนับสนุนการเรียนรู้ของเด็ก

3. ความเหมาะสมของสื่อเทคโนโลยี

การพิจารณาด้านความเหมาะสมของสื่อเทคโนโลยีเป็นสิ่งจำเป็น เพราะสื่อเทคโนโลยีต้องช่วยพัฒนาเด็กทั้งด้านสติปัญญาและทางสังคมควบคู่กันไป การใช้สื่อเทคโนโลยีกับเด็กปฐมวัยควรใช้ในลักษณะเป็นอุปกรณ์การเรียนรู้หรือเรียนแบบร่วมมือเพื่อลดปัญหาการแยกตัวของเด็ก

4. ความชัดเจนของการกำหนดวัตถุประสงค์

สื่อเทคโนโลยีมีความซับซ้อนและมีศักยภาพสูง ครูต้องกำหนดวัตถุประสงค์ของการนำมาใช้ให้ชัดเจน กล่าวคือ ใช้สื่อเทคโนโลยีเป็นเสมือนเครื่องมือในการสนับสนุนการเรียนรู้ แต่มิใช่นำมาใช้ในลักษณะของการเป็นบทเรียนหรือสาระการเรียนรู้ที่เด็กต้องเรียนอย่างเคร่งครัดหรือเรียนอย่างเป็นระบบ

5. การใช้ประโยชน์ตามวัย

สื่อเทคโนโลยีควรมุ่งฝึกฝนให้เด็กใช้เพื่อการเรียนรู้ ทักษะและพัฒนาความคิดมากกว่าการหัดให้เด็กใช้สื่อเทคโนโลยีแบบผู้ใหญ่

6. การฝึกฝนทักษะจำเป็น

สื่อเทคโนโลยีที่จะช่วยพัฒนาการเรียนรู้ของเด็กได้ควรจะเป็นโปรแกรมที่ช่วยฝึกทักษะให้เป็นคนช่างสังเกต ทำความเข้าใจเพื่อให้เกิดความคิดอย่างมีระบบ เป็นเหตุเป็นผล การส่งเสริมการเรียนรู้ของเด็กปฐมวัยด้วยสื่อเทคโนโลยี

ผลข้างเคียงของสื่อเทคโนโลยีแสดงให้เห็นถึงความจำเป็นของพ่อแม่และครู ที่ต้องใส่ใจในการนำมาใช้ การส่งเสริม การเรียนรู้ของเด็กปฐมวัยด้วยสื่อเทคโนโลยีสามารถทำได้ดังนี้

1. พัฒนาให้เด็กมีความสามารถทางการสื่อสารอย่างเต็มที่ในแต่ละช่วงวัย โดยเฉพาะการใช้ภาษาแม่ (ภาษาไทย) ที่เข้มแข็ง สามารถสื่อสารกับผู้อื่นได้อย่างเข้าใจ และพร้อมในการรับข้อมูลข่าวสารต่างๆ ได้อย่างถูกต้อง
2. การสร้างความคุ้นเคยและรับรู้ภาษาของเด็ก ทั้งที่เป็นวจนภาษาและภาษาสัญลักษณ์ โดยใช้วิธีการสอนภาษาแบบธรรมชาติ (Whole language)
3. การให้โอกาสและการสนับสนุนให้เด็กใช้วิธีการสืบค้นข้อมูลด้วยวิธีที่หลากหลาย รวมทั้งการใช้เทคโนโลยีต่างๆ ในชีวิตประจำวัน

4. การคิดค้นหาวิธีเลือกสื่อที่เหมาะสมกับเด็ก โดยการพูดหรือโน้มน้าวให้เด็กสนุกที่จะอ่านหนังสือที่น่าสนใจมากกว่าบอกกล่าวหรือโยนหนังสือให้ลูกเฉยๆ โดยขาดเทคนิคการเสริมแรงทางบวก
5. การตั้งข้อตกลงและกำหนดเวลาที่เหมาะสมร่วมกันในบ้าน เพื่อจัดสรรเวลาในการเล่นคอมพิวเตอร์หรือดูโทรทัศน์ รวมทั้งควรให้เด็กได้ทำกิจกรรมอื่นๆ บ้าง
6. การเป็นแบบอย่างด้วยการลดเวลาในการใช้สอยสื่อลงบ้าง และหากิจกรรมอื่นที่น่าสนใจทำแทนเพื่อให้เด็กได้ปรับเปลี่ยนพฤติกรรม
7. ในช่วงที่เล่นเกมหรือใช้สื่อคอมพิวเตอร์ด้วยกัน ควรให้คำแนะนำ ช่วยย่อยข้อมูลให้เด็กด้วยการสรุปให้ฟังเป็นช่วงๆ หรือตั้งคำถามให้เด็กคิดและตอบ เพื่อฝึกให้การคิดวิเคราะห์
8. จูงใจให้เด็กอ่านหนังสือมากขึ้น เพราะความรู้จากการอ่านจะนำไปสู่การเรียนรู้ที่พัฒนาสติปัญญาและพัฒนาทางด้านภาษา

นอกจากนี้ พ่อแม่และครูสามารถหาความรู้เกี่ยวกับสื่อเทคโนโลยีเหล่านี้เพิ่มเติมได้จากโปรแกรมการสอนออนไลน์สำหรับผู้ปกครอง (e-Parenting) เครือข่ายปฏิสัมพันธ์ทางสังคมออนไลน์ หรือสมาคมเพื่อการสร้างการตระหนักรู้และการใช้งานอินเทอร์เน็ตได้อย่างปลอดภัยสำหรับเด็กๆ (Parenting the Net Generation) เป็นต้น แม้ว่าสื่อเทคโนโลยีจะเข้ามามีบทบาทในสังคมไทยปัจจุบันมากขึ้นทุกที่ทั้งแง่บวกและแง่ลบ แต่สิ่งสำคัญที่สุดคือ การรู้เท่าทันถึงคุณประโยชน์และโทษของพ่อแม่และครูในการนำพาสื่อเทคโนโลยีมาสู่ชีวิตของเด็ก ดังนั้น ไม่ว่าสังคมจะเปลี่ยนแปลงไปมากน้อยเพียงใด ขอเพียงพ่อแม่ และครูรู้จักปรับตัวและประยุกต์ใช้สื่อเทคโนโลยีที่มีอยู่รอบกายของเด็กได้อย่างรู้เหมาะสม แค่นี้ก็สามารถหล่อหลอมให้เด็กเป็นบุคคลที่เข้มแข็งและสามารถอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขในโลกยุคใหม่ได้แล้ว

...แล้วโลก IT จะไม่ทำลายเด็ก...

บรรณานุกรม

- ชนิกา ตูจินดา. คู่มือการเลี้ยงลูก. กรุงเทพฯ : รักลูกบุ๊กส์, 2554.
- พรทิพย์ เย็นจะบก. การเรียนรู้เท่าทันสื่อสำหรับครูปฐมวัย. กรุงเทพฯ : สถาบันสื่อเด็กและเยาวชน, 2557.
- สถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์. มือถือ ตัวการทำเด็กติดเกมเพิ่มขึ้น. ผู้จัดการออนไลน์. 1 กุมภาพันธ์ 2553.
- สถาบันรามจิตติ. เด็กไทยในมิติวัฒนธรรม 2. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2554.
- สถาบันรามจิตติ. รายงานสถานการณ์เด็กและเยาวชน ปี 2551-2552. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2552.
- สำนักงานส่งเสริมสังคมแห่งการเรียนรู้และคุณภาพเยาวชน, “เจาะแดนสนธยา...15 กลุ่มเด็กด้อยโอกาสคือใครอยู่ที่ไหน”
- খনวน : ชุดখনวนชวนเรียนรู้. 1(1): กรกฎาคม-สิงหาคม 2554 : 8-9.
- สรรพมงคล จันทรัง. การเปรียบเทียบทักษะพื้นฐานทางคณิตศาสตร์ของเด็กปฐมวัยที่ได้รับประสบการณ์ทางคณิตศาสตร์ด้วยโปรแกรมคอมพิวเตอร์ช่วยสอนทางคณิตศาสตร์แบบรายคู่และรายบุคคล. วิทยานิพนธ์ ปริญญาโทมหาบัณฑิต, ภาควิชาการศึกษาปฐมวัย บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, 2544.
- อารยา สิงห์สวัสดิ์. เสริมภูมิ ‘เด็กยุคไอที’ : รู้เท่าทันสื่อ-เทคโนโลยี. เดลินิวส์. 22 มีนาคม 2553.
- อลงกรณ์ ศุภเม. สื่อที่ปฏิเสธไม่ได้สำหรับเด็กปฐมวัย. เพื่อนอนุบาล แผนกอนุบาลฝ่ายการศึกษาองค์กรสังคมมณฑลกรุงเทพ. 27 ธันวาคม 2553.

