

Kontakt

Poradnia Psychologiczno – Pedagogiczna w Opocznie

ul. Armii Krajowej 2, 26-300 Opoczno

Tel./fax 44/ 736-14-62

email: pppopoczno@gmail.com



Specjaliści z zakresu:

- *psychologii*
- *pedagogiki*
- *logopedii*
- *terapii uzależnień*
- *terapii rodzin*

Nieodpłatna pomoc dla dzieci od urodzenia do czasu zakończenia edukacji; rodziców i nauczycieli.

**Możliwość uzyskania porady drogą mailową
od 1 października 2013r.**

Opracowała: mgr Grażyna Miękus

PRZYWIĄZANE DO TELEWIZORA



Ekran jest oknem do świata, w który dziecko wchodzi całym sobą. To dlatego gdy ogląda audycje siedzi jak zahipnotyzowane, nie reaguje na sygnały z otoczenia i nie słyszy co się do niego mówi.

Dzieci uwielbiają telewizję i chętnie oglądają prawie wszystko. Nic w tym złego, jeśli nie robią tego zbyt długo i zbyt często.

Mimo, że telewizja ma duży wpływ na nie to jednak o tym jak jest on wielki decydują rodzice. Tymczasem w wielu rodzinach telewizja zaczyna zastępować rodzica poprzez uwalnianie go od zajmowania się dzieckiem nawet na kilka godzin. Rodzice też bywają przekonani, że jest to rozwijające i kształtujące zajęcie dla dziecka.

Badania przeprowadzone w Polsce oraz w innych krajach europejskich wskazują na fałszywość tych przekonań:

- dziecko odpoczywa przy telewizorze – fałsz!

dzieci nie są przystosowane do nadmiaru bodźców, które są emitowane przez telewizję i komputer. Powoduje to rozdrażnienie, różne lęki, napięcie, skraca sen, uzależnia od silnych bodźców.

Odstawione od telewizora dostaje ataku złości, nie potrafi kreatywnie się bawić, nie chce wychodzić na dwór.

- dziecko lepiej się rozwija – fałsz!

oglądanie telewizji ponad miarę powoduje zwolnienie tempa rozwoju. Ujawnia się to wolniejszym nabywaniem mowy, ubogim słownictwem, słabszym czytaniem, gorszymi wynikami w nauce, zmniejszeniem ciekawości intelektualnej.

Im więcej czasu dziecko ogląda telewizję przed 3 rokiem życia tym mniej angażuje się w naukę w wieku 10 lat.

- dziecko uczy się intensywnie – fałsz!

telewizja tłumi wyobraźnię, podsuwając gotowe obrazy które po chwili są zapominane. Ruchome obrazy przyciągają uwagę i w efekcie książki, które ich nie mają przestają być interesujące, bo wymagają skupienia i wysiłku intelektualnego.

Każda godzina spędzona przed telewizorem między 5 a 11 rokiem życia zwiększa o 50% prawdopodobieństwo pojawienia się zaburzenia uwagi w wieku 13 lat.

- dziecko uczy się norm moralnych – fałsz!

atrakcyjne są postaci przyciągające uwagę np. poprzez przemoc co rodzi zagrożenie przejmowaniem nieodpowiednich wzorców zachowań. Dzieci często z postaciami z telewizji są bardziej związane niż ze swoją rodziną.

- bogaci słownictwo – fałsz!

nadmierne oglądanie telewizji powoduje, iż mowa jest chaotyczna, występują trudności w nawiązywaniu kontaktów społecznych i prowadzeniu rozmowy. Nieumiejętność nawiązywania relacji społecznych prowadzi do osłabienia zdolności przystosowawczych

Zbyt długi czas spędzony na oglądaniu telewizji niesie też inne zagrożenia, sprzyjając:

- wielu chorobom poprzez ograniczenie aktywności ruchowej: np.: otyłość, skrzywienia kręgosłupa, wady wzroku, uzależnienie;

- osłabieniu więzi rodzinnych poprzez ograniczenie wspólnie spędzanego czasu;

- zaburzeniom zachowania poprzez zwiększenie impulsywności, zmniejszenie wytrwałości, osłabienie uwagi, zacieranie różnic między światem realnym a prezentowanym w obrazie telewizyjnym, osłabienie uczuciowości wyższej, zdolności empatii, samodzielności sądenia i dokonywania wyborów.

Niestety zalet oglądania telewizji jest dużo mniej. Niewątpliwie dzięki niej możemy zobaczyć i poznać to czego nie ma w naszym otoczeniu. W wielu rozbudza ciekawość, chęć zbadania rzeczywistości, sprawdzenia czy tak się faktycznie dzieje jak pokazuje obraz. Do tego jednak potrzebna jest pewna dojrzałość i samodzielność myślenia.

Ważne jest więc bezpieczne oglądanie:

- określony czas oglądania telewizji – nie więcej niż 1 godzina dziennie,
- włączony telewizor nie towarzyszy innym zajęciom,
- oglądamy razem z dzieckiem,
- rozmawiamy o tym co jest treścią programu, wyjaśniamy, odnosimy do rzeczywistości,
- eliminujemy programy ze scenami przemocy i wzbudzające strach.

WAŻNE!

Telewizja nie może być nagrodą, karą czy odpoczynkiem od dziecka, bo wyrabia to złe nawyki i powoduje konflikty.

CIEKAWY:

Im mniej dzieci oglądają telewizję tym rzadziej domagają się by kupować im zabawki i różne inne rzeczy.