

Telewizja, komputer, Internet

a rozwój dziecka

Pewne osiągnięcia techniki wrosły w nasze życie i stanowią nieodłączny element codziennego krajobrazu. Trudno dziś jest wyobrazić sobie dom bez telewizora czy komputera. Czy zastanawialiście się jednak kiedyś nad tym jaki wpływ te „cuda techniki” mają na najmłodszych???

TELEWIZJA

Zastanów się, ile czasu spędza twoje dziecko przed telewizorem. Więcej niż 3 godziny dziennie? Czy zdajesz sobie sprawę, jakie to może mieć skutki dla jej zdrowia fizycznego i psychicznego? Jeśli ograniczysz dziecku czas spędzony przed telewizorem i pozwolisz mu oglądać tylko wartościowe filmy i programy (niektóre razem z tobą), nie zmieniając co chwilę kanału, dziecko ma szansę rozwijać dzięki telewizji umiejętności wyrażania opinii, oceniania i poszerzania swojej wiedzy o świecie. Ale uwaga! Psychologowie ostrzegają, że nadmiar czasu spędzonego przed ekranem ma bardzo negatywne konsekwencje. Gdy dziecko spędza większość czasu na oglądaniu telewizji, cierpią na tym m.in. jego kontakty z rówieśnikami. Ma niewiele czasu, by ich bliżej poznać i zaprzyjaźnić się z nimi. Nie znajduje także ujścia jego energia. Nauczyciele mówią, że najwięcej problemów z okiełznaniem szalejących dzieci mają... w poniedziałki. Dlaczego? Weekendowy bezruch przed telewizorem dzieci muszą odreagować, nie panują wtedy nad swoją aktywnością. Nie bez znaczenia dla psychiki dziecka jest także to, co ogląda. Przemoc na ekranie i drastyczne sceny, na które staje się coraz bardziej obojętne, mogą skutkować brakiem wrażliwości na uczucia innych ludzi. W świadomości dziecka oglądającego filmy, w których leje się krew tworzy się fałszywy obraz świata. Dziecko nie ma dystansu do zabiegów scenarzystów, którzy chcą jak najdłużej przykuć uwagę widza. Piętrzą tragiczne wypadki, niebezpieczeństwa. Zmiany w układach partnerskich bohaterów, oszukiwanie dla własnych korzyści, zdrada nie są w filmach niczym nagannym. Dziecko nie zdaje sobie sprawy z fikcyjności. W efekcie perypetie postaci filmowych budują jego własne doświadczenia w takim samym stopniu jak to, co dzieje się naprawdę. Czasem dziecko nawet nieświadomie naśladuje to, co widziało w telewizji. W stwierdzeniu, że telewizja ogranicza dziecięcą wyobraźnię, jest wiele prawdy. Posługuje się bowiem głównym obrazem, który zawsze towarzyszy słowu na ekranie. Minimalizuje również znaczenie innych źródeł informacji. Mały telemaniak nie ma więc czasu ani ochoty np. na czytanie książek. Jeśli już po jakieś sięga, to tylko po te, które są bogato ilustrowane. Nudzą go także audycje radiowe, opowiadane bajki. Często nie potrafi nawet powtórzyć ich treści.

Negatywne konsekwencje oglądania telewizji:

- Sen Jeśli dziecko ogląda telewizję zbyt późno, gorzej śpi. Brutalne sceny mogą budzić w nim lęk i niepokój, być przyczyną koszmarów nocnych.
- Wzrok i postawa Aby uniknąć bólu głowy spowodowanego zmęczeniem oczu, widz musi siedzieć w bezpiecznej odległości od ekranu (równej sześciokrotnej długości jego przekątnej) i co pół godziny zrobić przerwę. Zmęczenie i pobudzenie spowodowane oglądaniem telewizji jest szkodliwe dla dzieci uczulonych na światło i podatnych na napady drgawek. Stały ruch na ekranie wywołuje reakcję skupienia na nim uwagi, a szybkie zmiany obrazu i głośne dźwięki pobudzają w wysokim stopniu system nerwowy. Siedzenie w bezruchu, często w

niewłaściwej pozycji, może mieć także wpływ na rozwój wad postawy.

- Jedzenie Dziecko siedzące przed telewizorem chętnie sięga po słodczyce a nadmiar spożywanego cukru i brak ruchu mają negatywny wpływ na młody organizm.
- Zachowanie Przemoc i brutalne sceny na ekranie nie pozostają bez wpływu na zachowanie młodego człowieka. Dziecko uczy się być biernym odbiorcą, nie analizuje docierających do niego informacji – ich sensu i znaczenia (szybkie następstwo przedstawionego materiału uniemożliwia mu prawidłową „obróbkę” tych danych w formie powtórzenia i refleksji).

PAMIĘTAJ!

Już w 1985 r. terminem „telemaniak” zaczęto określać osoby, które spędzały przed telewizorem więcej niż 2 godz. dziennie. Niedawno przeprowadzono badania, by przekonać się, ile czasu poświęca oglądaniu telewizji przeciętne dziecko. Okazało się, że maluchy do trzeciego roku życia siedzą przed telewizorem średnio od 13 do 33 minut, cztero- i sześciolatki od 52 do 87 minut, a dzieci w wieku od 7 do 9 roku życia oglądaniu różnych programów telewizyjnych poświęcają od 81 do 113 minut dziennie.

RADY DLA RODZICÓW

Kolorowy telewizor wytwarza promieniowanie elektromagnetyczne o wyższej częstotliwości niż telewizor czarno-biały. Warto też wiedzieć, że telewizor (także wieża audio czy magnetowid) obsługiwany pilotem silniej promieniuje, bo wciąż jest w gotowości. W miarę zbliżania się do ekranu promieniowanie jest intensywniejsze.

Dziecko jest idealnym, bo jednym z najwytrwalszych widzów filmów, kreskówek i reklam. Statystyki mówią, że do chwili ukończenia szkoły średniej przeciętne dziecko obejrzy ponad 300 tys. reklam telewizyjnych. Większość z nas nie zdaje sobie sprawy, jak bardzo ulega ich wpływom i manipulacjom, tym bardziej więc podatne na reklamowe oszustwa są dzieci (ponad 70% piąto- i szóstoklasistów wierzy w prawdziwość informacji podawanych w reklamach). Dzieci łatwiej jest omamić efektywnymi pozorami, dlatego są one łakomym kąskiem dla licznych producentów. Którego z rodziców nie błagały o reklamowane zabawki czy produkty spożywcze? Najczęściej prośby te okazują się skuteczne co świadczy o tym że reklamodawca osiągnął swój cel.

Często nie zdajemy sobie sprawy z tego, że nasze dzieci poza nami i pedagogami mają wielu anonimowych nauczycieli ze szklanego ekranu. Statystycznie spędzają oni z naszymi pociechami więcej czasu niż wykładowcy ze szkoły. Aktorzy, piosenkarze, prezenterzy przekazują im różne informacje i opinie, które nie zawsze uznalibyśmy za właściwe. Z drugiej strony trzeba jednak przyznać, że trudno żyć bez źródła wiedzy, jakim są media. Warto więc korzystać z różnych osiągnięć technicznych naszych czasów.

KOMPUTER

Komputer pomaga w edukacji i rozwoju dziecka, a prawidłowy dobór programów edukacyjnych może ułatwić mu zdobywanie wiedzy, kształtuje logiczne myślenie, uczy kojarzenia faktów, wytrwałości, cierpliwości, szybkiego podejmowania decyzji, spostrzegawczości, zręczności, refleksu i podzielności uwagi. Mimo tych jego niewątpliwych zalet trudno lekceważyć zagrożenia związane z nieograniczonym dostępem dziecka do Internetu i nieodpowiednich dla niego gier.

Komputery mogą upośledzać:

- Rozwijanie umiejętności samokierowania niezbędnej do wyzwolenia się z uzależnień, bowiem urządzenia te kształtują bierne postawy.
- Doskonalenie podstawowych umiejętności porozumiewania się – czytania, pisania, ekspresji werbalnej; kontakt z komputerem nie stymuluje rozwoju mowy.
- Odkrywanie własnych słabych i mocnych stron.
- Realizowanie własnych marzeń.

INTERNET

Każdy użytkownik Internetu może wejść do „cyberprzestrzeni” i wymieniać tam poglądy lub uzyskać dostęp do informacji naukowych. To niewątpliwie zalety Internetu. Ale ma on także drugie oblicze. Korzystające z niego dzieci mogą także trafiać na strony, których treść jest dla ich wieku nieodpowiednia (seks, przemoc itd.). W pokojach pogawędek dzieci narażone są np. na kontakt z nieodpowiednimi osobami. Zdarza się, że w ten sposób nawiązują z nimi kontakt pedofile. Trzeba więc pomóc dzieciom znaleźć w sieci odpowiednie dla nich miejsca i porozmawiać o najlepszych sposobach korzystania z Internetu. Zdaniem psychologów wszystko wskazuje na to, że nieumiarkowane używanie Internetu może prowadzić do psychicznego uzależnienia. Niektórzy internauci są tak zafascynowani możliwościami tego medium, że będąc w sieci, tracą całkowite poczucie czasu, zaniedbują kontakty towarzyskie, szkołę lub pracę. Świat realny w oczach tych ludzi traci na znaczeniu, dlatego także w Polsce zaczęto już tworzyć dla nich grupy terapeutyczne. Najnowsze badania dowodzą, że wszystkie elektroniczne media audiowizualne wywołują uchwytne zmiany w mózgu dziecka, mające negatywny wpływ na zdolności przetwarzania informacji, czyli uczenia się i myślenia. Naszym obowiązkiem jest więc kontrolowanie czasu, jaki poświęca im dziecko.

Warto przeczytać

- J. Anderson, R. Wilkins „Żegnaj telewizorku. Jak nauczyć swoją rodzinę rozsądnie korzystać z telewizora, gier komputerowych i Internetu?” Wyd. Adamantan.
- Z. G. Grzegorski „Ja, dziecko i TV. Poradnik dla rodziców i wychowawców”. Wyd. Księgarnia św. Wojciecha i Uniwersytet A. Mickiewicza – Wydział Teologiczny
- P. Wallace „Psychologia Internetu” Wyd. Rebis
- A. Braun „Mniej... to często znaczy więcej, czyli jak radzić sobie z dziecięcą konsumpcją i zapobiegać uzależnieniom” Wyd. Jedność

Wykorzystane źródła:

Encyklopedia rodzice i dzieci. Red. M. Pawlus Wydaw. Park, Bielsko-Biała 2002