

Скрытый вред телевизионного экрана



Эпоха средств массовой информации существенно преобразует психологию человека. СМИ активно вторгаются не только в нашу жизнь, но и в жизнь наших детей. Компьютер, телевизор, мобильный телефон прочно входят в жизнь многих малышей, начиная с первых лет жизни. В некоторых семьях, как только ребенок научается сидеть, его усаживают перед экраном. Экран становится главным "воспитателем" ребенка.

По данным ЮНЕСКО, 93% современных детей смотрят на экран 28 часов в неделю, т. е. около 4 часов в день, что намного превосходит время общения со взрослыми. Это "безобидное" занятие вполне устраивает не только детей, но и родителей. В самом деле, ребенок не пристаёт, ничего не просит, не хулиганит, не подвергается риску и в то же время получает впечатления, узнает что-то новое, приобщается к современной цивилизации. Однако это "безобидное" и "безопасное" занятие таит в себе серьезные опасности и может повлечь весьма печальные последствия не только для здоровья ребенка (о нарушениях зрения, дефиците движений, испорченной осанке уже сказано довольно много), но и для его психического развития. Телевизор все больше заменяет семейное общение, чтение книг, домашнее музицирование, бабушкины сказки, беседы и разговоры с отцом.

По мнению врачей и психологов, в идеале телевизор и компьютер должны играть определенную роль в жизни ребенка только после завершения основных фаз эмоционально-волевого развития, т.е. примерно в возрасте 13-15 лет. Дети не просто смотрят телевизионную и компьютерную продукцию, а впитывают и усваивают ее. Телевоздействия (как и всякие другие воздействия, адресованные нашим детям) формируют душу и ум ребенка, воспитывают его вкусы и взгляды на мир.

В последнее время педагоги и психологи все чаще отмечают у детей неспособность к самоуглублению, к концентрации на каком-либо занятии, отсутствие заинтересованности делом. Данные симптомы были обобщены в картину новой болезни - "дефицит концентрации". Этот вид заболевания особенно ярко проявляется в обучении детей и характеризуется гиперактивностью, ситуативностью поведения, повышенной рассеянностью. Такие дети не задерживаются на каких-либо занятиях, быстро переключаются на что-то другое, лихорадочно стремятся к смене впечатлений, однако многообразные впечатления они воспринимают поверхностно и отрывочно, не анализируя и не связывая между собой. Им необходима постоянная внешняя стимуляция, которую они привыкли получать с экрана.

Многим детям стало трудно воспринимать информацию на слух - они не могут удерживать предыдущую фразу и связывать отдельные предложения.

Слышимая речь не вызывает у них каких-либо образов и устойчивых впечатлений. По этой же причине детям с дефицитом внимания трудно читать: понимая отдельные слова и короткие предложения, они не могут удерживать и связывать их, а в результате не понимают текста в целом, им просто неинтересно, скучно читать даже самые хорошие детские книжки.

Еще один факт, который отмечают многие педагоги, - это резкое снижение фантазии и творческой активности детей. Дети теряют способность и желание чем-то занять себя. Они не прилагают усилий для изобретения новых игр, для сочинения сказок, для создания собственного воображаемого мира. Им скучно рисовать, конструировать, придумывать новые сюжеты. Их ничего не интересует и не увлекает. Отсутствие собственного содержания отражается и на отношениях детей. Им неинтересно общаться друг с другом. Замечено, что общение со сверстниками стало более поверхностным и формальным: детям не о чем разговаривать или спорить, нечего обсуждать. Они предпочитают нажать кнопку телевизора и ждать новых готовых развлечений.

Но, пожалуй, самое явное свидетельство нарастания этой внутренней пустоты - повышение детской жестокости и агрессивности. Число преступлений, совершенных детьми и подростками, сегодня резко возросло. Поражает не только жестокость, но и бессмысленность, немотивированность этих детских "шалостей". Конечно, мальчишки дрались всегда, однако в последнее время изменилось качество детской агрессивности. Раньше, при выяснении отношений, драка заканчивалась, как только противник оказывался лежащим на земле, т. е. побежденным. Этого было достаточно, чтобы чувствовать себя победителем. В наше время победитель с удовольствием бьет лежащего ногами, потеряв всякое чувство меры. Сопереживание, жалость, помощь слабому встречаются все реже. Жестокость и насилие становятся чем-то обыденным и привычным, стирается ощущение порога дозволенности. При этом дети не отдают себе отчета в собственных действиях и не предвидят их последствий. Подростки бьют (а иногда и убивают) друг друга не потому, что они злые или коварные и не ради достижения какой-то цели, а "просто так", потому что на душе пусто и хочется острых ощущений.

Разумеется, далеко не у всех детей перечисленные "симптомы" наблюдаются в полном наборе. Но тенденции в изменении психологии современных детей достаточно очевидны и вызывают естественную тревогу.

Так неужели всему виной телевизор и компьютер? Да, если речь идет о ребенке, не готовом адекватно воспринимать льющуюся с экрана информацию. Когда домашний экран поглощает все силы и внимание детей, когда телевизор подменяет для них игру, активные действия и общение с близкими взрослыми, он, безусловно, оказывает мощное формирующее, вернее деформирующее, влияние на становление психики и личности растущего человека. Последствия и масштабы этого влияния могут сказаться значительно позже в самых неожиданных областях.

Сказанное выше отнюдь не означает призыва исключить телевизор и компьютер из жизни и воспитания детей. Вовсе нет. Это невозможно и бессмысленно. Заинтересованные взрослые могут предупредить вышеназванные разрушительные для детской психики последствия:

1. Ограничить время просмотра телевизора и использование компьютера. Педиатры для профилактики нарушений зрения предлагают следующие нормы: для детей 7-10 лет- 45-60 мин., для подростков- до 1,5 часов.
2. Не смотреть телевизор и не играть в компьютер сразу перед сном. Поскольку просмотр любой передачи, даже детской информационной или игровой, является для организма своеобразным стрессом: отсюда плохое засыпание, кошмарные сновидения, нежелание вставать утром и плохое настроение на весь следующий день. Поэтому рекомендуется, чтобы просмотр передач заканчивался хотя бы за полчаса перед сном.
3. Взрослым необходимо избавиться от собственной привычки, находится дома при постоянно работающем телевизоре. Важно родителям и детям научиться пользоваться телевизором и компьютером целенаправленно.
4. Дети до подросткового возраста не способны делать самостоятельный выбор телепередач, поэтому эту функцию должен выполнять взрослый, причем этот выбор следует тщательно обдумать.
5. Давать детям на время просмотра специальные задания, требующие повышенного внимания, которые выполняли бы роль противовеса, затягивающему потоку образов телеэкрана. К примеру: пересказать все, что запомнилось; перечислить все, что узнал нового из передачи и т.д.
6. Организовывать иные различные занятия ребенка в свободное время, направленные на рост его собственной активности, которые могут нейтрализовать негативное воздействие телевидения и компьютера (игра, рисование, чтение, конструирование, музицирование и т.д.).
7. Стимулировать и поощрять интерес ребенка не к развлекательным, а к образовательным и информационным передачам.
8. Нельзя оставлять детей один на один с телевизором, надо смотреть телевизионные передачи вместе с ребенком, давая по ходу действия необходимые комментарии, четкие и доступные для понимания.
9. Помнить, что наиболее желаемым и любимым видом проведения свободного времени (детей до 12 лет), выступает общение с родителями.

Специалисты СППС