

WPLYW TELEWIZJI NA NASZE DZIECI

Wszystko co jest przesadnie używane może być niezdrowe i niebezpieczne. Mądrość tkwi w „złotym środku”. Tak też jest w przypadku środków medialnych. Dzisiejsze dzieci *oglądają za dużo telewizji*, przeciętnie kilka godzin dziennie, podczas gdy norma obliczona przez lekarzy i naukowców wynosi w wieku przedszkolnym **30 minut na dobę przebywania przed jakimkolwiek ekranem telewizora czy komputera!**

1. ROLA TELEWIZJI W ŻYCIU DZIECKA

Telewizja zajmuje w życiu dzisiejszego dziecka szczególne miejsce, zabierając jemu i całej rodzinie bardzo wiele czasu, słusznie więc nazywa się ją „*złodziejem czasu*”. Zabiera dziecku kontakt z mamą, kusząc ją kolejnym odcinkiem serialu, zabiera możliwość rozmowy z ojcem, który kibicuje jakiejś drużynie. Telewizja *wtrąca się* w uroczystości rodzinne, często w codziennym życiu zajmuje miejsce ważnego członka rodziny, dla niektórych może być nawet "najlepszym przyjacielem".

Telewizja wpływa na rozwój psychiczny i fizyczny dzieci. Chociażby dziecko korzystało z niej przy dogodnym oświetleniu, z zachowaniem odpowiedniej odległości oraz właściwej postawy, jej wpływ jest niekorzystny. Dziecko jest bowiem bierne, nieruchome, a im młodsze, tym bardziej jest mu potrzebny ruch. Oglądanie filmów ogranicza najczęściej inne zajęcia, przede wszystkim zabawy ruchowe i pobyt na świeżym powietrzu, co jest bardzo ważne dla jego prawidłowego rozwoju.

Telewizja dostarcza wielu wrażeń wzrokowych i słuchowych. Ciągłe ich doznawanie obciąża system nerwowy dziecka, a tym samym prowadzi do zmęczenia. Przejawia się to słabszą koncentracją uwagi, niepokojem ruchowym, drażliwością. Podczas oglądania filmów dzieci angażują swoją uwagę. U dzieci, których najczęstszą formą spędzania czasu jest oglądanie telewizji, obserwujemy w przedszkolu trudności w skupieniu uwagi, np. podczas słuchania czytanej książeczki, w rozumieniu poleceń.

Długie przesiadywanie przed ekranem telewizora obniża inicjatywę, twórcze myślenie, fantazję i odpowiedzialność. Dzieciom wchodzi w nawyk przekonanie, że czas wolny spędza się przed telewizorem.

Na ekranach telewizyjnych bardzo często goszczą filmy, w których dominuje przemoc i agresja **Dzieci, obserwując agresję w bajkach, często naśladują takie zachowania w**

zabawach z kolegami. Bajki często pokazują barbarzyński sposób rozwiązywania konfliktu, gdzie zamiast negocjacji i rozmowy proponuje się np. spalenie przeciwnika laserowymi oczami (tak czynią Atomówki, które w ten sposób niby robią coś dobrego, bo ratują świat), bicie po głowie i oczach (np. Tom i Jerry). Kreskówki - szczególnie japońskie – uczą, że dla osiągnięcia sukcesu: trzeba przeciwnika uderzyć, kopnąć albo od razu zabić.

BARDZO WAZNE JEST, ABY NOWE BAJKI OGLĄDAĆ RAZEM Z DZIECKIEM. DOPIERO, GDY MY - DOROŚLI PRZEKONAMY SIĘ, ŻE SĄ ONE BEZPIECZNE MOŻEMY POZOSTAWIĆ DZIECI SAME PRZED TELEWIZOREM.

WIELU RODZICÓW DZIWI SIĘ JAKIE TREŚCI PRZEKAZYWANE SĄ W BAJKACH!!!

RODZICU

SPRAWDŹ SAM CO OGLĄDA TWOJE DZIECKO!!!

Pojawia się w bajkach *problem nieodróżniania dobra od zła*, ponieważ dobrzy walczą tymi samymi metodami co źli, więc w świadomości dziecka zanika przeciwieństwo dobra i zła. Ponadto agresywne dźwięki, migotający ekran powodują *rozstrój systemu nerwowego, silnie zaburzając prawidłowy rozwój*. Drastyczne treści programów telewizyjnych wzmagają napięcie nerwowe, zaburzają poczucie bezpieczeństwa. Oglądanie przez dzieci agresji na ekranie telewizji jest jakby jej aprobowaniem. Zachęca do wyładowywania agresji. Badania dowiodły, że im więcej scen przemocy oglądamy, tym większe jest prawdopodobieństwo, że sami zachowamy się agresywnie.

Seriale animowane, które oglądają dzieci, często nie tylko zachęcają do przemocy, ale wzbudzają też grozę. Można w nich zobaczyć stwory zonglujące własnymi oczami, grzebiące w ludzkim mózgu albo wyciągające z własnych odrażających pysków węże i robaki. Bardzo niekorzystnie wpływają na dzieci obrazy walk za pomocą noży, siekier, szabli, a zwłaszcza zabójstwa. Na początku wywołują one bardzo silne uczucie lęku, jednak z czasem na skutek ich częstego oglądania u widza kształtuje się **postawa obojętności**. Można ją zauważyć w przejawiającym się braku reakcji na przedstawione obrazy i zobojętnieniu na krzywdę i przemoc występujące w rzeczywistości.

Naukowcy amerykańscy obliczyli, że aby obejrzeć na żywo tyle aktów przemocy, ile dziecko ogląda między siódmym a ósmym rokiem życia, trzeba by funkcjonować w środowisku przestępczym przez 580 lat!

Należy zaznaczyć, że telewizja przynosi również korzyści: dostarcza wiele pożytecznych informacji, rozwija zainteresowania, poszerza wiedzę. Nie można więc całkowicie pozbawiać dziecka przyjemności korzystania z jej dobrodziejstw. Istotne jest, ile czasu spędza dziecko przed tym urządzeniem, jakie ogląda programy i o jakiej porze, a to zależy tylko od rodziców! Ich zadaniem jest dopilnowanie, aby dziecko oglądało takie programy i filmy, które przyczynią się do jego prawidłowego rozwoju. Powstały w ostatnim czasie program TVP ABC promuje **bajki bezpieczne**, które pozytywnie wpływają na rozwój dzieci. Niejeden dorosły ucieszy się przypominając sobie pocziwego Misia Uszatka, oglądając Przygody kota Filemona, śmiejąc się z przygód Smerfów lub nucąc piosenkę zapowiadającą program dla dzieci: Tik Tak. Innym bezpiecznym programem dla dzieci jest Mini Mini.

2. UZALEŻNIENIE DZIECI OD KOMPUTERA

W dzisiejszych czasach trudno się obyć bez dostępu do komputera. Niestety obcowanie z komputerem niesie z sobą również pewne niebezpieczeństwa. Niekontrolowany dostęp może doprowadzić do wystąpienia uzależnienia. Zaczyna się zazwyczaj bardzo niewinnie. Z czasem komputer wciąga tak bardzo, że rodzice muszą szukać pomocy u specjalisty. Najbardziej bolesne jest to, że **większość dotkniętych tą chorobą to dzieci i młodzież**. Młodzi ludzie uzależniają się najczęściej od gier komputerowych. Spędzane przed komputerem godziny prowadzą do zmęczenia szczególnie wzroku i drżenia rąk.

Przynajmniej połowa gier dostępnych na rynku zawiera przemoc, sceny brutalne, a fabuła polega wyłącznie na zabijaniu na niby (gracz ma "kilka żyć"). Przemoc w grach komputerowych jest jeszcze bardziej niebezpieczna niż ta oglądana w telewizji. Młodzi nie tylko jej się przyglądają, ale czynnie uczestniczą w zabijaniu, zadawaniu cierpienia, czy w kradzieżach.

Dziecko uczy się przez naśladowanie. Jeżeli ogląda dużo brutalnych gier, przejmuje negatywne uczucia i zachowania z ekranu, zaczyna odczuwać niepokój, strach, frustrację. „Komputerowe” dzieci cechuje wyższa agresywność, mają zaburzone więzi społeczne.

Uzależniają się najczęściej te dzieci, których rodzice, zajęci pracą, poświęcają im zbyt mało czasu. Kupując komputer liczą, że zastąpi „on” ich w wychowaniu. Tymczasem staje się bardzo niebezpieczny. Fakt siedzenia dziecka godzinami przed ekranem telewizora powinien być dla rodziców sygnałem, że dzieje się coś złego.

Jeżeli podczas gry dziecko wpada w stan przypominający trans, a próby ograniczania czasu spędzanego przed komputerem napotykają na jego silny opór - to sygnał, że zaczyna się ono uzależniać się od komputera!

ABY UCHRONIĆ DZIECKO PRZED NAŁOGOWYM KORZYSTANIEM Z KOMPUTERA I TELEWIZJI NALEŻY:

❖ **KONSEKWENTNIE STOSOWAĆ ZASADĘ:**

NAJPIERW OBOWIĄZKI , PETEREM KOMPUTER I TELEWIZJA.

❖ **BEZWZGLĘDNIE OGRANICZYĆ CZAS SPĘDZANY PRZY KOMPUTERZE.**

❖ **ROBIĆ CZĘSTE PRZERWY - PRZYNAJMNIEJ CO PÓŁ GODZINY ODRYWAĆ DZIECKO OD KOMPUTERA.**

❖ **CZĘŚCIEJ ZAPRASZAĆ DO DOMU KOLEŻANKI I KOLEGÓW DZIECKA - W TOWARZYSTWIE TRUDNIEJ POPAŚĆ W NAŁÓG.**

Opracowała :
Zuzanna Kordus
psycholog