

Психоактивное воздействие СМИ (компьютер, телевизор) на развитие ребенка.

Актуальность проблемы, профилактика

Не секрет, что сегодня мы живем в век информации и технического прогресса. Информация льется на нас по многочисленным каналам телевидения и радио. Информация доступна каждому через неограниченные возможности Интернета. Но беда в том, что катастрофы, теракты, фильмы боевики со сценами насилия, книги с героями-ворами и доблестными бандитами, жестокие компьютерные игры с монстрами и бездушными убийцами заслоняют объективную картину мира (а порой и подменяют ее, выбиваясь на первый план в сознании человека). Современное СМИ изменяет и деформирует психику ребенка, воздействуя на воображение, давая новые установки и модели поведения. Из виртуального мира в детское сознание врываются ложные и опасные ценности: культ силы, агрессии, грубого поведения, что приводит к гипервозбудимости детей.

Телевизионная зависимость. Сегодня миллионы людей ежедневно тратят несколько часов за телевизором. При этом многие телезрители получают такое же удовольствие, как и при употреблении психоактивных средств (наркотики, алкоголь). Ученые показали, что, действительно, существует «телевизионная» зависимость, аналогично наркотической, и избавиться от нее порой довольно трудно. Основная группа риска телевизионной зависимости — это дети. Помимо многократно описанного пагубного влияния на детей сцен насилия и телерекламы, опасность представляет то, что дети гораздо легче взрослых поддаются телевизионному трансу. В этом состоянии ребенок может часами неподвижно сидеть у телевизора, рассеянно поглощая любую экранную продукцию — от репортажей о политике до обсуждения достоинств новой овощерезки. Внезапное выключение телевизора приводит маленького теленаркомана в полную растерянность, как будто мир перевернулся с ног на голову. Состояние, в котором мозг не заполнен непрерывно мелькающими визуальными образами, кажется непривычным и пугающим. Телевизор - источник большого потока информации. По экрану можно узнать очень много нового и интересного. Два часа просмотра телевизора равносильно прочтению нескольких толстых книг. Ребенок не в состоянии усвоить такой объем информации за короткий отрезок времени, он утомляется. Зачастую после просмотра телевизора дети с трудом справляются с домашними уроками, они рассеяны, жалуются на усталость, головную боль и т. д.

Еще одно важное отрицательное действие телевизора для детей - это влияние на развитие образной памяти и мышления. Если ее не развивать, и разрешать ребенку много времени проводить у телевизора, то в дальнейшем, возможности зрительной памяти будут минимальны. Дело в том, что способность длительно зрительно удерживать какую-либо картинку характеризует возможности нашей зрительной памяти. Чем дольше мы ее удерживаем, тем лучше наша память. При просмотре телевизора новый кадр гасит предыдущий. И происходит это все очень быстро, зрительная память при этом не тренируется. Наши дети очень много смотрят телевизор и именно с этим связано, что у многих из них образное мышление практически не развито.

Телевизор тормозит развитие воображения. Когда ребенок смотрит художественные фильмы, у него создается конкретный внешний образ героя. Формируется мнение, что этот герой может быть только такой, как он выглядит на экране. Это не дает возможности создать свой зрительный образ, на ребенка давит авторитет телевидения. А

он очень велик. Считается, что то, что увидено с экрана все правильно и другого быть просто не может. Зачастую телевидение влияет и на обучение ребенка. Исследования многих авторов показывают, что между временем, проведенным у телевизора, и его успеваемостью существует зависимость. Так дети, которые смотрят телепередачи более двух часов в день, как правило, хуже учатся. Особенно тяжело им дается чтение. Совсем низкой успеваемостью отличаются те дети, которые проводят у экрана более четырех часов. У взрослых также прослеживается такая же закономерность между уровнем образования и отношением к телевизору. Чем ниже этот уровень, тем, как правило, больше времени человек посвящает телевизору.

Реклама непосредственно влияет на формирование нездоровых привычек, поскольку, главным образом, нам рекламируются продукты быстрого приготовления. Это продукты с высоким содержанием жира, холестерина, сахара. Ученые утверждают, что реклама оказывает на детскую аудиторию заметное влияние. Так, дети, уделяющие телевидению много времени, покупают и потребляют значительно больше конфет, хот-догов, газированной воды, чипсов, чем остальные из сверстники. Малыши при этом всерьез считают, что какие-либо сладости или хлопья помогут им стать сильными и здоровыми.

Компьютерная зависимость. Не менее отрицательное воздействие на развитие и здоровье ребенка имеет чрезмерное пребывание за компьютером, которое может стать причиной компьютерной зависимости, когда компьютер становится основным объектом общения и физическое общение становится не нужным. Часто ребенок теряет контроль за временем, проявляет агрессию. Многочасовое непрерывное нахождение перед монитором может вызвать нарушение зрения, снижение иммунитета, головные боли, усталость, бессонницу. Могут наблюдаться проблемы с осанкой, дети перестают фантазировать. Еще один важный фактор - нервно-эмоциональное напряжение. Не секрет, что общение с компьютером, особенно с игровыми программами, сопровождается сильным нервным напряжением, поскольку требует быстрой ответной реакции. Кратковременная концентрация нервных процессов вызывает у ребенка явное утомление. Работая за компьютером, он испытывает своеобразный эмоциональный стресс. Сегодня за компьютером сидят и малыши! Если это происходит в детском саду, то много сидеть за компьютером им не дадут. Но дома они практически бесконтрольны. В результате ребенок к вечеру возбужден, раздражен, неуправляем. И когда он наконец засыпает, то спит плохо: без конца просыпается, будит родителей. Компьютер и телевизор отбирает у детей их детство. Вместо активных игр, переживаний настоящих эмоций и чувств и общения со сверстниками и родителями, познания самого себя через окружающий живой мир, они часами проводят время возле экранов компьютера и телевизора.

Но, безусловно, нельзя полностью отрицать положительное влияние компьютера и телевизора на развитие ребенка. Есть очень много интересных познавательных программ, которые не только развивают кругозор, могут с успехом применяться в учебном процессе. Но телевизионные передачи и компьютерные программы должны только дополнять основной процесс обучения, а время проведения за компьютером или телевизором должно строго нормироваться родителями. Обычное занятие на компьютере воспринимается ребенком как игра. Поэтому то, что совершенно не интересует его на определенных занятиях, может быть привлекательным на экранах монитора. Этим можно воспользоваться в обучении тех детей, у которых снижен познавательный интерес. Обучение на компьютере детей со слабой памятью, может оказаться более

эффективным. Так как, то что выглядит ярким, динамичным, сразу привлекает внимание, при этом увиденное с легкостью запоминается. Также самостоятельная работа за компьютером, способствует развитию у ребенка мелких мышц руки и зрительно–моторной координации. Игры на компьютере способствуют развитию абстрактного мышления детей. А дети привыкают к тому, что иногда в играх вещи и существа изображены совсем непохожими на оригинал, а то и вовсе обозначены значками. Таким образом, во время подобных игр у человека постепенно формируется способность воспринимать знаки и символы, что лежит в основе абстрактного мышления. Путешествия по виртуальным мирам могут выступать способом разрядки накопившейся в душе обиды и агрессии, который не опасен для окружающих, а потому может быть приемлем. К сожалению, многие родители нередко сами вовлекают своего ребенка в виртуальный мир. Им кажется, что сидеть за новой компьютерной игрой - лучше, чем гулять непонятно где на улице. "Не дай бог, попадет еще в плохую компанию! Нет уж, пусть лучше играет", - полагают некоторые папы и мамы. Но мало кто из них задумывается о том, что компьютерная зависимость приводит к ухудшению здоровья, к замедленному развитию и деформации личности, утрате чувства реальности.

Помните!

Компьютерная зависимость формируется намного быстрее, чем любая другая зависимость: курение, наркотики, алкоголь и т. д.

Профилактика влияния СМИ на развитие ребенка.

Любую зависимость легче предотвратить, чем лечить.

- Как правило, дети подражают образу жизни родителей. И если последние сами являются заложниками телеэкрана, телевизор присутствует в их жизни в «фоновом» режиме, то начинать необходимо прежде всего с взрослых!
- В процессе музыкального воспитания учить детей анализировать современные эстрадные песни (лучше всего начать с песен, предпочитаемых детьми, развивая тем самым человека, способного критически мыслить, а не просто воспринимать всю ту информацию, которая поступает через СМИ). Особое внимание, на наш взгляд, следует уделять анализу текста песни, так как именно в нём заключено содержание основных идей, пропагандируемых автором, и, в дальнейшем, так легко усваиваемых детьми. Со старшими дошкольниками и младшими школьниками нужно акцентировать внимание на нравственно-эстетическом аспекте анализа идеи песни, для этого можно задавать следующие вопросы: чему учит нас эта песня? к чему (каким поступкам) призывает?
- Дети должны знать определенные правила: сколько им смотреть телевизор, и какие программы, а родители должны строго следить за соблюдением этих правил. А лучше всего смотреть телепередачи вместе с детьми, обсуждать их, высказывать свое неодобрение, если герой ведет себя агрессивно.
- Хороший результат дает чтение перед сном. Ведь известно, что именно последние события дня фиксируются эмоциональной памятью, и те 8 часов, когда человек спит, он находится под впечатлением этих событий.

- Родители должны, помогать детям в выборе телепередач и ограничивать их времяпровождения у телевизора. Общее время просмотра телепередач детьми до 7 лет не должно превышать 6-7 часов в неделю, детьми от 7 до 12 лет - 10 часов. Старайтесь, чтобы ребенок не смотрел телевизор более получаса подряд; беседовать со своими детьми на тему «Телевидение. Опасность. Дети», то есть попытаться объяснить ребёнку, почему существуют запретные телепередачи, и почему телевизор нельзя смотреть долго (вредно для здоровья и т. д.);
- Если ребенок страдает игровой завистью, нужно постараться понять его и в какой-то мере разделить его интерес к компьютерным играм. Это не только сблизит ребенка с родителями, но и увеличит его доверие к ним, а значит, ребенок с большей уверенностью будет следовать советам родителей и с большим доверием делиться с ними своими проблемами. Критика воспринимается ребенком, как отказ родителей понять его интересы и потому вызывает замкнутость в некоторых.
- Основной мерой предотвращения возникновения зависимости любого типа у детей является правильное воспитание ребенка. При этом важно не ограничивать детей в их действиях (например, запрещать те или иные игры, а объяснять, почему-то или иное занятие или увлечение для него не желательно).
- Дети и подростки нуждаются в самовыражении. За неимением других средств выражения своих мыслей и энергии они обращаются к компьютеру и компьютерным играм, которые создают иллюзию реальности безграничных возможностей, лишенной ответственности. Такая иллюзия оказывает разрушительное действие на психику ребенка и нарушает его связь с родителями и сверстниками. Для того чтобы избежать возникновения привязанности ребенка к компьютеру нужно разнообразить круг его интересов и занятий.
- Разместите компьютер в общей комнате — таким образом, обсуждение Интернета станет повседневной привычкой, и ребенок не будет наедине с компьютером, если у него возникнут проблемы.
- Обязательно нужно обсуждать с детьми все вопросы, которые возникают у них в процессе использования Сети, интересуйтесь друзьями из Интернета. Учите критически относиться к информации в Интернете и не делиться личными данными онлайн.
- "Родительский контроль" в Windows Vista — с ее помощью родители могут определить время, когда ребенок может зайти в систему, а также с помощью фильтра установить запрет или к отдельным играм, узлам, программам.
- Просите никогда не давать информацию о себе, которая может указать, что это — ребенок. Вместо своей фотографии можно использовать рисованный аватар. Настраивать доступ к твоим фотографиям нужно только для самых близких людей. Не переходить по подозрительным ссылкам. Поддерживать дружбу только с теми, кого знаешь. Если во время общения в чате или переписке онлайн, какой-то незнакомец угрожает, задает неприятные вопросы или уговаривает на встречу в реальной жизни, то план действий такой: ничего не отвечать и немедленно сообщить об этом родителям!

Если многие родители, психологи, воспитатели уже сейчас начнут борьбу против современных СМИ, то ещё не поздно изменить сложившуюся ситуацию в нашей стране.