

Atpažinti probleminį medijų naudojimą (PMN)

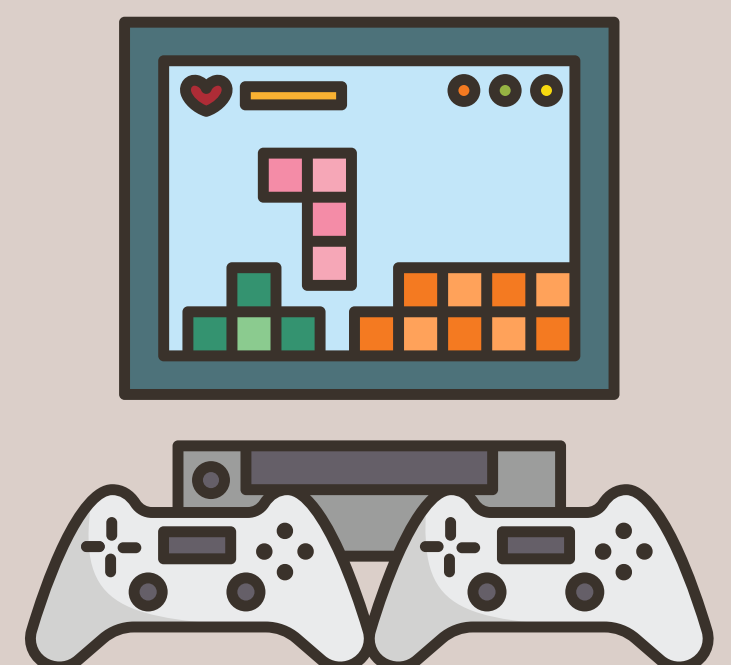
ikimokykliniame ir priešmokykliniame amžiuje **nėra lengva**, nes:

- nėra griežtai apibrėžtų kriterijų, kurie leistų diagnozuoti PMN;
- trūksta patikimų instrumentų, kurie tiksliai prognozuotų PMN.

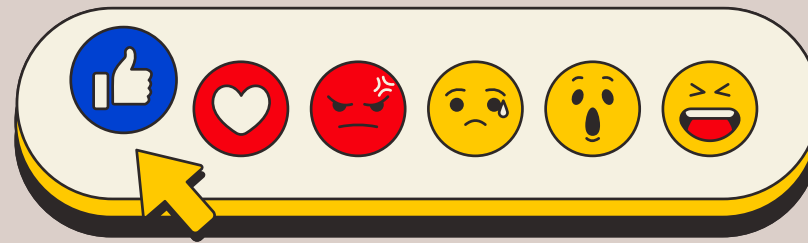


Elgesio ir emocijų sunkumai

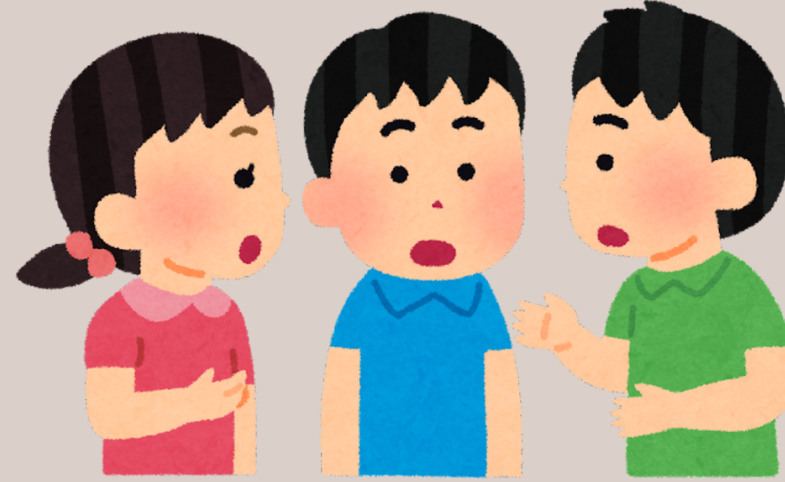
- Vaikas dažnai ar nuolat prašo leisti naudotis ekranais (pvz., prašo leisti žiūrėti filmukus, naudotis išmaniuoju telefonu, planšetėmis, kompiuteriu ir t.t.).
- Vaikas ieško įvairiausių būdų, kad galėtų naudotis išmaniosiomis technologijomis, gali gudrauti. Vieni vaikai gali prašyti, derėtis, kiti - tiesiog paimti prietaisą neatsiklausę, gali slėptis išeidami į kitą kambarį, po antklode ir pan.
- Negavęs ekrano, vaikas reaguoja itin stipriai, jį sunku nuraminti.
- Būdamas prie ekrano, vaikas nori ką nors valgyti, kramsnoti.
- Vaikas vienu metu naudoja kelis išmaniuosius prietaisus, pvz., žiūri filmuką per TV ir tuo pačiu metu išmaniajame telefone žaidžia žaidimą.



Sulėtėjusi raida



- Sulėtėjęs kalbos vystymasis, siauras žodynas.
- Savarankiškumo įgūdžių stoka.
- Emocijų pažinimo sunkumai.



Sveikatos rodikliai

- Somatiniai nusiskundimai (pilvo ar galvos skausmai, pykinimas, kiti negalavimai).
- Miego sutrikimai (sunku užmigti, sapnuoja košmarus).
- Antsvoris arba nutukimas, valgymo sutrikimai.
- Nerimo sutrikimai.
- Prastėjantis regėjimas.
- Netaisyklinga laikysena.



Fizinis aktyvumas

- Vaikas nenori eiti į lauką.
- Vaikas nedaro mankštos, neužsiima jokia sportine veikla.
- Didžiąją laiko dalį praleidžia sėdimoje ar gulimoje padėtyje.

Socialiniai gebėjimai

- Sumažėjęs noras bendrauti tiek su tėvais, tiek su bendraamžiais.
- Draugų neturėjimas.

