МБДОУ № 28 – детский сад комбинированного вида г. Тулы

Педагог – психолог Белова Е.М.

«Телевидение и психологическое здоровье дошкольника»

Трудно представить жизнь современной российской семьи без телевизора.

Телевидение - это окно во внешний мир, и при разумном подходе оно может выполнять функции образовательного, развлекательного и воспитывающего характера. Но почему всё чаще и чаще психологи бьют тревогу, появилось даже выражение «экранные дети»? Может быть, это надуманная проблема? Попытаемся разобраться.

Многие родители говорят: «Телевидение - это окно в мир! Пусть знакомятся с современной действительностью!». Отвечая на этот вопрос, зададимся целью понять, что видят дети через это окно. Московские психологи проанализировали 100 часов программ ведущих каналов российского телевидения. Каковы же результаты? В среднем на 1 час телетрансляции приходится четыре сцены насилия и эротики. Обращает на себя внимание натуралистичность сцен.

***Чем опасно такое телевидение для ребёнка?***

Во-первых, необходимо учитывать особую впечатлительность детей и способность детской психики к внушению.

Чувства опасности, ужаса возникают у ребёнка в результате просмотра таких кинокадров, как надвигающийся на зрителей поезд, убийство, ключ в замке с внутренней стороны двери, громкий напряжённый звук сердцебиения с экрана и т. п. Защищаясь от неприятных эмоций, ребёнок вытесняет их в бессознательную часть психики. Взрослый может сразу и не заметить каких-либо явных изменений в поведении сына или дочери, однако страшные образы или звуки, которые воспринимает ребёнок с экрана, могут беспокоить его в виде снов, повышенной тревожности или невротических симптомов.

Во-вторых, нельзя забывать об эффекте привыкания и заразительности агрессивного поведения.

Постоянный просмотр сцен насилия притупляет эмоциональные чувства детей, они привыкают к жестокости, становятся равнодушными к человеческой боли. Если через каждые 15 минут на экране транслируется насилие, то через какое-то время ребёнок начинает воспринимать это как норму. У него формируется эталон эмоционального реагирования.

Можно предположить, что бездуховность и особая жестокость современных подростков во многом связана с эмоциональными и нравственными эталонами, которые были сформированы у них обществом, и прежде всего телевидением.

В-третьих, настораживает романтизация отрицательных героев художественных фильмов.

Романтизация негативного образа жизни приводит к формированию у ребёнка соответствующих нравственных образцов поведения. Иногда родители считают, что дети воспринимают фильм так же, как и взрослые. Однако это не соответствует действительности. Мышление дошкольника наглядно-образное. Он улавливает лишь основную линию сюжета и конкретное поведение действующих лиц. Ребёнку недоступно понимание мук совести или душевных метаний героев фильма, следовательно, он не видит и не осознаёт несоответствия их поступков и слов. Именно поэтому ребёнок копирует не благородные слова героя, а его конкретные действия.

В-четвёртых, необходимо отметить, что современное телевидение не способствует умственному развитию детей.

На долю развивающих программ отводится от 1,5 до 3 процентов эфирного времени (сравним с рекламой - ей предоставляется 23 процента). На экране практически отсутствуют передачи, ориентированные на детей дошкольного возраста. Исключение составляет программа «Спокойной ночи, малыши!», однако и в ней не учитываются особенности детской психики. Известно, что ребёнок лучше всего запоминает ту информацию, которая показана в начале и в конце передачи. В современном законе о рекламе разрешается включать в начало и конец детских программ рекламные видеоролики. Поэтому ребёнку больше запомнится рассказ о каком-нибудь шампуне, чем содержание увиденного мультика.

    Кроме того, телевидение способствует интеллектуальной пассивности детей. Информация подаётся в готовом виде, она не требует усилий воображения и анали-за. Большинство родителей отмечают: дети не хотят, чтобы им читали книги, они предпочитают смотреть эти сказки по видео. Но и для родителей значительно удоб-нее поставить для просмотра диск, чем тратить время на книгу. В результате не про-исходит обсуждения сказки, у ребёнка не развивается стремления самому научиться читать. Такой подход тормозит развитие психи-ческих функций детей: замедляется развитие речи и мышления, нет стимула для формирования воображения и, что очень важно, нет тесного эмоционального контакта ребёнка с родителями.

Этот, казалось бы, лёгкий путь в воспитании при-водит к плачевным последствиям при поступлении детей в школу. Они не приучены к книге, не могут сконцентрироваться на тексте, у них не развита связная речь.

***И, наконец, следует остановиться на воздействии рекламы на психику дошкольника.***

   Многие родители свидетельствуют: реклама стала удобным средством, чтобы справиться с непослушным ребёнком. Некоторые дети отказываются есть или одеваться, если перед их взором не мелькают привычные кадры. Парадоксально, но это вполне устраивает взрослых.

   В чём же опасность рекламы? У ребёнка дошкольного возраста психика особенно остро восприимчива к ярким образам, их красочности, быстрой смене, мельканию и т.д. Однако постоянный просмотр рекламы формирует у ребёнка психологическую зависимость, которая возникает в результате искусственного стимулирования и перевозбуждения нервной системы. Эффект мелькания видеокадров может привести к дисгармонии мозговых ритмов, их сбою. (М.А. Карташова.)

***Мы не призываем исключить телевидение из жизни дошкольников. Ведь с помощью этого окна в мир можно сформировать понятия о добре и зле, справедливости и дружбе. Мы призываем обратить внимание на те подводные камни, которые вызывают тревогу у педагогов и психологов.***

***Что могут сделать родители, чтобы оградить прекрасный мир детства и защитить своих детей от вредных и неуместных для их возраста переживаний?***

1. Не поддавайтесь искушению облегчить себе жизнь, усадив малыша перед телевизором и занявшись в это время своими делами. Помните, что психика ребёнка формируется только в совместной деятельности со взрослым.
2. Родители должны воздерживаться от использования телевизора в качестве няни. Такая практика оставляет ребенка без присмотра и лишает нормального человеческого общения, лишает игр и приобретения здорового жизненного опыта. В тоже время, запрещать ребенку смотреть телевизор в ультимативной форме вредно для его нормального поведения в социуме.
3. Чётко регламентируйте просмотр ребёнком телепрограмм. Максимальное количество времени у экрана не должно превышать возрастные нормы (при просмотре художественной сказки в старшем дошкольном возрасте от 15-20 минут до 1 часа в день).
4. Узнать всё о детских программах. Родители должны заранее выбирать и определять передачи, которые их дети будут смотреть на текущей неделе.
5. Дети никогда не должны смотреть передачи, касающиеся секса и адресованные только взрослым. Даже небольшие дозы таких программ разрушительны и возбуждают детей. Особенно осторожно нужно быть с подростками, так как они не знают и не умеют справляться с возникающими в них чувствами. Подростку лучше объяснить, почему ту или иную передачу ему не следует смотреть, чем просто не дать ее смотреть без всяких объяснений и обоснований.
6. Оградите ребёнка от просмотра рекламы, информационных программ, а также художественных фильмов, ориентированных на взрослую аудиторию.
7. Старайтесь отслеживать содержательность  и художественность детских  программ, чтобы исключить низкопробную видео- и телепродукцию.
8. Обсуждайте с ребёнком сюжеты просмотренных фильмов. Важно понять, что он думает, чувствует, как бы поступил в той или иной ситуации. Научите ребёнка анализировать и оценивать поступки и понимать чувства других людей. По мнению А.В. Запорожца, просматривая и обсуждая мультфильм или художественный  фильм-сказку, дети учатся, чему надо радоваться и и из-за чего надо огорчаться. Совместное обсуждение позволит им понять, что такое успех, победа, взаимопомощь, боль, предательство, сформировать свой способ поведения в конкретной ситуации.
9. После обсуждения можно предложить ребёнку нарисовать героев фильма или вылепить их из пластилина. При этом важно обратить внимание на изображение эмоций  героев.
10. Для детей старшего дошкольного возраста можно организовать игру в режиссёров-мультипликаторов: придумать и нарисовать серию рисунков для нового фильма (с участием любимых героев) или продолжить понравившийся, но завершить его по-другому.
11. Всё это поможет ребёнку пережить положительные и отрицательные эмоции, свойственные герою, с которым он себя идентифицирует, понять, что ему ближе, и сформировать свой личный осознанный эмоциональный опыт.  Помните, что самой лучшей альтернативой телевизору является книга.

Таким образом, признавая огромную роль телевидения в жизни каждого человека, мы должны помнить о той ответственности, которая лежит на взрослых: сделать всё возможное, чтобы исключить негативное влияние информационного потока на психику ребёнка.