

# КОНСУЛЬТАЦИЯ для РОДИТЕЛЕЙ

## ВЛИЯНИЕ ТЕЛЕВИДЕНИЯ И КОМПЬЮТЕРНЫХ ИГР НА ПСИХИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ ДОШКОЛЬНИКОВ

В эпоху бурного развития информационных технологий компьютер воспринимается как неотъемлемая часть нашей жизни. Большинство современных детей вообще не представляют себе без него ни досуг, ни обучение и часами просиживают один на один со светящимся экраном.

Большое количество родителей с раннего возраста приучают детей к компьютеру и телевизору, возможно и не осознавая того. Очень удобно, что ребенок чем-то занят, и у родителей при этом высвобождается какое-то время для собственных дел, а это так важно, особенно для мам. Да и знания детям также часто дает телевизор, показывает мир, новых людей и новые города.

Конечно же, никто не отрицает значение телевизионных передач и для развлечения, и для расширения кругозора наших детей. Просто надо помнить старое доброе правило, что все хорошо в меру, и телевизионные передачи в том числе. Естественно, что нет никакого вреда от того, что ваш ребенок посмотрит хороший фильм или обучающую программу, но если он сидит полдня, не отходя от телевизора или компьютера, то ничего, кроме вреда это принести не может, даже если сами по себе передачи и полезные.

Но, кроме чисто физических, существуют и психологические причины, по которым чрезмерное злоупотребление телевизионными программами тоже вредно для детей. Телевизор приучает нас к пассивному восприятию информации, так как мы сами ни вмешаться в ход действия, ни изменить или разнообразить его, ни принять в нем какое-то участие не можем. При этом, если при чтении книги нам приходится дополнять фантазии художника, то телевизионные программы не дают нам и этой возможности.

Уже в 4-5 лет такие дети обожают смотреть боевики, играть в «стрелялки» и отказываются смотреть наши отечественные мультфильмы и сказки, говоря, что это им неинтересно. Современное западное искусство изменяет, деформирует психику ребенка. Конечно, прежде всего, речь идет о мультфильмах и компьютерных играх. Чудовищно воздействуя на воображение ребенка, они дают новые установки и модели поведения. И первое, что хотелось бы отметить, это агрессивность героев. Главные герои мультфильмов или компьютерных игр калечат или убивают других персонажей, причем подробности детально раскрываются и многократно повторяются.

Что переживает ребенок, просматривая такой мультфильм? Естественно, он идентифицирует себя с его героями, усваивает агрессивные модели поведения. Последствиями просмотров такого мультфильма и компьютерных игр могут стать жестокость, безжалостность ребенка в реальной жизни. Исследованиями доказано, что регулярный просмотр агрессивных телепередач и игр детьми

дошкольного и младшего школьного возраста – предвестник совершения ими серьезных уголовных преступлений к 30 –летнему возрасту.

Можно проследить и достаточное множество сцен неуважительного, безнаказанного отношения к пожилым, немощным людям, животным, растениям. «Воспитательный эффект» таких мультфильмов не заставит себя ждать, и первыми его почувствуют родители – в форме циничных высказываний, неприличных жестов, грубости и безжалостности.

Дети, которые смотрят подряд все телевизионные передачи, особенно не предназначенные для их восприятия (например, телесериалы, значительно более пассивны, чем их сверстники. Им все труднее становится находить общий язык с партнерами по игре, они не могут договариваться, решать спорные и конфликтные ситуации, привыкая решать все сложности нажатием кнопок и доминированием над противником. При этом темы их игр лишены самостоятельности. Они чаще всего являются воспроизведением увиденного накануне по телевизору или в компьютерной игре, что свидетельствует о бедности воображения. Недостаток творческой активности отмечается не только в игре, но и на занятиях.

Родителям необходимо помнить о том, что смысл ярких вставок в транслируемых мультфильмах совсем в другом – в гипнотическом приучении детей к экрану. Подобранный ритм, мерцание, шум действуют на психику, маленький человек впадает в транс и притягивается к экрану всё больше и больше, «заглатывая» зачастую ненужную информацию. Сам ребенок не может оторваться от него, а когда родители пытаются выключить «ящик», впадает в бешенство, истошно кричит, кидается в драку. Эта зависимость подобна наркотической!

За последние годы резко увеличилось количество детей, которые умеют воспринимать только зрительную информацию. Слова проходят мимо них. В школе «телевоспитанники» испытывают большие затруднения со сменой привычного визуального восприятия на вербальный (слуховой). Ведь их обучает не телевизор, а живой учитель, которого они не способны услышать, а значит и понять.

Дети так устроены, что лучше всего познают мир именно с помощью игр. Игра – источник удовольствия и вполне естественное времяпрепровождение для малыша. Компьютер в данном случае – чудесная возможность совместить приятное с полезным. Ведь существует масса специальных игр, направленных на развитие интеллекта, памяти, моторики. Дети, проводящие по полчаса в день за такими познавательными играми, в результате имеют более устойчивую психику и лучше приспособлены к учебному процессу. Поэтому нерационально отказываться от благ цивилизации, полностью отгораживая ребенка от компьютерных игр.

Очевидно, что далеко не все игры полезны. Жестокие игры с элементами насилия лучше спрятать подальше от глаз ребенка. Дело в том, что дети с трудом различают реальную жизнь и виртуальную. Регулярно играя в различные «стрелялки», ребенок становится агрессивным и может считать

насилие нормальной моделью поведения и даже способом решения проблем. Конечно, гангстерские игры наиболее деструктивно влияют на тех детей, которые и без того имеют склонность к агрессии. Но и для остальных детей пользы от них немного.

Кроме того, что родители должны следить за тем, в какие игры играет ребенок, они еще должны контролировать время, которое посвящается этому занятию. Даже в развивающие игры лучше не играть дольше часа в день – дети часто не могут остановиться и часто могут раздумывать над разгадкой очередной тайны весь день, отвлекаясь от уроков. Кроме того, длительное пребывание перед монитором негативно сказывается на многих функциях организма - зрении, костно-мышечном аппарате, высшей нервной деятельности и т.д.

Психологическая зависимость от компьютерных игр – «меньшее из зол», она не так страшна как алкоголизм или наркомания. И тем не менее чрезмерное увлечение играми все же сказывается на психике – игроманы эмоционально неустойчивы, чрезмерно раздражительны и вспыльчивы. Им сложно адаптироваться в реальной жизни, окружающий мир становится скучным и неинтересным, а это становится причиной для ухудшения настроения и самочувствия. У детей появляются проблемы с учебой.

Чрезмерное увлечение компьютерными играми приводит к тому, что дети перестают фантазировать. Они с трудом обобщают и анализируют информацию, хуже работают некоторые виды памяти.

Подводя итоги, можно сделать вывод о том, что правильно подобранные компьютерные игры в умеренных количествах не приносят никакого вреда, а могут оказаться полезными для развития важных навыков у ребенка – внимательности, усидчивости, сообразительности.

Хотелось бы обратиться с большой просьбой к родителям. Пожалуйста, обращайте внимание на игры ваших детей, на тот поток информации, который льётся с экрана телевизора или компьютера. Помните: не все мультфильмы и компьютерные игры рассчитаны на них. Введите цензуру на просмотр телепередач и компьютерных игр. Не оставляйте ребенка одного в этом сложном мире информации. Интересуйтесь, какие игры ему нравятся, какие книги, какие мультфильмы он предпочитает смотреть, почему? Если не Вы, то кто поможет вашему ребенку разобраться во всем этом окружающем многообразии, в своих эмоциях? Помните, что предупредить эмоциональные нарушения ребенка гораздо легче, чем их потом исправить! Любите своих детей!