[Телевизор и компьютер для ребенка. Друзья или враги?](http://www.stressy.net/2010/07/19/televizor-i-kompyuter/%22%20%5Co%20%22%D1%81%D1%81%D1%8B%D0%BB%D0%BA%D0%B0%20%D0%BF%D0%BE%D1%81%D1%82%D0%B0%3A%20%D0%A2%D0%B5%D0%BB%D0%B5%D0%B2%D0%B8%D0%B7%D0%BE%D1%80%20%D0%B8%20%D0%BA%D0%BE%D0%BC%D0%BF%D1%8C%D1%8E%D1%82%D0%B5%D1%80%20%D0%B4%D0%BB%D1%8F%20%D1%80%D0%B5%D0%B1%D0%B5%D0%BD%D0%BA%D0%B0.%20%D0%94%D1%80%D1%83%D0%B7%D1%8C%D1%8F%20%D0%B8%D0%BB%D0%B8%20%D0%B2%D1%80%D0%B0%D0%B3%D0%B8)

Психологи пришли к выводу, что дети, которые проводят много времени у телеэкрана или компьютера, намного рассеяннее ведут себя в школе. При этом совершенно не имеет значения, смотрят ли они мультфильмы, кинофильмы или играют в компьютерные игры. Кроме этого, телевизор и компьютер, в большом количестве, вызывают агрессию и провоцируют набор лишнего веса, что может привести к ожирению. К такому выводу пришел американский ученый Douglas A. Gentile.

Ученые провели годичное исследование, в котором приняли участие 1300 школьников. Родители участников записывали количество времени, проведенного их детьми за экранами телевизора и компьютера. Также в исследовании приняли участие школьные учителя, которые фиксировали поведение детей – внимательность, сосредоточенность на предметах и усидчивость.

Результаты исследований были не утешительными – действительно, дети, проводившие много времени у телевизора имели проблемы с внимательностью в школе. При этом исследователи учли первоначальный уровень поведения детей, до начала эксперимента. Исследователи вывели определенные цифры: дети, находящиеся у экранов более 2-х часов в день, теряют способность внимательно и сосредоточено учиться в школе на 67%. Но, кроме этого, никаких других диагнозов и проблем с психикой у этих детей выявлено не было. Они не страдали гиперактивностью и дефицитом внимания родителей, а такие проблемы наблюдаются у 7% учащихся американских школ.

Наряду с этим экспериментом, были опрошены студенты. У них риск снижения внимания, при просмотре телевизора и игрой за компьютером более положенных 2-х часов в день, повышался в 2 раза. Но и среди студентов не был обнаружен дефицит внимания и синдром гиперактивности.

Gentile отметил, что на внимание детей в школе могут влиять много факторов и просмотр телевизора, а также видеоигры – это лишь один из этих факторов. А Miriam Mulsow, ученый из технологического университета Техаса, считает, что компьютер и телевизор никоим образом не могут влиять на внимательность детей. Такое может случиться только в том случае, если ребенок имеет предрасположенность к нарушению внимания. В этом случае, длительное время, проведенное у мониторов, может спровоцировать ухудшение уже имеющихся проблем.

В любом случае, сидение детей у дисплея должно быть строго дозировано. Miriam Mulsow считает, что даже 2 часа в сутки, уделяемые ребенком на просмотр телевизора и компьютерные игры, это очень много. Поэтому советует родителям максимально ограничивать детей от пагубного влияния мониторов.

——————