*Какие опасности таит в себе просмотр телевизионных передач? В первую очередь это переутомление – самый очевидный, но не самый большой вред, который можно нанести малышу. Телевизионная программа – калейдоскоп звуков и образов. Пытаясь уследить за ними и разобраться в них, ребенок тратит много сил. Для сравнения просмотр полуторачасового фильма равнозначен полуторачасовому приему гостей: огромному количеству рассказов о делах, разговоров о политике, выяснению отношений…*

При этом телевизионные передачи вызывают не просто усталость, а перевозбуждение.

Сколько же времени может малыш проводить у голубого экрана? Однозначного ответа на этот вопрос дать нельзя, поскольку все нормы рассчитываются на среднестатистического ребенка. И все же до года не оставляйте кроху перед экраном более чем на 15 минут в день. От года до трех время можно увеличить до получаса.

Вторая опасность телевидения заключается в том, что у ребенка может возникнуть самая настоящая зависимость. Даже взрослые склонны попадать под обаяние голубого экрана. Если вы частенько включаете телевизор для того, чтобы занять малыша, отвлечь его, пока занимаетесь своими делами, он рискует привязаться к нему как к другу Ведь телевизор может и утешить и отвлечь от неприятных мыслей. При этом он ни о чем не просит и не обижается – чем не настоящий друг?

Что делать, чтобы этого не произошло? Никогда не предлагайте телевизор вместо себя. Если ребенок хочет побыть с вами, поиграть, почитать, а вы никак не можете этого сделать, предложите ему игру, в которую он может играть один, отправьте его в гости к соседскому мальчику – только не нажимайте заетную кнопку! Рано или поздно малыш сам обнаружит, что с помощью телевизора можно в какой-то мере компенсировать одиночество и скуку, но это будет сделано не с вашей подачи. Кстати, для того, чтобы объяснить ребенку место телевидения в жизни людей, можно подчеркнуть «суррогатность» общения с ним. Если ребенок поссорился с другом и не хочет мириться, но при этом просит вас поиграть с ним, можете предложить ему посмотреть телевизор со словами: «Я сейчас не могу играть с тобой. Ты мог бы пригласить Петю, но он тебе не нравится, вот и смотри теперь мультики».

Старайтесь не превращать телевизор в неизменного участника семейных ритуалов: обедов и ужинов, разговоров перед сном. Задумайтесь о роли телевидения в своей собственной жизни. Если оно давно вытеснило друзей, интересные поездки и стало вашим хобби, наивно предполагать, что малыш избежит той же участи. В этом случае, затевая борьбу с экраном, прежде всего начните с самих себя.

Еще одна опасность телевидения - в пассивности предлагаемых им развлечений (именно эта особенность частично объясняет такое легкое привыкание к экрану). Во взаимодействии человека и телевизора активную роль играет именно телевизор. Ваша задача заключается лишь в выборе программы. В любом другом виде развлечений вам неизбежно приходится делать что-то самим. В шахматах и картах - думать, просчитывать комбинации. При прочтении книги мозг совершает огромную работу по превращению букв в слова, слов в образы, а воображение трудится, оживляя людей, события, пейзажи. Для общения с гостями вам нужно уметь поддерживать беседу. К тому же, чем бы вы ни занимались, вас обязательно будет интересовать результат действий: кто выиграет, чем закончится книга, как сложится вечер. А в ситуации «общения» с телевизором вы всегда остаетесь ни при чем, так как ни на что не можете повлиять.

Такая форма взаимодействия привлекательна и для детей, и для взрослых. Взрослыми руководит желание снять с себя на какое-то время ответственность за происходящее и окунуться в круговорот событий, а для детей это состояние является вполне привычным, поскольку они пока еще ни за что не отвечают, не влияют на ситуацию, которую выстраивают другие.

**Что и когда смотреть?**

Телевизор давно стал частью нашей жизни, и даже при самом дозированном просмотре многие детишки становятся его заложниками. Теле- и видеопродукция является частью их мира, и компетентность в вопросах мультиков и фильмов для них так же важна, как для взрослых - в вопросах литературы или искусства. Остается лишь узнать, как воспринимают картинку дети на разных этапах развития и в соответствии с этим извлечь из неизбежных просмотров максимальную пользу.

**3-6 лет:**

малыш примеряет роль экранного героя

Только к 3-4 годам ребенок приходит к пониманию разницы между воображаемым и реальным. Он уже знает, что мультфильм - это неправда, и с удовольствием исследует мир прекрасных принцев, фей и говорящих животных, который будет подпитывать его мечты, фантазии и активно участвовать в играх. Конечно, дети еще не полностью воссоздают цепь событий: то, что они видят, иногда путается с их собственными желаниями и личным опытом. Но в этом возрасте ребенок уже понимает, что он - это он, и осознает свое отличие от остальных, а значит, может притвориться кем-то другим. Имитация становится его любимым занятиям. Он изображает доктора, который делает укол, строгого папу, которого надо слушаться. Дети любят идентифицировать себя с кем-нибудь из героев, чаще всего с тем, чьи переживания им ближе всего. Малышу важно «понарошку» пережить эмоции, с которыми он пока не сталкивался в реальной жизни.

Современные дети все чаще идентифицируют себя с выдуманными персонажами и все реже - с реальными людьми. Их воображение в большей степени захвачено миром телевизионных историй. Встает вопрос о том, насколько успешно они смогут приспосабливаться к жизненным ситуациям, воспринимать роли матери и отца, их взаимоотношения с друзьями и межличностные связи вообще.

НАШ СОВЕТ: Ограничьте покупку игрушек и вещей с символикой того или иного мультфильма. Чтобы ребенок заинтересовался реальностью, надо привлечь к ней интерес: вместе ходить на прогулки и выставки, покупать игрушки, развивающие воображение. Будьте осторожны с агрессивными, жестокими изображениями, которые могут оказать негативное влияние на психику. Чтобы обезопасить ребенка, их нужно расшифровать, объясняя намерения и ухищрения их создателей. Научив ребенка не принимать на веру все, что показывает телевизор, вы поможете ему не путать чье-то представление о действительности с самой действительностью.

**Немного о содержании**

Как ни странно, самыми травмирующими для детской психики оказываются не любовные или агрессивные сюжеты (за исключением, конечно, тяжелой порнографии или брутальных сцен с расчленениями), а «ужастики», фантастические фильмы об устрашающем будущем или сюжеты, связанные с потерями, расставаниями, одиночеством.

Тема любви для детей естественна и приятна. Они легко и с удовольствием влюбляются и задают вопросы, которые их беспокоят. Если вы сами не фиксируете внимание ребенка на эротике, не бросаетесь закрывать собой экран или выгонять безмятежного малыша из комнаты, он вполне удовлетворится вашим ответом на вопрос: «А что это дядя делает с тетей?» При этом совсем не обязательно вдаваться в анатомические подробности, достаточно объяснить на доступном ему языке, что таким образом взрослые делают друг другу приятное.

Чтобы ребенок случайно не увидел жестоких сцен, вы в первую очередь должны позаботиться о том, чтобы телевизор не работал все время в фоновом режиме. Когда малыш неуверенно спрашивает: «Он ведь не по-настоящему умер?», уверьте его, что он прав, что перед ним всего лишь картинки, которые не могут быть до конца правдивыми. Это сложнее объяснить, если речь идет о фрагменте документального фильма или новостей. В этом случае не стоит отрицать, что увиденное не имеет ничего общего с реальностью. Объясните, что увиденное - не что иное, как взгляд режиссера на происшедшее, а он видит только часть реальности. Более старшие могут понять, что все изображения снимаются с определенной целью: напугать, заставить смеяться, сообщить что-то новое.

Если же вы сами хотите посмотреть фильм с неоднозначным содержанием сделайте так, чтобы ребенок при этот не присутствовал.

Что касается фантастики, то страх перед будущим, особенно перед вселенскими катастрофами, присуща каждому человеку. Это страх перед неизбежностью смерти и неизвестность жизни. Вызвать его у малыша, который уже немного понимает содержание фильмов, легко, а справиться ним ребенку очень трудно. Если малыш все же умудрился увидеть испугавший его фильм, будьте внимательны к нему: возможно, ему понадобится ваша поддержка, но он не сможет сообщить об этом из-за недостатка слов и опыта.

Тема расставания, потери и одиночества очень актуальна для детей всех возрастов. Интуитивно чуткие ко всем нюансам отношений, дети удивительно доверчивы в том, что касается noтери любви. Поэтому, увидев историю про отвергнутого, брошенного или потерявшегося детеныша, малыш сразу же идентифицирует себя с главным героем и потом будет долго переживать увиденное. Уверьте его, что с ним такого никогда не случится, потому что вам он очень дорог и заботиться о нем совсем не трудно.