

Как уберечь ребенка от негативного влияния телевизора и компьютерных игр



Как уберечь ребенка от негативного влияния Телевизора и компьютерных игр

Чем и насколько опасен «голубой экран», чем и насколько опасна игровая приставка? Эти вопросы очень волнуют мам и пап — родители боятся, что несколько лет спустя их малыш превратится в подростка, зависимого от «ящика» и «игрушек».

От голубого экрана никуда не деться. Даже для младенцев созданы специальные телеканалы, превозносящие себя как лучшее средство воспитания ребенка.

А о чем говорят научные исследования?

- У детей, которые часто и подолгу смотрят телевизор, словарь не такой богатый, как у тех, кто не смотрит.

- Время перед телевизором — время пассивности: передача обращена только к эмоциям ребенка, никаких действий от него не требуется, психомоторное развитие на этот период замирает, между тем как эмоциональные конфликты легче всего разрешить именно с помощью подвижных игр и вообще движения.

Что вы можете сделать

До трех лет.

- **Не сажайте ребенка перед телевизором.** Может быть, телевизор поможет вам занять ребенка, но «занять» ребенка не означает заниматься им!

- **Если у вас нет возможности поиграть с малышом,** пусть он лучше возится рядом с вами со своими игрушками, чем сидит перед телевизором.

- **Двухлетний** ребенок обладает колоссальными творческими ресурсами, которые позволяют ему самому находить себе занятия, и играть он может с любыми предметами, порой — совершенно пустячными.

После трех лет.

Иначе обстоит дело, когда малыш овладевает речью и начинает хорошо говорить. Если он смотрит мультфильм, вы можете потом поговорить об увиденном, вот только проблемы пассивности это не снимет.

- **Предусматривайте время для игр и ограничивайте сидение перед телевизором.**

- **Используйте телевизор для общения с ребенком:** смотрите вместе с ним передачи, комментируйте то, что он видит, отвечайте на вопросы малыша.

С четырех-пяти лет.

Вдобавок к телевизору ваш ребенок начинает интересоваться компьютерными играми.

Ребенку, который склонен замыкаться к себе, уединяться, мир компьютерных игр дарит ощущение некоторой автономии, независимости от других.

В отличие от игрушек дуду игровая приставка — отнюдь не «переходный объект», и она не предназначена для утешения ребенка, скучающего в разлуке с мамой. Может быть, вы, собравшись приобрести эту игрушку, решите подождать, пока ребенок не пойдет в школу. А может быть, ребенок попросит вас подарить ему игровую приставку ко дню рождения или к Новому году. В этих и в любых подобных случаях всё зависит от вашей способности сопротивляться его просьбам до того момента или возраста, который вы назначили для этой покупки.

Когда ребенок идет в детский сад, начинаются обсуждения телепередач и компьютерных игр с друзьями.

- Как телевизор, так и игровая приставка должны использоваться только под вашим контролем.

- Если речь о видеоигре, предупреждайте ребенка о том, сколько времени вы ему на эту игру отводите, до того, как он начнет играть, и выдерживайте этот срок.

- Если речь о телепередаче или мультфильме, то, прежде чем ограничивать время просмотра, загляните в программу и выясните, сколько времени идет эта передача или этот фильм: выключить телевизор «на самом интересном месте» — лучший способ спровоцировать приступ гнева или конфликт.

В шесть-семь лет.

Ваш ребенок настолько поглощен фильмом, что вы начинаете опасаться, как бы он не стал путать реальность с вымыслом.

- Ночные кошмары и трудности засыпания часто бывают связаны с просмотром страшных фильмов — даже у больших детей.

- Часто тревожные дети, которых приводят на консультацию к психологу, легко соглашаются на то, чтобы родители установили для них правила просмотра и ограничения во времени — им так легче.

- **Важно отбирать фильмы** для просмотра ребенком, даже если он уверяет вас, что ничего не боится.

Может ли телевизор вредить обучению?

- Нет, если его использование ограничено по времени и если вы параллельно находите ребенку другие занятия дома и вне дома, водите его в кино, рассказываете ему сказки.

- Телевизор и сам может быть помощником в воспитании и образовании малыша, и этим его свойством не стоит пренебрегать.

- Просмотр телепередач даст вашему ребенку возможность включать своих любимых героев в игры с друзьями по детскому саду и обсуждать с ними увиденное.

Влияние телевизора на семью

Научные исследования показали, что у детей, которые часто и подолгу смотрят телевизор, ослабевает ощущение принадлежности к семье. Необходимо предусмотреть время, когда члены семьи общаются между собой без телевизора.

- Подумайте о том, сколько времени вы сами проводите перед голубым экраном.

- Есть ли у вас другие интересы? Какой пример вы подаете ребенку?

- Тем не менее ребенок должен понимать, что взрослые, отправив его спать, имеют право смотреть телевизор. Точно так же, как они имеют право ложиться позже детей!

- Сколько бы лет ни было вашему ребенку, не ставьте телевизор в его комнате.