***Консультация для родителей.***

***« ПСИХИЧЕСКОЕ***

***ЗДОРОВЬЕ***

***ДОШКОЛЬНИКА***

***И ТЕЛЕВИДЕНИЕ.»***

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 все чаще и чаще психологи бьют тревогу, появилось даже выражение «экранные дети»? Может быть, это надуманная проблема? Попытаемся разобраться.

**Чем опасно такое телевидение для ребенка?**

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

Чувства опасности, ужаса возникают у ребенка в результате просмотра таких кинокадров, как надвигающийся на зрителей поезд, убийство внутри закрытого помещения, ключ в замке с внутренней стороны двери, громкий напряженный звук сердцебиения с экрана и т.п. Защищаясь от неприятных эмоций, ребенок 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 ребенок 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 ребенок начинает воспринимать это как норму. У него формируется **эталон эмоционального реагирования.**

**В – третьих, настораживает романизация отрицательных героев художественных фильмов.**

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. Ребенку недоступно понимание совести или душевных метаний героев фильма, следовательно, он не видит и не осознает несоответствия их поступков и слов. Именно поэтому ребенок копирует не благородные слова героя, а его конкретные действия.

**В – четвертых, необходимо отметить, что современное телевидение не способствует умственному развитию детей.**

На долю развивающихся 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 ребенок лучше 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 ребенку больше запомнится рассказ о каком – нибудь шампуне, чем содержание мультика.

Кроме того, телевидение способствует интеллектуальной пассивности детей. Большинство родителей отмечают: дети не хотят, чтобы им читали книги, они предпочитают смотреть эти сказки по видео. Но для родителей значительно удобнее поставить для просмотра диск, чем тратить время на книгу. В результате не происходит обсуждение сказки, у ребенка не развивается стремление самому читать. Такой подход тормозит развитие психических функций детей: замедляется развитие речи и мышления, нет стимула для формирования воображения и, что очень важно, нет тесного эмоционального контакта ребенка с родителями.

Этот, казалось бы, легкий путь в воспитании приводит 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 школьника.**

Многие родители свидетельствуют: реклама стала удобным средством, чтобы справиться с непослушным ребенком. Некоторые дети отказываются есть или одеваться, если перед их взором не мелькают привычные кадры. Парадоксально, но это вполне устраивает взрослых. В чем же опасность рекламы? У ребенка дошкольного возраста психика особенно остро восприимчива к ярким образам, их красочности, быстрой смене, мельканию т.д. Однако постоянный просмотр рекламы формирует у ребенка психологическую зависимость, которая возникает в результате искусственного симулирования и перевозбуждения нервной системы. Эффект мелькания видеокадров может привести к дисгармонии мозговых ритмов, их сбою.

**НЕКОТОРЫЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

**Не поддавайтесь** искушению облегчить себе жизнь, усадив малыша пред телевизором и занявшись в это время своими делами. Помните, что психика ребенка формируется только в совместной деятельности со взрослым.

**Четко** регламентируйте просмотр ребенком 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 ).

**Оградите** ребенка от просмотра рекламы, информационных программ, а также художественных фильмов, ориентированных на взрослую аудиторию.

**Старайтесь** отслеживать содержательность и художественность детских программ, чтобы исключить низкопробную видео – и телепродукцию.

**Обсуждайте** с ребенком сюжеты просмотренных фильмов. Важно понять, что он думает, чувствует, как бы поступил в той или иной ситуации. Научите ребенка анализировать и оценивать поступки и понимать чувства других людей. Просматривая и обсуждая мультфильм или художественный фильм – сказку, дети **учатся, чему надо радоваться и из-за чего надо огорчаться.** Современное обсуждение позволит им понять, что такое успех, по конкретной ситуации.

После обсуждения можно предложить ребенку нарисовать героев фильма или вылепить их из пластилина. При этом важно обратить внимание на изображение эмоций этих героев. Все это поможет ребенку пережить положительные и отрицательные эмоции, свойственные герою, с которым он себя идентифицирует, понять, что ему ближе, и сформировать личный осознанный эмоциональный опыт.

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