



Foto Vera Hartmann Gockhausen

# เด็กเล็กควรจะ ถูกห้อมล้อมด้วย จอภาพสื่อสันตนาการหรือ

เอกสารเผยแพร่เพื่อให้ความรู้แก่ผู้ปกครองของสวิส

โครงการแห่งชาติเรื่อง เยาวชนและสื่อสันตนาการ  
ได้รับการสนับสนุนโดย วิกตอรีน็อกส์



# เด็กเล็กจะต้องไม่ถูกห้อมล้อมด้วย จอภาพสื่อสันทนาการ

เด็กจำเป็นต้องได้รับความอบอุ่น ความรัก และโอกาสที่จะได้รับความใกล้ชิดกับคนที่คุ้นเคย การที่ทารกและเด็กเล็กในปัจจุบันได้สัมผัสกับจอภาพสื่อสันทนาการมากขึ้นทุกที เป็นปัญหาที่พ่อแม่จำเป็นต้องคำนึงถึง และหาหนทางระมัดระวัง เพื่อป้องกันไม่ให้เกิดผลเสีย

## เด็กทารกและเด็กเล็กมีปฏิกริยาอย่างไร ต่อจอภาพสื่อสันทนาการ

เด็กเล็กได้มีส่วนร่วมรับรู้การใช้สื่อในครอบครัวโดยปกติ บ่อยครั้งที่เด็กรู้สึกว่าเป็นชีวิตประจำวันเห็น อุปกรณ์เหล่านี้ได้รับความสนใจของผู้ใหญ่มากกว่าเขาโปรดตระหนักถึงความสำคัญ เมื่อคุณใช้อุปกรณ์สันทนาการ เหล่านี้

- อย่ายอมให้มือถือมีส่วนเรียกร้องความสนใจของคุณตลอดเวลา
- อย่าท่องในโลกอินเทอร์เน็ตต่อหน้าเด็กเล็ก
- หยุดพักการใช้สื่อสันทนาการ เมื่อคุณอยู่กับลูก
- อย่าใช้โทรทัศน์เป็นเครื่องหลอกเพื่อความสนใจของเด็ก

## สิ่งจำเป็นสำหรับเด็ก

- ความสนใจ เอาใจใส่อย่างเต็มที่
- ความผูกพันที่วางใจได้
- ความสงบร่มเย็น
- การได้ใช้ประสาทสัมผัส
- โอกาสที่จะได้วิ่งเล่นในอากาศบริสุทธิ์

## การเล่นของเด็กช่วยกระตุ้นประสาท และสนับสนุน พัฒนาการของเขา

ของใช้ภายในบ้านมีมากมาย ที่เป็นของเล่นที่น่าสนใจสำหรับเด็ก ของเล่นที่เหมาะสมสำหรับเด็ก เช่น

- ขวดพลาสติกบรรจุไม้หนีบผ้า
- ขอนไม้ใช้ทำกับข้าวกับกระทะเก่า
- เด็กสามารถเล่นแถบกระดาษแบบดินดุกแบบเส้นผ่าเส้นผ่าได้
- กลองกระดาษขนาดต่างๆ กัน สามสีกล่อง ซึ่งนำมาวางตั้งเรียงซ้อนให้สูงขึ้นหรือซ้อนข้างใน หรือเก็บของเข้าและเอาออกได้
- อื่นๆ อีก

นอกจาก มีสิ่งต่างๆ มากมายที่เป็นของเล่นที่น่าสนใจสำหรับเด็ก ซึ่งจะช่วยกระตุ้นพัฒนาการในระบบประสาทของการได้ยิน การมองเห็น การรับรู้กลิ่นรส สัมผัส ดังเช่น

- ได้เล่นโดยเอาก้อนหินมาตั้งทับกันเป็นกองสูง
- ได้ลองดมกลิ่นไม้ เปลือกไม้ หรือใบไม้แห้ง
- ได้สัมผัสเปลือกที่สีนเป็นมันเงาของลูกเกาลัดสด
- ได้เล่นขูด ดักดินและทราย
- ได้นั่งเฝ้าดูหรือจับต้องไส้เดือน
- อื่นๆ อีก

แผ่นพับนี้ได้จัดทำขึ้นด้วยความร่วมมือของ สำนักงานป้องกันการเสพติด เมืองซูริก และแผนกวิชาการเรื่องคำคมเกี่ยวกับทารก แห่งเมืองซูริก และด้วยความร่วมมือกับสมาพันธ์ว่าด้วยการแนะนำปรึกษาแก่ผู้เป็นมารดา

### คำแนะนำที่ควรอ่าน

[jugendundmedien.ch](http://jugendundmedien.ch) รวบรวมความรู้ที่เกี่ยวข้องกับโอกาสและอันตรายของสื่อสันทนาการดิจิทัล พ่อแม่ ผู้ปกครอง และครูจะสามารถพบแนวทางการทางอินเทอร์เน็ต ของ สำนักงานผู้ปกป้องดูแลเด็กแห่งชาติ ได้ว่ามี การเสนอข้อมูลและคำปรึกษาเรื่อง เยาวชนและสื่อสันทนาการ (Jugend und Medien) ณ ที่ใดที่ใกล้บ้าน



elternbildung.ch

Elternbildung CH  
Steinwiesstrasse 2  
8032 Zürich  
Tel. 044 253 60 60

info@elternbildung.ch  
www.elternbildung.ch



Stadt Zürich  
Suchtpräventionsstelle

