

Ostrożnie z telewizją!

Telewizja spełnia wiele ważnych funkcji, w tym przede wszystkim informacyjno – dydaktyczną i rozrywkową. Jej wpływ na odbiorcę może być jak najbardziej pozytywny. Wiadomym jest, że telewizja jest „oknem na świat”; może stanowić cenne źródło informacji o świecie przyrody, najnowszych osiągnięciach w nauce, kulturze. Może przekazywać najważniejsze wartości społeczne, moralne, obyczajowe, wzbogacać wyobraźnię dziecka, myślenie. **Niektóre programy telewizyjne przyczyniają się do podejmowania działań korzystnych z punktu widzenia społeczeństwa, do kształtowania postaw prospołecznych.**

Niestety w ostatnich latach coraz częściej akcentuje się negatywny wpływ telewizji na młodego odbiorcę. A jak wiadomo dzieci spędzają przed telewizorem nawet kilka godzin dziennie. Wśród oglądanych przez nie programów telewizyjnych przeważają pełne wartkiej i krwawej akcji filmy i bajki. Akceptowane jest to przez rodziców, którzy z pełnym zaufaniem odnoszą się do audycji adresowanych do najmłodszego odbiorcy. Tylko w nielicznych rodzinach dorośli kontrolują programy oglądane przez dzieci.

Wśród powodów, dla których dzieci od najmłodszych lat przyzwyczajane są do telewizji należy wymienić: telewizyjny nawyk rodziców (rodzice sami spędzają czas wolny przed telewizorem i nie mają dzieciom nic innego do zaproponowania); wygodnictwo i lenistwo dorosłych – w myśl zasady: dziecko jest zabawiane przez telewizor, a więc nie trzeba już się nim zajmować; względy bezpieczeństwa dziecka – w myśl zasady: dziecko siedzi przed telewizorem, jest w domu pod kontrolą dorosłych, nie dzieje mu się żadna krzywda; zapracowanie rodziców, którzy pracując do późna nie mają czasu zająć się organizacją czasu dziecka.

Tymczasem telewizyjne programy dla dzieci zawierają wiele scen agresywnych, które dziecko przenosi do rzeczywistości realnej, zabaw z rodzeństwem czy kolegami w przedszkolu. Programy te najczęściej:

- modelują zachowania antyspołeczne,
- wywołują agresję (przyglądanie się agresji na ekranie prowokuje do zachowań agresywnych),
- powoduje zubożenie i znieczulenie na agresywne bodźce, zwiększają tolerancję dzieci na agresję,
- osłabiają mechanizmy kontrolne,
- tworzą niejasny obraz świata. Dziecko nie wie, co jest dobrem, co złem, co czynić można, a czego nie należy,
- podnoszą poziom lęku przed światem rzeczywistym,
- niszczą pozytywne wzorce dziewczęce i chłopięce.



Skoro wpływ programów telewizyjnych dla dzieci jest tak niekorzystny i szkodliwy należy mu skutecznie przeciwdziałać. **Najskuteczniejszym sposobem przeciwdziałania naśladowaniu przez dzieci zachowań agresywnych oglądanych w telewizji jest kształtowanie w nich od najmłodszych lat postaw wobec przemocy, tzn. uświadamianie dziecku negatywnych skutków pokazywania przemocy w telewizji.** Poza tym bezpieczniejszym sposobem jest po prostu ochrona dziecka przed negatywnymi wpływami telewizji przez:

- wyraźne kontrolowanie czasu, jaki dziecko spędza przed telewizorem,

- wspólne z dzieckiem oglądanie programów dla niego przeznaczonych, komentowanie i tłumaczenie scen niezrozumiałych dla dziecka, pomoc w ocenie obejrzanej audycji,
- organizowanie dziecku atrakcyjnych form wypoczynku i zabawy, umożliwiających zaspokojenie jego potrzeb,
- nieprzyzwyczajanie dziecka do stałej obecności telewizora. Nie może on spełniać roli stałego domownika, towarzysza zabaw czy „opiekunki” dzieci.

Program telewizyjny, choćby najciekawszy, nie zastąpi dziecku rodziców. Dlatego znacznie cenniejsza jest wspólna rozmowa, przytulenie, zabawa, wspólny spacer, jednym słowem – „bycie z dzieckiem”. To zaspokaja najważniejsze dla prawidłowego rozwoju dziecka potrzeby psychiczne: bezpieczeństwa, miłości, bliskości.

Aby ustrzec się tego negatywnego wpływu programów telewizyjnych na dzieci warto stosować się do pewnych zasad:

1. Telewizor jest dla nas , nie my dla niego.
2. Telewizor nie jest w naszym domu domownikiem, a jedynie rzadko zapraszany gościem.
3. Nasze dziecko ogląda tylko wybrane programy.
4. Nasze dziecko ogląda telewizję w naszej obecności. Po obejrzanym programie rozmawiamy na temat jego treści, pomagając dziecku w jej zrozumieniu i ocenie.
5. Dzieci wychowują rodzice, a nie telewizor.
6. Wychowanie dziecka nie polega na posadzeniu go przed telewizorem. Dlatego aktywnie i świadomie uczestniczymy w procesie wychowania naszego dziecka, ograniczając mu dostęp do tego, co szkodliwe, a podejmując działania korzystne.
7. Dzień z telewizorem to dzień stracony!

W codziennym zabieganiu rodziców nie powinno zabraknąć czasu na autentyczne przebywanie z dzieckiem – na przeczytanie książeczki, pełną radosnego śmiechu zabawę, spacer, rozmowę o tym, co czuje, o jego marzeniach. Takie rodzicielskie postawy budzą w dziecku zaufanie i miłość do świata i ludzi, budują pozytywny obraz samego siebie, zaspokajają tak ważną potrzebę bezpieczeństwa.

Opracowała Sandra Hübner

Bibliografia:

1. *Nicholas Kardaras „Dzieci ekranu. Jak uzależnienie od ekranu przejmuje kontrolę nad naszymi dziećmi - i jak wyrwać je z transu”, Wyd: CeDeWu Sp. z o.o. 2018r.*