**Телевизор – казнить нельзя помиловать!**

**Комментарий:** многим родителям кажется, что они все свое время проводят с детьми, поскольку так или иначе что-то делают для них. В представлении детей все это выглядит иначе: родители вообще отсутствуют в их личном пространстве. Стирка белья, приготовление обеда, уборка квартиры и другие хозяйственные дела могут полностью поглотить время взрослых. Более того эти дела принципиально незаметны для окружающих. Только непосредственное общение с глазу на глаз воспринимается ребенком как общение. Именно поэтому лучше не удалять ребенка в тот момент, когда взрослый занят домашними делами, а приобщить его к ним. Да, в этом случае уборка затянется, а приготовление пищи станет более хлопотным. Но при этом ребенок будет чувствовать себя важным и значимым членом семьи, будет перенимать у взрослого навыки и будет точно знать, что его родители всегда рядом.

Девочке 6 лет было предложено нарисовать рисунок семьи. Она нарисовала себя и телевизор. На вопрос психолога о том, где же мама, девочка не задумываясь, ответила: «На кухне. Готовит ужин». «А где же папа?» - продолжал интересоваться психолог. «А папа на работе», - сказала девочка.

**Мораль:** перенесенная на детский рисунок реальность безжалостно обнаруживает ее самые проблемные стороны, которые взрослые предпочитают не замечать или объясняют внешними обстоятельствами.

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.

Было проанализировано (на примере Моск­вы), сколько времени дети проводят у экра­на. Результаты были ошеломляющими. До­школьники от 4 до 6 лет смотрят телевизор в среднем от 2 до 6 часов в день, при этом на­ибольшее количество времени приходится на вечер - с 18 до 22 часов. Такое положение дел может быть очень даже удобным для многих родителей: пока ребенок сидит у телевизора, он не пристает к взрослым, ничего у него не просит и в то же время получает новые впечатления и приобщается к современной цивилизации. Однако это нехитрое занятие вовсе не так безопасно, как кажется на первый взгляд.

**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 внутри закрытого помещения, 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.

Выдающийся русский психиатр В. Бехте­рев еще в начале XX века отмечал: достаточ­но иногда неосторожно произнесённого при ребёнке слова о совершении убийства или другом каком-либо происшествии, чтобы он тревожно спал или даже подвергся ночному кошмару.

В качестве подтверждения этих слов можно привести пример из современной жизни российских детей. После многочасо­вой трансляции по телевидению трагедии, которая случилась в школе Беслана, многие психологи в России отмечали массовое об­ращение родителей за врачебной помощью. У дошкольников и младших школьников был сформирован страх посещения образова­тельных учреждений и страх террористичес­ких актов. В течение нескольких дней детей от этой страшной видеоинформации. Ни учителя в школах, ни воспитатели в дет­ских садах, ни родители не были преду­беждены о негативном влиянии такой информации на психику ребёнка.

**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.

По мнению психологов, при виде экран­ных драк у юных телезрителей развивается определённый, ещё не осознанный сцена­рий агрессивного поведения. Однако, столкнувшись с трудностями во взаимоотношени­ях слюдьми, ребёнок вспоминает тот способ агрессии, который он видел на экране, и на­чинает действовать так же.

Возникает вопрос: многие дети смотрят те­левизор, но не все из них агрессивны. В про­цессе одной и той же деятельности, отмечала Л.И. Божович, могут формироваться различ­ные качества, разные психические процессы, так как ребёнок усваивает из окружающей действительности лишь то, что отвечает его потребностям. Эти потребности во многом оп­ределяют семья и общение со сверстниками.

Исследования X. Хекхаузена показали: дети, которые в семье чаще подвергаются наказаниям, в качестве любимых передач отмечают те, в которых присутствует наси­лие, а в качестве любимых телегероев выби­рают наиболее агрессивных.

**В-третьих, 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 анализа. Большинство родителей отмечают: дети не хотят, чтобы им читали книги, они предпо­читают смотреть эти сказки по видео. Но и для родителей значительно удобнее поста­вить для просмотра диск, чем тратить время на книгу. В результате не происходит обсуж­дения сказки, у ребёнка не развивается стремления самому научиться 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 ребёнка с ро­дителями.

Этот, казалось бы, лёгкий 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 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.)*

**Отдельно рассмотрим телевидение с точки зрения демонстрации мультипликационных фильмов.**

Классические российские мультиплика­ционные фильмы, в которых задействованы выдающиеся артисты и художники, показывают основном с 6 до 8 часов утра, когда основная масса детей ещё спит. А вот зару­бежные мультфильмы транслируют днём, при этом их эфирное время увеличивается почти в два раза.

*Пример из практики.* К психологу при­шла мама, с ужасом констатируя, что её сын трёх лет стал кричать во сне: «Убивать, надо всех убивать! Бей, бей!». В семье, где царят любовь и взаимопонимание, ребёнок не мог услышать ничего подобного. По словам ма­мы, он повторяет во сне эти слова словно зомби.

Подробно разбирая ситуацию в семье и особенности общения с малышом, психолог выяснил, что молодой папа очень любит за­рубежные фильмы и с удовольствием смот­рит их вместе с малолетним сыном. Папа уверяет, что мальчику тоже нравятся эти фильмы: «Когда он их смотрит, то просто за­мирает, даже не обращает на нас внима­ния». Поэтому молодые родители покупают ребёнку целые сборники зарубежных мульт­фильмов, особо не анализируя их содержа­ние, - «они очень красочные, в них много компьютерных эффектов».

К сожалению, российский видеорынок заполнен зарубежными мультфильмами, за редким исключением не отличающимися высокой художественной ценностью и глу­боким нравственным содержанием. Безус­ловно, есть очень хорошие фильмы, напри­мер диснеевские (о животных), но, видимо, их прокат до­рог, и поэтому наши дети смотрят низко­пробные ленты, изобилующие сценами аг­рессии, обмана. Не случайно любимыми ге­роями современных дошкольников стали Человек-паук, Терминатор, черепашки-ниндзя, Бэтмен и другие - ведь эти монстры представлены как смелые романтические герои, которым хочется подражать.

Следует отметить, что слова "телевизор" и "телевидение" во всём тексте этого материала можно заменить на слово "экран". Потому что сидение перед компьютерным монитором (DVD, игры, Интернет) или игровой приставкой, хотя может и не иметь к ТВ никакого отношения, даёт те же негативные последствия.

В связи с перечисленным выше рекомендуется, то что: дети в возрасте до трёх лет не должны смотреть телевизор вообще (американские коллеги считают, что нельзя до двух лет), ребятишки от трёх до пяти, с позволения родителей, могут получать не больше получаса детских программ хорошего качества. С 5 до 12 лет время просмотра можно увеличить до 1 часа, а затем, уже подросткам, разрешается прибавить 30 минут. Итого – полуторачасовой просмотр в день до наступления совершеннолетия.

Телевидение во многом определяет и вы­бор игрушек. Самые популярные - те же черепашки-ниндзя, роботы и т.д. Такая тен­денция опасна для детской психики. Игруш­ка, по мнению психологов, имеет колоссаль­ное значение для развития детей. Кукла (традиционная или герой мультфильма) вы­ступает в качестве заместителя идеального друга ребёнка, она несёт в себе эталон нравственного поведения. Действуя с ней, дошкольник приобретает моральный опыт. Поэтому так важно контролировать, какими игрушками играет ребёнок, и не идти у него на поводу, покупая героев низкопробных зарубежных мультфильмов.

И виноват в детских проблемах с экраном, конечно же, не экран, а родители. В Великобритании подсчитали, что нынешний ребёнок из шести лет жизни проводит один год перед экраном. Дети постарше (11-15 лет) уже тратят на это 55% своей "бодрствующей" жизней, или больше четверти суток. А через десятилетие ожидается серьёзное увеличение количества "телевизионного времени". **Стало быть, не забудьте выключить телевизор или что там у вас.**

**РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

(просмотр телевизора, компьютерные игры, PSP, интернет, игровые приставки, DVD)

* 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.
* 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).
* Оградите ребёнка 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 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 из-за чего надо огорчаться. Совместное обсуждение позволит им понять, что такое успех, победа, взаимопомощь, боль, предательство, сформировать свой способ поведения в конкретной ситуации.

После обсуждения можно предложить ребёнку нарисовать героев фильма или вылепить их из пластилина. При этом важно обратить внимание на изображение эмоций этих героев.

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.

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.

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.