

Środki masowego przekazu

I) Internet, komputer

a) wpływ komputera i Internetu na rozwój i wychowanie dzieci i młodzieży.

Największym wynalazkiem XX wieku, który usprawnił pracę milionom ludzi na całym świecie jest komputer. Jest on również źródłem wielorakiej rozrywki. Wpływ komputera i Internetu na rozwój i wychowanie dzieci i młodzieży ma charakter wieloaspektowy. Poprzez wynalazek, o którym mowa, dzieci i młodzież ulegają bezustannej akceleracji /przyspieszenia rozwoju/ we wszystkich sferach swego rozwoju.

Coraz częściej jednak pojawiają się głosy na temat negatywnego wpływu komputera i Internetu na zdrowie człowieka. Nie wszyscy jednak a zwłaszcza rodzice, zdają sobie sprawę z zagrożeń, do jakich prowadzić może częste i niekontrolowane korzystanie z komputera. Do najczęstszych zagrożeń, przed którymi ostrzegają nas psycholodzy, lekarze i pedagodzy należą: stres towarzyszący korzystaniu z gier komputerowych, problemy wynikające z długotrwałego przebywania w tej samej pozycji, uzależnienia od komputera i od Internetu. Pojawiają się także wątpliwości, jakie budzi łatwy i niekontrolowany dostęp dzieci i młodzieży do stron internetowych zawierających demoralizujące treści, obrazy i filmy.

Wpływ komputera i Internetu na rozwój fizyczny dzieci i młodzieży.

Młodzież a w szczególności dzieci, znajdują się w okresie intensywnego rozwoju fizycznego. Pozytywny wpływ komputera i Internetu na ich zdrowie przejawia się w ćwiczeniu spostrzegawczości i refleksu, doskonaleniu koordynacji wzrokowo-ruchowej, szybkiej reakcji na bodźce, możliwości uzyskania informacji /nie wiadomości/ na różnorodne tematy związane z potrzebami i zainteresowaniami dzieci i młodzieży. Istnieje też możliwość wskazania właściwych postaw zdrowotnych i zachowań prozdrowotnych.



Jednakże, wielu użytkowników komputerów cierpi na różnego rodzaju dolegliwości nabyte w związku z „pracą” z komputerem. Częste i długotrwałe korzystanie z tego „dobrodziejstwa” powodować może nadwyrężenie mięśni nadgarstka, dolegliwości bólowe dolnych części kręgosłupa i pleców, sztywność i napięcie karku i pasa barkowego, podrażnienia błony śluzowej oczu, męczenie się wzroku, bóle i zawroty głowy i ogólne zmęczenie organizmu.

Wnioskując zatem - nadmierne korzystanie z komputera przez dzieci i młodzież naraża je na niebezpieczeństwo utraty zdrowia: pojawienia się lub pogłębienia istniejącej wady wzroku, wystąpienia wad postawy skrzywienie kręgosłupa i zwyrodnienie stawów/, otyłości a także wystąpienia zaburzeń centralnego układu nerwowego na skutek stresu towarzyszącego „zabawie” z komputerem, co może mieć negatywny wpływ na ich dalsze życie.

Wpływ komputera i Internetu na psychikę dzieci i młodzieży.

Okres dzieciństwa i młodości to okres kształtowania się osobowości. Komputer i Internet mogą wówczas mieć pozytywny wpływ na psychikę młodego pokolenia poprzez pobudzanie myślenia /zwłaszcza kreatywnego/, rozwijanie procesów poznawczych, umożliwienie kształtowania konkretnych umiejętności, zachowań w określonych sytuacjach oraz wzmocnienie poczucia własnej wartości i umacnianie wiary we własne siły poprzez trafne rozwiązywanie problemów, rozszerzenie możliwości i doskonalenie umiejętności.

Jednak z drugiej strony komputer, Internet a także niekontrolowane i nieumiarkowane korzystanie z gier komputerowych wywierać mogą zdecydowanie negatywny /wręcz niebezpieczny/ wpływ na rozwój psychiczny młodego człowieka, hamując go a nawet prowadząc do „skrzywienia” nieukształtowanej jeszcze w pełni osobowości. Ten niekorzystny wpływ przejawiać się może:

- zaburzeniami interpersonalnymi polegającymi na utracie zdolności porozumiewania się z najbliższym otoczeniem;
- pojawieniem się lęku przed kontaktami z ludźmi, zerwaniem kontaktów rówieśniczych, niechęć do podejmowania wspólnej zabawy;
- zaburzeniami emocjonalnymi t.j. osamotnienie, izolacja, oderwani od życia i uciekanie w świat fikcji czy rozładowywanie napięć przez używanie komputera;
- deformacją osobowości poprzez wyzwalanie postawy agresji, okrucieństwa i przemocy w przypadku wielu gier wojennych, sensacyjnych, czy kryminalnych.

Wpływ komputera i Internetu na rozwój moralny dzieci i młodzieży.

Od najmłodszych lat w dzieciach i młodzieży kształtują się postawy moralne wobec otaczającej je rzeczywistości. Komputer i Internet mogą „służyć” pozytywnie na kształtowanie tych postaw poprzez umożliwienie kontaktu z różnymi ludźmi, wymianę poglądów z innymi, wymianę zainteresowań, umożliwienie włączenia się do ogólnokrajowych grup dyskusyjnych a także poprzez kształtowanie właściwych postaw etycznych, prawnych oraz wartości tj. poszanowanie kodeksu postępowania internautów, poszanowanie własności intelektualnej, bezpieczeństwo i poufność danych, postawa potępiająca wobec szkodnictwa i wandalizmu oraz przestępczości komputerowej a także szeroko rozumiana uczciwość, pracowitość, systematyczność i sumienność w wykonywaniu zadań.

Jednak obok walorów płynących z bycia użytkownikiem komputera i Internetu kryje się ogrom niebezpieczeństw, które mogą wywierać zgubny wpływ na postawy moralne młodego pokolenia.



Przyczyniają się do tego między innymi:

- łatwy, niekontrolowany dostęp do niebezpiecznych, bądź demoralizujących treści /witryny pornograficzne, dotyczące zbrodni seksualnych, propagujące rasizm, nietolerancję, pogardę dla wartości humanistycznych, głoszące fanatyzm religijny, skrajne poglądy polityczne i terroryzm/;
- możliwość nawiązania kontaktu z niepożądanymi także niebezpiecznymi osobami, przejawiającymi skłonności homoseksualne, pedofilskie i inne dewiacje;
- częsty kontakt z obrazami zła i przemocy prowadzący w efekcie do uodpornienia osobnika na ból i krzywdę drugiego człowieka, do znieczulicy oraz do milczącej akceptacji i postawy przyzwolenia dla agresji, okrucieństwa i przemocy.

Wpływ komputera i Internetu na zachowania społeczne dzieci i młodzieży.

Proces wychowawczy obejmuje między innymi kształtowanie zachowań społecznych dzieci i młodzieży. Komputer i Internet korzystnie wpływa na tę sferę poprzez rozwijanie samodzielności, możliwość kontaktu z ciekawymi ludźmi, poznanie ich poglądów, wymianę doświadczeń i zainteresowań, poszerzenie kręgu znajomych, dostarczanie rozrywki i relaksu a także pomoc w wyszukiwaniu informacji na interesujące tematy.

Podobnie jak w powyższych przypadkach, komputer i Internet mogą wywierać negatywny wpływ na kształtowanie społecznego aspektu wychowania. Przyczynia się do tego między innymi:

- anonimowość, wyzwalająca zachowania nieetyczne i brak „hamulców”;
- wzajemne odizolowanie od siebie użytkowników sieci, prowadzące do rozluźnienia więzi społecznych, do wyeliminowania młodych użytkowników z grup rówieśniczych, z czasem nawet do zerwania kontaktów z własnym środowiskiem i najbliższą rodziną.

W szerszym kontekście może to prowadzić do zupełnej izolacji dzieci i młodzieży, a w konsekwencji do rozpadu więzi społecznych.

Wpływ komputera i Internetu na rozwój intelektualny dzieci i młodzieży.

Rozwojowi **fizycznemu i psychicznemu** człowieka od najmłodszych lat towarzyszy rozwój intelektualny. Komputer i Internet mogą go wspomagać poprzez dostęp do ogromnych zasobów informacji, jej selekcję i przyswajanie, stymulowanie procesów poznawczych, kształcenie umiejętności samodzielnego wykonywania zadań i rozwiązywania problemów z pomocą komputera, wyrabianie samodzielnego i twórczego myślenia, wykorzystywanie różnych źródeł informacji oraz kształcenie umiejętności korzystania z komputera w nauce, stosowanie programów edukacyjnych umożliwiających indywidualizację procesu nauczania, wzrost efektywności nauczania, przyzwyczajanie uczniów do możliwości korzystania z nowych technik w uczeniu się, przygotowanie ucznia do ustawicznego samokształcenia multimedialne programy edukacyjne, kursy, nauczanie na odległość/ oraz uzupełnianie braków edukacyjnych.

Również w przypadku rozwoju intelektualnego komputery i Internet mogą wywierać negatywny wpływ na dzieci i młodzież. Do zagrożeń zaliczyć można "szok informacyjny", gdy treści informacyjne napływają zbyt szybko i w ilościach przekraczających zdolność umysłu dziecka do selekcji informacji /na ważne i potrzebne oraz bezwartościowe.

U człowieka rozsądnego i świadomego proporcja między wiedzą a zakresem informacji powinna być utrzymywana w granicach równowagi. Ubóstwo informacji, przy największej nawet wiedzy, tworzy obraz źle przystosowanego do życia odludka. Natomiast nadmiar informacji, bez odpowiedniej wiedzy, określa osobę „płytką” intelektualnie, niezdolną do formułowania samodzielnego sądów i podatną na manipulacje innych. Bezskrytyczne zaufanie do możliwości komputera prowadzi dziecko do lekceważenia roli przedszkola lub szkoły i zmniejszenia wychowawczego wpływu nauczyciela.

W związku z powyższym, w czasach zdominowanych przez technikę i nawał informacji, szczególnego znaczenia nabiera problem odpowiedzialnego kształcenia informatycznego dzieci i młodzieży. Wyzwaniem dla rodziców i wszystkich szczebli edukacyjnych powinno być dążenie do tego, aby w procesie wychowawczo-edukacyjnym pojawiały się często treści prozdrowotne mające na celu wykształcenie w dzieciach nawyku takiego posługiwania się komputerem i Internetem, aby wynalazki te nie zagrażały zdrowiu „młodego człowieka” ani też jego kontaktom międzyludzkim a szczególnie właściwym postawom i zachowaniom społecznym. Pojawia się tu potrzeba prowadzenia pedagogizacji rodziców na temat zagrożeń wynikających z niekontrolowanego i długotrwałego korzystania z komputera i Internetu.

Jak zapobiegać możliwości wystąpienia tych zagrożeń?

W niektórych krajach podejmowane były nieśmiałe akcje zmierzające do wprowadzenia pewnych ograniczeń i kontroli serwerów internetowych, ale próby stosowania jakiegokolwiek cenzury w Internecie spotykają się z ostrą krytyką ze strony internautów. Dlatego z problemem dostępu dzieci i młodzieży do witryn przeznaczonych „tylko dla dorosłych” muszą sobie radzić sami rodzice i nauczyciele.

Ochrona ich zdrowia fizycznego i psychicznego wymaga jednak połączonych wysiłków wychowawczych ze strony domu rodzinnego i placówki oświatowej, do której uczęszcza dziecko - działanie tylko jednej ze stron nie odniesie oczekiwanego skutku. Można jednak pokusić się o sformułowanie najogólniejszych zasad, chroniących przed negatywnym wpływem korzystania z komputera, Internetu i gier komputerowych. Są to:

- uświadamianie rodzicom dzieci i młodzieży istniejących, ww. zagrożeń;
- konieczność wychowywania dzieci i młodzieży w poszanowaniu właściwych postaw etycznych;
- ustalenie zasad korzystania z komputera z wyraźnym wypunktowaniem zasad korzystania z Internetu i z gier komputerowych;
- kontrolowanie czasu spędzanego przez dzieci i młodzież przy zabawie na komputerze;
- wpajanie im zasad umiarkowanego, rozsądnego korzystania z dobrodziejstw technologii informacyjnej;
- kierowanie zainteresowań dzieci i młodzieży w stronę gier rozwijających osobowość i programów edukacyjnych;
- otaczanie zainteresowaniem ich „poczyznań” na komputerze, nie pozostawianie bez nadzoru; konsekwentne i stanowcze interweniowanie w przypadku nie przestrzegania ustalonych zasad korzystania z komputera i Internetu;
- domaganie się od producentów oprogramowania zabezpieczeń przed możliwością łatwego, a nawet przypadkowego docierania do witryn zawierających szkodliwe dla „młodych ludzi” treści, obrazy i filmy;
- kontrolowanie adresów, charakteru i poziomu odwiedzanych przez dzieci i młodzież witryn; sprawdzanie, z jakiego rodzaju usług sieciowych korzystają;
- stwarzanie możliwości do wspólnego spędzania czasu z rodziną, z kolegami w celu rozwijania umiejętności interpersonalnych i współpracy oraz pielęgnowania związków rodzinnych, koleżeńskich i przyjaźni;
- rozwijanie w dzieciach i młodzieży zainteresowań i hobby nie związanych z komputerem oraz kierowanie ich w stronę sportu, stanowiącego rozsądną przeciwwagę dla godzin spędzanych w bezruchu przy komputerze.

b) Rola Internetu w upowszechnianiu kultury.

Internet jest jednym z największych wynalazków końca dwudziestego stulecia. W bardzo krótkim czasie rozprzestrzenił się na całym świecie i objął swoim zasięgiem niemal wszystkie dziedziny życia. Dzięki niemu jesteśmy zawsze „na bieżąco” i mamy dostęp do najświeższych wiadomości z dziedziny: polityki, sportu, czy kultury.

Kultura jest jedną z tych dziedzin, którym rozwój Internetu niewątpliwie pomógł w dotarciu do szerokiego grona odbiorców. Dziś nie trzeba już dopytywać się znajomych i przyjaciół o najnowszy

repertuar kinowy czy teatralny; nie trzeba szukać na słupach ogłoszeniowych informacji o miejscu i czasie odbywania się najbliższej wystawy czy koncertu – wszystkie te informacje (a także wiele innych) znajdziemy w zasobach ogólnosiwiatowej Sieci.

Choć pójście do kina rzadko kiedy jest kojarzone z Internetem, to w Sieci zawartych jest bardzo dużo pożytecznych informacji, które przydadzą się nie tylko zagorzałym miłośnikom wielkiego ekranu, ale także tym, którzy chcą jedynie wypożyczyć kasetę z cenionym przez krytyków filmem, lub poznać najnowsze ciekawostki ze świata filmu. Istnieje obecnie wiele serwisów internetowych, na których znaleźć można zarówno krótkie opisy, jak i profesjonalne recenzje filmów wchodzących na ekrany kin wraz z fotografiami lub fragmentami filmów. Na tego typu stronach znajdziemy również wiele innych informacji, które dadzą nam rozeznanie w aktualnym repertuarze filmowym.



W dzisiejszych skomputeryzowanych czasach, niejednokrotnie wyrażane są opinie, że książka jest przeżytkiem, reliktem przeszłości. Nic jednak nie wskazuje na to, aby literatura w swojej tradycyjnej formie miała zniknąć z życia ludzi. Co więcej, książki, które przez lata propagowały m.in. tematykę komputerową, teraz same korzystają z promocji, jaką daje im Internet. W Sieci odnajdziemy bardzo wiele miejsc poświęconych najróżniejszym rodzajom i gatunkom literackim. Szczególne miejsce zajmują wśród nich strony opisujące życie i twórczość najświetniejszych artystów tej dziedziny sztuki. Oprócz szczegółowych biografii i opisów twórczości najpopularniejszych światowych pisarzy, na stronach tak zwanych „bibliotek internetowych” znajdziemy również wiele tytułów zapisanych w formie elektronicznej, z którymi będziemy się mogli zapoznać i je przeczytać. Dowiemy się również o ostatnio wydanych pozycjach. Na specjalnych serwisach nie zabraknie też wnikliwych recenzji setek tysięcy tytułów z całego świata. Wszystko to pozwoli nam w krótkim czasie odnaleźć interesującą nas książkę, aby następnie móc ją zakupić i oddać się jej lekturze. Dużym zainteresowaniem cieszą się również strony internetowe poświęcone poezji. Odnaleźć na nich można utwory zarówno znanych twórców, jak i początkujących artystów, którym nie udało się jeszcze opublikować dzieł w tradycyjnej, książkowej formie.

Jedną z najbardziej prestiżowych dziedzin kultury jest malarstwo. Jednakże najcenniejsze dzieła przechowywane są w sejfach lub za pancernymi szybami w muzeach i dlatego nie każdy ma możliwość

obejrzeć je z bliska. Szansą na poznanie dorobku wielkich malarzy może stać się Internet. Znajdziemy w nim tysiące stron poświęconych mistrzom pędzla, na których zamieszczone są biografie i wspomnienia o najwybitniejszych malarzach każdej z epok, a także tytuły i zdjęcia ich największych dzieł. Z kolei początkujący malarze mogą za pośrednictwem Internetu zaprezentować swoją twórczość szerokiemu gronu odbiorców. Oprócz tego na stronach specjalnych lokalnych serwisów internetowych dowiemy się gdzie i kiedy odwiedzić będziemy mogli interesującą nas wystawę malarską..

Kolejną dziedziną kultury i sztuki, mającą wielu miłośników, jest architektura. Na stronach jej poświęconych znajdziemy informacje nie tylko o współczesnych budowlach, ale również o perłach architektury sprzed wieków. W Internecie znajdziemy informacje z zakresu historii zarówno całej architektury, jak i poszczególnych budowli na całym świecie, zarówno słynnych, jak i tych mniej znanych.

Szczególą rolę w upowszechnianiu kultury pełnią serwisy informacyjne. Są to strony, dzięki którym uzyskamy natychmiastowy dostęp do najświeższych informacji. Stanowią one alternatywę dla prasy, radia i telewizji. Trzy wymienione przed chwilą środki przekazu są ograniczone bądź cyklem produkcyjnym (jak jest to w przypadku gazet i czasopism), bądź też ramówką programową, dlatego nie są w stanie na bieżąco informować o wszystkich wydarzeniach ze świata kultury. Z pomocą przychodzi tu Internet. Jego użytkownicy przeczytają, a niejednokrotnie obejrzą w nim relacje z wydarzeń mających miejsce dosłownie wcześniej na drugim końcu świata.

Choć są to tylko niektóre z możliwych zastosowań Internetu w propagowaniu kultury, udowadniają one, jak wiele nowych sposobów dotarcia do masowego odbiorcy ta dziedzina życia zyskała wraz z rozwojem ogólnosiwiatowej Sieci. Z biegiem lat Internet dociera do coraz większej liczby ludzi na całej Ziemi. Od początku swojego istnienia Internet sprzyjał szerzeniu kultury, a wraz z jego rozwojem kultura będzie docierać do coraz to szerszego grona odbiorców.

c) Gry komputerowe.

Zjawisko gier komputerowych budzi obecnie niezwykle silne i jednocześnie bardzo różnorodne emocje.

Dostrzegamy z jednej strony, iż gry komputerowe są nowoczesną i bardzo atrakcyjną formą zabawy, pozwalającą przeżyć wiele fascynujących przygód w wirtualnym świecie. Z drugiej strony często przerażają nas – rodziców, pedagogów, wychowawców, gdyż zawierają wiele elementów przemocy i wyrafinowanego okrucieństwa. Wywołują więc uzasadniony niepokój, co do negatywnego wpływu tych treści na rozwój młodego człowieka.



W poradniach psychologicznych zaś – z przykrością trzeba stwierdzić - coraz częściej pojawiają się zrozpaczeni rodzice dzieci uzależnionych od gier komputerowych.

Droga uzależnienia od komputera i gier komputerowych:

Uzależnienie od komputera, gier komputerowych zaczyna się zazwyczaj bardzo niewinnie. Najpierw jest ciekawość i zafascynowanie, dziecko spędza wiele czasu przy grach komputerowych. Rodzice z dumą patrzą na swoje kilku - czy kilkunastoletnie dziecko, które sprawnie obsługuje komputer, uważając je za młodego geniusza. Rodzice często przyzwalają na to, aby ich dorastający syn czy córka spędzało wiele godzin przed komputerem, gdyż są przekonani, że dzięki niemu ich pociecha może rozwinąć swoje zainteresowania, a równocześnie jest w domu pod czujnym okiem - rodziców. Jednak z czasem młody człowiek spędza coraz więcej czasu przy grach komputerowych, natomiast przy próbie oderwania od komputera reaguje wybuchami niekontrolowanej złości i agresji.

Rodzice powoli tracą kontakt z dzieckiem, a ono samo zatracą kontakt z rzeczywistością, ponieważ najważniejsza staje się gra i czas spędzany w świecie wirtualnym. Zaniepokojeni rodzice szukają pomocy u psychologa, ale często dopiero wówczas, gdy dzieci są już silnie uzależnione od grania: gdy mają zaniki mięśni od siedzenia przy komputerze, gdy nie chodzą do szkoły, nie myją się i przez wiele dni nic nie jedzą. Gdy zostają odizolowane od komputera, pojawiają się u nich objawy abstynencyjne: agresja, rozdrażnienie, bezsensowność, reakcje fizjologiczne, jak np. drżączka, depresja, a nawet próby samobójcze.

Można oczywiście powiedzieć, że nie jest to reguła. Jednak zdecydowanie my – rodzice musimy siebie zapytać:

- Ile czasu nasz syn, czy nasza córka spędza przed komputerem?
- Czy na pewno wiemy, co nasza pociecha robi na komputerze? Czy kiedykolwiek zagrałam/zagrałem w grę komputerową, którą nasze dziecko przyniosło do domu (czy też sami zakupiliśmy grę na prośbę dziecka), aby po prostu wiedzieć, jakie walory ma dana gra, na czym polega i czy na pewno warta jest tego, by zajmowała czas naszego dziecka? To my rodzice powinniśmy decydować, jak nasze dzieci spędzają czas przed komputerem.
- Jak młody człowiek reaguje, gdy nie ma możliwości grania na komputerze?

Co powinno nas zaniepokoić?

Jak rozpoznać uzależnienie od gier komputerowych?

1. Granie w gry komputerowe staje się najważniejszą aktywnością w życiu dziecka.
2. Dziecko coraz więcej czasu spędza przy grach komputerowych, rezygnuje z dotychczasowych aktywności (spotkania z rodziną i rówieśnikami, nauki).
3. **Pojawiają się objawy abstynencyjne** –zaprzestanie w graniu w gry komputerowe powoduje pojawienie się u graczy nieprzyjemnego samopoczucia, rozdrażnienie, a nawet wybuchy niekontrolowanej agresji.
4. **Konflikty** – osoba z powodu zaangażowania w gry komputerowe wchodzi w konflikt ze swoim najbliższym otoczeniem, najczęściej z rodzicami.
5. **Drastyczne zmiany nastroju** – przeżywanie albo dobrego nastroju i samopoczucia, albo też poczucie odrętwienia, niemocy.
6. **Nawrót** – po okresie samokontroli, a nawet zupełnego zaprzestania zabawy grami komputerowymi pojawiają powroty do wcześniejszego patologicznego korzystania z gier.

Negatywny wpływ gier komputerowych:

• Agresja

Młody człowiek, grając w brutalne gry, uczy się negatywnych zachowań. Jak to się dzieje? Jednym ze sposobów uczenia się negatywnych zachowań jest obserwowanie modelu i przejmowanie jego cech.

Z wychowawczego punktu widzenia istotne jest, że gry kształtują agresję u dzieci i młodzieży poprzez ukazywanie w nadmiarze scen przemocy. Początkowe silne pobudzenie emocjonalne na skutek wielokrotnego oglądania takich scen prowadzi do zobojętnienia i braku reakcji na przedstawiane obrazy. Wpływ gier na postawy i zachowania dzieci i młodzieży zaznacza się przede wszystkim w sferze zachowań zewnętrznych. Wielość scen agresji wyrabia przekonanie o powszechności agresji oraz powoduje utratę wrażliwości na ból, cierpienie czy przemoc. Sceny takie, przedstawione z obojętnością, ułatwiają naśladowanie agresywnych zachowań.

• Uzależnienie



Gry komputerowe uzależniają. Jak wynika z definicji nałogu: „Nałóg, mocno utrwalona skłonność do wykonywania mniej lub bardziej przyjemnych czynności, które są często szkodliwe dla zdrowia, a także potępiane przez otoczenie.” Źródło nałogu tkwi w przyjemnościach dostarczanych przez dane przedmioty, w potrzebie ucieczki w inny świat przed cierpieniem fizycznym czy zagrożeniem. Walka z nałogiem jest bardzo trudna. Na podstawie wnikliwej diagnozy konieczne jest postępowanie terapeutyczne.

Uzależnienie od gier komputerowych jest możliwe, tak samo jak np. od Internetu, (co otrzymało niedawno status choroby społecznej). Gracz popada w psychozę, gdy nadmiernie używa owych rozrywek.

• Negatywne oddziaływanie na stan zdrowia fizycznego:

Około 30% użytkowników komputera skarży się na rozmaite dolegliwości związane z używaniem go.

Najczęstsze problemy zdrowotne to:

- nadwyreżenie mięśni nadgarstka,
- naprężony kark,
- bóle dolnych części kręgosłupa,
- męczenie się wzroku,
- bóle głowy,
- ogólne zmęczenie organizmu,

- nadwyreżenie więzadeł, kręgow
- szczególnie dzieci i młodzież, będąc w fazie wzrostu i rozwoju fizycznego są narażeni na poważne konsekwencje zdrowotne.

Jednak dwa główne zagrożenia to:

- Niedobór ruchu (hipokinezja), siedzący tryb życia doprowadzający do osłabienia układu mięśniowego niezbędnego do utrzymania sprawności kręgosłupa i prawidłowej postawy.
- Długotrwałe, często nieprawidłowe pozycje przy komputerze to główne przyczyny sprzyjające powstawaniu wad postawy.
- Gry komputerowe przemycają do świadomości gracza treści satanistyczne, sekciarskie i nazistowskie.
- Gry jako złodziej czasu.

Gry wycinają z życia człowieka mnóstwo czasu, który mógłby spożytkować na bardziej pożyteczne i rozwijające rzeczy niż bardzo częste po prostu bezmyślne granie.

Pozytywny wpływ gier komputerowych:

Oczywiście gry komputerowe nie muszą być tylko i jedynie złem samym w sobie. Są przecież także takie, które niosą ze sobą walory edukacyjne. Jednak, aby faktycznie były one dobrem - nie mogą być jedyną formą rozrywki młodego człowieka. Istnieją przecież różnorodne programy multimedialne, gry komputerowe, dzięki którym młody człowiek może nauczyć się wielu pożytecznych rzeczy, zdobyć cenną wiedzę. Jednak istotnym tutaj jest na pewno też czas, który przeznaczają na spędzanie przed komputerem.

Mówiąc o zaletach edukacyjnych gier komputerowych musimy podkreślić fakt, iż racjonalne korzystanie z gier:

- - usprawnia umiejętności spostrzegania, kojarzenia, logicznego myślenia;
- - doskonalą refleks, koordynację wzrokowo - ruchową, zręczność manualną;
- - rozwijają wyobraźnię przestrzenną;
- - sprzyja rozwijaniu umiejętności planowania strategicznego, poszerzaniu wyobraźni;
- - uczy podejmowania decyzji i zastanawiania się nad ich konsekwencjami.

Niezaprzeczalnym faktem jest także to, iż gry komputerowe są też formą rozrywki i relaksu. Są źródłem radości i odprężenia. Pozwalają one rozładować codzienne stresy i zaznać satysfakcji ze zwycięstwa. Chwila odpoczynku od natrętnej rzeczywistości pozwala odpocząć i nabrać nowych sił do zmagania się z codziennością.

Dla wielu osób gry komputerowe stanowią interesujące hobby. Zbierają oni różne materiały związane z grami, dyskutują na ten temat ze znajomymi, organizują spotkania i imprezy dla innych graczy, tworzą strony WWW.

To przede wszystkim od nas – Drodzy Rodzice przede wszystkim zależy, jaki wpływ będzie miał komputer na zdrowie i rozwój naszych dzieci.

Jak uchronić nasze dzieci przed negatywnym wpływem komputera i gier komputerowych?

1. Musimy wiedzieć, w jakie gry grają nasze dzieci.
2. Należy z młodym człowiekiem ustalić zasady, z jakich gier mogą korzystać.
3. Dziecko powinno korzystać z gier komputerowych tylko wówczas, gdy rodzice są w domu.
4. Rodzice powinni bezwzględnie ograniczyć czas spędzany przy komputerze.
5. Konsekwentnie stosować zasadę: najpierw obowiązki, potem komputer.
6. Częściej zapraszać do domu koleżanki i kolegów dziecka. Pokazywać inne formy spędzania wolnego czasu. **Więcej czasu spędzać z dzieckiem.**

Musimy też wszyscy pamiętać o tym, że nasze dzieci – czy duże czy małe – **WSZYSTKIE** - nie potrzebują elektronicznych zabawek, aby być szczęśliwymi. Najbardziej potrzebują miłości, zrozumienia, życzliwej troski i zainteresowania ze strony NAS dorosłych – a przede wszystkim Waszej Drodzy Rodzice miłości, zrozumienia, życzliwej troski i zainteresowania.

d) Śmierć jako zabawa

Negatywny wpływ gier komputerowych na wychowanie młodego pokolenia

Gry komputerowe stają się nowym narkotykiem elektronicznej populacji. Najbardziej narażeni na negatywne wpływy gier komputerowych są młodzi ludzie. Komputerowa rozrywka wypełnia im czas, umysł i działania.

Badacze tego zjawiska socjologicznego wyrażają obawy, że pokoleniu młodych ludzi grozi wielki nałóg korzystania z iluzji. Porównują świat gier do "elektronicznego LSD." Dzięki grom można stworzyć sobie zupełnie nowy świat- świat ułud, w który można wejść, który można odczuwać i zmieniać, w którym mogą się ziścić najskrytsze marzenia. Problem zdaje się tkwić w rodzaju używanych gier, w ilości czasu przeznaczonego na gry oraz w utożsamianiu się ze światem bohaterów.

Analiza treści gier komputerowych pokazuje, że większość z nich (ok. 80-85%) angażuje gracza w akty przemocy oraz zawiera sceny destrukcji.

Najbardziej brutalne są gry z gatunku "strzelaniny" lub "bijatyki" (tzw. mordobicia), w których jedynym celem jest przemoc i destrukcja. Ich cechą wspólną jest okrucieństwo i brak szacunku do życia. Gry te pozwalają na obejrzenie zabitego przeciwnika z różnych punktów widzenia, spojrzenie mu w oczy, podeptanie zwłok nogami i zostawienie krwawych śladów przy odchodzeniu od ofiary. Gry uzupełniają odpowiednio dobrany dźwięk: krzyki, jęki, wybuchy.

Niepokojącym faktem jest ;

- - że w zakresie programów komputerowych, z jakich najczęściej korzystają dzieci na pierwszym miejscu znajdują się gry komputerowe (78% dziewcząt i 92% chłopców),
- - 50% rodziców nie kontroluje czasu spędzonego przez dzieci przy komputerze,
- - 51% rodziców nie ingeruje w gry, w które grają ich dzieci, pozostali wykluczają, by ich dziecko grało w "bezmysłne" i "brutalne" gry,
- - 77% rodziców nie dostrzega zagrożenia, jakie stwarzają niewłaściwie dobrane gry komputerowe.
- - chłopcy są zwolennikami gier walki, w których zawsze są zwycięzcy i pokonani, a bohaterowie posługują się całym arsenałem broni.

Psychologowie alarmują, że oddziaływanie gier komputerowych jest o wiele silniejsze niż oddziaływanie telewizji. Gry komputerowe wymagające aktywnego działania odbiorcy, nie powodują bierności, jak w przypadku telewizji, wywołują trening różnych zachowań, które choć symulowane, sprzyjają zmianie postaw w sposób silniejszy niż przy odbiorze biernym. Dziecko "korzystając z gier komputerowych kilku tysięcy morderstw dokonuje samo." Agresja ta jest wprawdzie symulowana, ale gracz uczy się jej i może ją później przenieść do realnego życia.

W grach komputerowych sytuacją wymuszoną przez ich reguły jest zasada stosowania przemocy, i przemoc ta jest nagradzana przez sukces osiągnięty w grze. Gracz identyfikuje się z agresorem i wygrywa, jeżeli skutecznie stosuje przemoc (często bardzo brutalną), a powtarzając to wielokrotnie nabywa w niej wprawę i przyzwyczajają się do niej.

Dzieci, które często oglądają w mediach sceny przemocy (bicia i zabijania), są bardziej agresywne od tych, które je oglądają rzadziej. Programy pełne przemocy wywierają wpływ nie tylko na zachowania, ale także na wyznawane przez nie poglądy i wartości.

Chłopcy "komputerowi" okazali się bardziej agresywni. Dominuje u nich agresja (fizyczna, słowna) połączona z niepokojem. Ich relacje z innymi ludźmi nasycone są narcyzmem, obojętnością, brakiem umiejętności nawiązywania kontaktów poziomych, opartych na wzajemnym pozytywnym współdziałaniu. Często w ich kontaktach pojawia się jawna, akceptowana przez nich, a zarazem nie hamowana ani wewnątrz ani zewnątrz hamulcami agresja. Prawdopodobnie wielokrotne dokonywanie czynów agresywnych bez poczucia winy za nie - gdyż wykonywane są na niby - powoduje zatarcie granic między dobrem a złem i przez to zmniejszenie wrażliwości moralnej. Wpływ gier na postawy i zachowania dzieci i młodzieży zaznacza się przede wszystkim w sferze zachowań zewnętrznych. Wielość scen agresji wyrabia przekonanie o powszechności agresji oraz powoduje utratę wrażliwości na ból, cierpienie czy przemoc. Sceny takie, przedstawione z obojętnością, ułatwiają naśladowanie agresywnych zachowań.

Intensywny kontakt z przesyconymi przemocą mass mediami prowadzi do stopniowego odwrażliwienia odbiorcy, zanika odraza i przerażenie na widok scen ociekających krwią, maleje współczucie dla ofiary, rodzi się przyzwolenie na obecność agresji i akceptacja użycia jej "w razie potrzeby." Wzmocnieniem do zachowań agresywnych jest kojarzenie zachowań agresywnych z nagrodą. Nagrodą może być: dodatkowa broń, paliwo, dodatkowe punkty, "kolejne życie." Aby ją uzyskać i przejść do następnego etapu w grze trzeba zabić. W ten sposób gracz kojarzy agresję z czymś pozytywnym i nie dostrzega, że jest ona czymś złym.

Wzmocnieniem agresywnych zachowań mogą być dorośli np. rodzice, którzy towarzysząc swoim dzieciom podczas gry dopingują młodych ludzi okrzykami typu : "załatw go", "dował mu" czy "wykończ go".

Poprzez gry uczymy się zachowań społecznych. Niestety, w przypadku gier agresywnych, są to zachowania społeczne, pełne agresji, brutalności i okrucieństwa.

Dzieci wychowane na grach komputerowych są narażone na wypaczenie podstawowych wartości moralnych, pomieszania tego, co dobre z tym, co złe. Mając złe wzory w grach komputerowych (dobrem jest wszystko to, co powoduje skuteczny efekt, nawet morderstwo) młody człowiek nie może prawidłowo ukształtować się pod względem uczuciowym i moralnym. Wpada wtedy w wir świata bez większych zasad, bez wytchnienia i zastanowienia angażuje się w nierzeczywisty świat gry komputerowej (po śmierci na komputerowym ekranie zawsze jest możliwość skorzystania z kolejnego życia lub bohatera). I tak niemoralność, pogarda dla drugiego człowieka, prawo silniejszego stopniowo wpisuje się w normy świata, w którym żyją młodzi ludzie.

Gry komputerowe szczególnie przyciągają osobników młodych - sfrustrowanych i zagubionych w świecie dorosłych. Dają bowiem poczucie pozoru władzy, nieomal nieograniczonego wpływu na losy bohaterów i na rozwój wydarzeń, umożliwiają projekcje marzeń i pragnień, a przede wszystkim nie narażają na odrzucenie i samotność."

Uzależnienie staje się ważnym problemem społecznym i pedagogicznym.

Do objawów uzależnienia można zaliczyć:

- złe samopoczucie, drażliwość, pobudzenie psychoruchowe,
- lęk, depresja przy zerwaniu kontaktu z komputerem,
- myślenie i częste wykonywanie czynności związanych z komputerami i grami np. przeglądanie czasopism o grach,
- tracenie poczucia czasu poświęconego na gry,
- okłamywanie rodziców,
- oderwanie się od innych zajęć,
- zapomnianie o realnym życiu (kontakt z rodziną),
- niechęć do spędzania czasu z rówieśnikami,
- brak inicjowania zajęć ruchowych,
- niechęć do prowadzenia rozmów,
- brak reakcji na otoczenie.

Jak chronić dzieci przed szkodliwym wpływem gier komputerowych?

1. Rodzice powinni wiedzieć, w jakie gry grają ich dzieci. Powinni sprawdzać, jakie gry znajdują się w domowym komputerze i w jakie gry dzieci grają u kolegi czy koleżanki. Przed podjęciem decyzji o kupnie gry komputerowej ważne jest, aby rodzice uzyskali rzetelną informację na jej temat.
2. Rodzice powinni ustalać zasady, z jakich gier dzieci mogą korzystać, a które z gier są dla nich niedozwolone i dlaczego. Sam zakaz nie wystarczy - ważne jest, aby rozmawiać z dziećmi o oddziaływaniu gier zawierających przemoc na ich psychikę. Należy również proponować dzieciom gry edukacyjne, logiczne, encyklopedie i programy do interaktywnej nauki języków obcych itp.
3. Dziecko powinno korzystać z gier komputerowych tylko wówczas, gdy rodzice są w domu. Należy stosować zasadę, aby dziecko zawsze pytało rodziców o pozwolenie korzystania z gier komputerowych.
4. Rodzice powinni bezwzględnie ograniczać czas spędzany przy komputerze do 1-2 godzin. Szkoccy badacze określili normy bezpiecznego posługiwania się komputerem przez dzieci: do 12 roku życia nie należy używać go dłużej niż jedną godzinę, między 12 a 16 rokiem życia można korzystać z komputera najwyżej dwie godziny. Powinni także robić dziecku częste przerwy, odrywać dziecko od komputera, przynajmniej co półgodziny.
5. Konsekwentnie stosować zasadę: najpierw obowiązki, potem komputer.
6. Częściej zapraszać do domu koleżanki i kolegów dziecka. Pokazywać inne formy spędzania wolnego czasu. Więcej czasu spędzać z dzieckiem.

Rodzice i wychowawcy powinni przede wszystkim mieć świadomość, że dzieci nie potrzebują elektronicznych zabawek, aby być szczęśliwymi. Najbardziej potrzebują miłości, zrozumienia, życzliwej troski i zainteresowania ze strony dorosłych. I jest to chyba jedyny sposób na uchronienie dziecka przed niekorzystnym wpływem gier komputerowych oraz innych mediów.

II. Telewizja

a) Wpływ telewizji na rozwój i zachowanie małego widza a rola rodziców.

W dzisiejszych czasach telewizja zdominowała w znacznym stopniu życie człowieka. Dla dorosłego siedzenie przed ekranem telewizora stało się najczęstszym sposobem spędzania wolnego czasu, dla dziecka nowym fascynującym środowiskiem. Wielu rodziców nie zdaje sobie sprawy jak ogromny wpływ ma telewizja na rozwój i zachowanie dzieci.

Dowodem są na to badania, które pokazują, że dzieci do piątego roku życia spędzają przed telewizorem około 1,5 godziny dziennie, a 40% dzieci ma swój własny telewizor w pokoju, mogąc bez ograniczeń oglądać programy telewizyjne i samodzielnie decydować o tym, co oglądają. Jaki to ma wpływ na ich rozwój? Kiedy oglądanie telewizji przynosi pozytywne, a kiedy negatywne efekty?



Przed wszystkim pozostawienie dziecka samotnym przed telewizorem może z biegiem czasu powodować trudności w nawiązywaniu kontaktów z innymi ludźmi, a także przyczynić się do nadaktywności dziecka. Młody organizm potrzebuje ruchu i wielu wrażeń, dlatego po wielogodzinnych sesjach telewizyjnych dzieci bywają niezwykle ruchliwe i głośne. W ten sposób wyzwala się ich energia witalna nagromadzona w fazie bezruchu, którą muszą jakoś zrekompensować. Przekaz emitowany przez telewizję dostarcza silnych wrażeń, utrzymuje w napięciu, absorbuje uwagę poprzez szybką pasjonującą akcję. Dzieci, które intensywnie oglądają telewizję, mają tendencje do porzucania działań przed ich zakończeniem z powodu nienaturalnego zmęczenia i znudzenia. Przyzwyczajone do ciągłego medialnego bodźcowania tego samego oczekują w świecie realnym. Nie potrafią skupić swojej uwagi na dłużej, opanowują umiejętność biernego uczenia się, upośledzeniu ulega ich wyobraźnia, której nie mają sposobności ćwiczenia. Oczekując, że zawsze ktoś będzie je zabawiał, szukają wzmocnień zewnętrznych do zachowań, nie koncentrując się na własnych motywach działania.

Ponadto codzienne, wielogodzinne oglądanie telewizji powoduje pogorszenie wzroku dziecka oraz stwarza niebezpieczeństwo chorób układu kostno-mięśniowego, zwłaszcza jeśli dziecko długo przebywa w tej samej pozycji. Zapadnięta klatka piersiowa, zaokrąglone plecy, zwiotczone mięśnie, obniżenie się sprawności fizycznej to objawy tzw. choroby telewizyjnej. Ponadto wadą długotrwałego kontaktu dziecka z telewizją jest możliwość spłylenia relacji społecznych oraz uzależnienie się, którego objawami jest: pogorszenie samopoczucia, drażliwość, kłopoty ze snem, stany lękowe, napady hysterii, dolegliwości somatyczne związane z odstawieniem (wyniesienie telewizora z pokoju dziecka może skutkować stanem napięcia mięśniowego, gorączką, bólami głowy).

Mali widzowie ze względu na dokonujący się rozwój psychiczny, mały zasób doświadczeń nie są w stanie ocenić krytycznie tego, co widzą na ekranie. Nie potrafią więc odróżnić tego, co dobre, od tego co dla nich złe, co więcej mają trudności z odróżnieniem fikcji od rzeczywistości. Ucząc się przez naśladowanie zachowań innych, dzieci bezrefleksyjnie identyfikują się z przedstawionymi w bajkach i filmach postaciami, niezależnie czy są to bohaterowie pozytywni czy negatywni. Przykładem jest czteroletni Turek, który wyskoczył z siódmego piętra z okrzykiem: „Jestem Batmanem, potrafię latać”. Inny piętnastoletni Włoch tak silnie utożsamiał się z Rambo, że w przypiływie złości zaatakował nożem swoją czternastoletnią koleżankę, przecinając jej tętnicę szyjną i powodując śmierć nastolatki. Ponadto wiele oglądanych przez dzieci scen nie uczy empatii czy współodczuwania emocji innego człowieka np. rzucony kot z dachu wstaje nie odczuwając bólu i goni znowu myszkę, powoduje u dzieci przekonanie, że robienie komuś krzywdy nie sprawia bólu osobie krzywdzonej.

Co najczęściej dzieci oglądają? Badania wykazują, że dzieci chętniej oglądają pełne wartkiej, krwawej akcji filmy i bajki niż audycje o charakterze dydaktycznym. Jak wpływa oglądanie scen przemocy i agresji na rozwój i zachowanie małego widza? Po pierwsze sprzyja pojawianiu się agresywnego zachowania i zwiększa poziom agresywności dziecka wobec rówieśników. Po drugie wpływa na powstawanie poczucia zagrożenia ze strony zewnętrznego świata. Po trzecie pobudza agresywne fantazje i znieczula oglądającego na przemoc, wywołując przekonanie, że agresja jest społecznie dozwolona. Profesor Maria Braun-Gałkowska zauważa, że wielokrotne oglądanie scen przedstawiających walkę, wypadki i ludzką krzywdę wywołuje początkowo silne pobudzenie emocjonalne, z czasem staje się coraz bardziej obojętne. Co więcej jest to zubożenie nie tylko na brutalność oglądaną w telewizji, lecz także na przemoc spotkaną w realnym życiu. Dzieci mogą naśladować zachowanie agresywne oglądane w filmach, a ponadto wymyślać nowe formy agresywności. Skutkiem jest to, że z bardziej agresywnego dziecka wyrasta bardziej agresywny dorosły.

Należy więc zabronić dziecku oglądać telewizję? Nie, ponieważ telewizja uczy pozytywnych zachowań społecznych, dostarcza rozrywki, stymuluje i pogłębia zainteresowania, kształtuje umiejętności poznawcze, rozwija wyobraźnię, wrażliwość i słownictwo. Dzięki telewizji dziecko może poznawać nieznanne kraje, języki, egzotyczne zwierzęta, przeżywać fascynujące przygody z bohaterami.

Jaka jest więc rola rodziców? Co powinni zrobić, aby telewizja była ich sprzymierzeńcem, pomocnikiem w wychowywaniu, jak przeciwdziałać jej negatywnym skutkom?

Przede wszystkim to rodzice powinni zawsze i w ostateczności decydować ile czasu dziecko spędza przed telewizorem, jakie programy ogląda i o jakiej porze. Dla małych dzieci 3-4 letnich dzienna wystarczająca dawka telewizji mieści się w granicach 30 minut, dla 5-6 latków 40-50 minut (z przerwami). Ponadto rodzice powinni zapoznać się osobiście z repertuarem programów dla dzieci i wybrać z pośród nich tylko te, które są odpowiednie do jego wieku i psychiki oraz przyczynią się do jego pozytywnego rozwoju intelektualnego, emocjonalnego i społecznego. Bardzo ważne jest oglądanie bajek, filmów wspólnie z dzieckiem, ponieważ jeśli pojawiają się sceny agresji to rodzic powinien je skomentować, wyrazić swoją dezaprobatę dla takiego zachowania. Nie wolno więc wstawiać telewizora do pokoju dziecka, gdyż nie ma się kontroli nad oglądanymi przez dziecko programami. Jeśli rodzic nie ma czasu na oglądanie telewizji wspólnie z dzieckiem może to robić babcia, ciocia, czy inna bliska osoba.

Kiedy dziecko nie powinno oglądać telewizora? Przede wszystkim podczas spożywania posiłków i przed pójściem spać. Badania z 2005 roku pokazują, że im więcej dzieci oglądają telewizji wieczorem, tym trudniej im zasnąć i tym bardziej ich sen jest nieregularny. Natomiast spożywanie posiłków są dobrą okazją do rozmów, do budowania i pogłębiania relacji z dzieckiem.

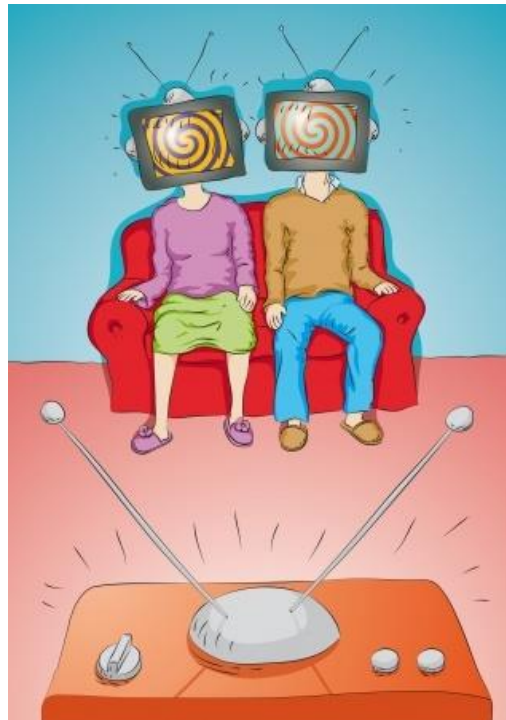
Kolejną rolą rodzica jest wdrożenie dzieci do aktywnego odbioru programu telewizyjnego. Co to znaczy? Programy dziecięce podsuwają często tematy do zabaw, pomysły prac plastycznych, konstrukcyjnych, zwracają uwagę na potrzebę obserwacji przyrody, zawierają propozycję nowych piosenek, tańców, zabaw ruchowych. Rodzice powinni to wykorzystać i oglądając wspólnie z dzieckiem programy rozmawiać o nich, omawiać przygody bohaterów, oceniać ich zachowanie, rysować ilustracje do bajek, tworzyć historyjki itp.

Ważne jest również, aby rodzice zapewniali dziecku alternatywne formy spędzania wolnego czasu np. czytanie książek, pójście na spacer, do lasu, kina, teatru, zoo, gry planszowe, wycieczka rowerowa, przyzwyczajanie dzieci do wykonywania pewnych stałych obowiązków w domu. Bowiem im ciekawsze jest życie rodzinne, tym mniejszy będzie wpływ telewizji na rozwój i zachowanie dziecka. Istotne jest również aby telewizji nie można również traktować jako metody wychowawczej – bajka w nagrodę, brak bajki za karę, ponieważ ten sposób telewizja jeszcze bardziej staje się atrakcyjna dla dziecka.

Podsumowując, to w jaki sposób telewizja będzie wpływa na rozwój i zachowanie dzieci zależy wyłącznie od rodziców. Do oglądania telewizji trzeba więc podejść odpowiedzialnie, bo tylko mądre postępowanie rodziców oraz kontrola nad oglądanymi programami może spowodować, że czas spędzony przez dziecko przed odbiornikiem telewizyjnym, nie będzie dla niego czasem straconym, czy też wręcz szkodliwym.

b) Wpływ telewizji na psychikę dziecka.

Obecnie dzieci żyją w świecie zdominowanym przez masmedia. Dziecięcy świat mediów tworzy między innymi telewizja (krajowa, satelitarna, kablowa). Odbiornik telewizyjny w każdym domu to dzisiaj rzecz zupełnie normalna. Telewizja jest obecnie najpopularniejszym środkiem masowego przekazu, obejmuje swoim wpływem całą kulę ziemską. Dzięki niej widz ma łatwość odbioru przekazywanych treści i dlatego inne masmedia takie jak kino, książka, radio, czasopisma schodzą na dalszy plan.



Rodzice powinni zdawać sobie sprawę z tego jaki wpływ wywiera telewizja na psychikę dziecka, jeśli przesiaduje ono przed odbiornikiem wiele godzin i ogląda „co popadnie”. Powinni się zastanowić czy telewizja przynosi dziecku więcej pożytku czy szkody. Zabronić oglądania telewizji oczywiście nie można, zresztą to nie byłoby dobre wyjście. Lepszym wyjściem z tej sytuacji wydaje mi się jest analiza potencjalnych wpływów telewizji na dzieci i czynników intensyfikujących oddziaływania negatywne. Należałoby się zastanowić jak przygotować już sześciolatka do mądrego korzystania z telewizji by umiał on w przyszłości wybierać odpowiednie programy. Telewizja może wywierać wpływ pozytywny lub negatywny na odbiorcę, wywołując zauważalne zmiany w różnych sferach jego życia. Niejednokrotnie oferuje swoim odbiorcom wiele cudownych recept, sposobów na „szczęśliwe życie”. Daje złudzenie, że sukces, powodzenie można w różnych sferach życia osiągnąć łatwo, bez wysiłku. Zauważyć należy, że treści przekazywane przez telewizję są bardzo często istotnym narzędziem manipulacji opiniami i poglądami dzieci. Głównym mechanizmem wpływu telewizyjnych przekazów na dziecko jest modelowanie, które polega na obserwowaniu i zapamiętywaniu: co robi model, jak robi, z jakim skutkiem oraz imitacja (naśladowanie) zachowań bardziej lub mniej podobnych do sytuacji modelowych. Innym, bardzo ważnym mechanizmem jest mechanizm wzmocnienia. Oglądane programy, stopień ich atrakcyjności, treść, forma przekazu mogą powodować wzmocnienie tendencji naśladowania obserwowanych zachowań lub wzmocnienie wartości, dzięki którym podjęto określone czynności. Wyuczone z ekranu telewizyjnego zachowania, style, wzory werbalne czy instrumentalne mogą się ujawnić w konkretnych sytuacjach życiowych lub nie. Uwarunkowane jest to następującymi czynnikami: uprzednie doświadczenie, przeżycia odbiorcy, określony poziom rozwoju intelektualnego, społecznego jak również uwarunkowania środowiskowe.

Negatywne skutki mogą bowiem następować nie w wyniku kontaktu z samym medium, ale w wyniku specyficznej selekcji programów określonej treści i cech formalnych programów prezentowanych w telewizji. Sposób tej selekcji jest w dużym stopniu zdeterminowany indywidualnymi właściwościami dziecka i zachowaniami jego najbliższego otoczenia.

Z punktu widzenia pedagogiki telewizja pełni funkcje dydaktyczno-informatyczną jak i rozrywkową. Jednak rozdzielenie tych funkcji jest sztuczne ponieważ widzowie–dzieci nie potrafią odróżnić programów edukacyjnych od rozrywkowych. Wszystkie programy telewizyjne traktują jako rozrywkę, podczas gdy w rzeczywistości pełnią one dla nich funkcję edukacyjną.

Między innymi telewizja towarzyszy dziecku codziennie, wypełniając czas wolny i niejednokrotnie czas zajęć obowiązkowych. Kontakt dziecka z mediami rozpoczyna się bardzo wcześnie, jeszcze przed ukończeniem pierwszego roku życia. Czas odbioru programu telewizyjnego dla dziecka przedszkolnego nie powinien przekraczać 20 minut jednorazowo, a w ciągu całego dnia 45 minut. Dla dziecka 3-4-letniego dzienna dawka telewizji już w granicach 30 minut jest wystarczająca. Należy także zwracać uwagę na porę emisji. Dzieci muszą wiedzieć, że nie można oglądać programów telewizyjnych po 19:20, a więc po zakończeniu nadawania „Dobranocki”. Programy telewizyjne muszą być dostosowane do wieku widza, czas oglądania powinien być ściśle określony, a obejrzone programy należy omówić i zinterpretować ich treść. Niestety warunki te bywają rzadko spełniane przez dorosłych. Najczęstszą przyczyną tego stanu rzeczy jest niewiedza. To powoduje, że coraz bardziej nasilają się negatywne wpływy telewizji.

Podczas oglądania telewizji najwięcej do stracenia mają dzieci, wynika to z właściwości ich psychofizycznego rozwoju. Szczególnie niemowlęta i małe dzieci przebywające w pomieszczeniu, w którym jest odbiornik, doznają wielu szkód.

U małych dzieci-biernych oglądaczy agresywne dźwięki, migotający ekran powodują powstanie rozstroju systemu nerwowego i silnie zaburzą prawidłowy rozwój dziecka. Ciągłe doznawanie wrażeń wzrokowych i słuchowych obciążą system nerwowy dziecka, zmusza go do nieustannej pracy, a tym samym prowadzi do zmęczenia. Ma to miejsce szczególnie u dzieci, które charakteryzują się bardzo delikatnym układem nerwowym. Dzięki telewizji dochodzi do przedwczesnego rozwoju psychicznego, który w tym wieku zawsze następuje kosztem rozwoju fizycznego. Dziecko ma mniej czasu na swobodne zabawy na powietrzu, pozostaje w pozycji biernej, nieruchomej, a im jest młodsze to tym bardziej potrzebny jest mu ruch. Ograniczenie to ma negatywny wpływ na dzieci znajdujące się w okresie intensywnego rozwoju fizycznego. Oglądanie telewizji powinno pozostać w proporcjonalnym stosunku do innych rodzajów działalności dziecka. Zabawy percepcyjne są jedną z wielu form spędzania wolnego czasu, obok słuchania muzyki, czytania literatury dziecięcej, spektakli, wycieczek itp. Dziecięcy świat naznaczony destrukcyjnym funkcjonowaniem telewizji na skutek przede wszystkim niewłaściwego korzystania przez dziecko to świat dzieci rozleniwionych, biernych intelektualnie. Nastawienie na odbiór programów łatwych, niewymagających wysiłku intelektualnego odzwyczaja dzieci od koncentracji uwagi, samodzielnego myślenia, refleksji- prowadzi do lenistwa i bierności intelektualnej. Psycholodzy wyróżniają trzy aspekty wpływu telewizji na dziecko: po pierwsze, przez to, że czas poświęcony na jej oglądanie jest jednocześnie czasem odbieranym innym zajęciom. Po drugie, przez sposób przekazu oglądanie jej nie wymaga od odbiorcy praktycznie żadnej aktywności fizycznej. Po trzecie, przez przekazywanie treści. I to, zdaniem wielu, ma najistotniejsze znaczenie dla rozwoju psychiki dziecka. Z całą pewnością można stwierdzić, że dzisiejsza telewizja może mieć, zarówno pozytywny, jak negatywny wpływ na psychikę dziecka. Może uczyć pewnych wzorów postępowania, może także bawić, ale także poprzez przekazywanie treści np. dotyczących zachowań agresywnych, może zniekształcać prawidłowy rozwój dziecka. Dzieci czerpiąc wzory z najbliższego otoczenia przyswajają sobie niewłaściwe postawy korzystania z telewizji. Prawidłowy sposób odbioru telewizji przez dzieci to nie tylko oglądanie, ale także wykorzystanie treści oglądanego programu w dalszych zabawach i zajęciach różnego typu w domu i poza nim. Telewizja może również dostarczyć wiele pomysłów do twórczości słownej, konstrukcyjnej, plastycznej, muzycznej, ruchowej itp. Chcąc przeciwdziałać wytworzeniu się negatywnych przyzwyczajzeń oraz ukierunkować pozytywny wpływ telewizji na rozwój dzieci, należy rozpocząć pracę w tej dziedzinie jak najwcześniej, a więc w wieku przedszkolnym.

Literatura na temat oddziaływania telewizyjnych obrazów przemocy dowodzi, że oglądanie telewizji ma wyraźny wpływ na wzrost agresywności u dzieci i młodzieży. Pełne agresji są również programy przeznaczone specjalnie dla małego dziecka. Bajki dla dzieci pełne są agresji słownej (wrzaski, krzyki, przekleństwa, obraźliwe odzywki), a także aktów agresji fizycznej (np. rozgniatanie walcem, bicie, zabijanie). Coraz więcej dzieci na skutek oglądania medialnych scen przemocy przeżywa stany lękowe, lęki nocne, koszmary senne, boi się agresji ze strony innych osób. Dzieci odczuwają strach i przerażenie, są nadmiernie pobudliwe. Coraz więcej dzieci naśladuje wzory zachowań ekranowych złodziei i innych przestępców, stosują przemoc wobec dorosłych i rówieśników, wchodzą w konflikt z prawem. Bardzo niebezpieczny staje się wpływ oglądanych przez dzieci scen grozy, okrucieństwa ponieważ staje się to źródłem agresywnego zachowania, powoduje wzrost poziomu agresji.

Małe dziecko nie potrafi oddzielić świata fikcyjnego od realnego. Dzieci wierzą, że świat jest taki, jaki oglądają w telewizji. I tak na przykład dwuletni chłopczyk hamuje nabytą wcześniej umiejętność załatwiania potrzeb fizjologicznych, ponieważ boi się pogryzienia przez żyjące w sedesie „robale” (reklama domestosu). Inny nieco starszy, wyskakuje z okna wieżowca z nadzieją, że będzie latał tak, jak filmowy bohater. Maluchom serwuje się obraz człowieka wszechwładnego dzięki wymyślnej broni i technikom walki. Niezniszczalny bohater (rozerwany na kawałki nadal działa) jest władcą absolutnym, któremu każdy ma służyć. Bohaterzy kreskówek zabijają bez litości, wymyślnie niszczą wroga, zachowują się brutalnie i ordynarnie. W niektórych kreskówkach okrucieństwo staje się elementem dominującym, a ewentualną refleksję dziecka zabija hałas. Z tego względu dziecko musi mieć opiekuna, który pozwoli mu zrozumieć sceny oglądane na ekranie telewizora, oddzielić fikcję od realnego życia.

Telewizja niszczy istotne elementy dzieciństwa tj. poczucie bezpieczeństwa i optymizmu. Nadmierne oglądanie telewizji przez dziecko powoduje następujące skutki:

- niecierpliwość, trudności z koncentracją
- nieumiejętność myślenia i przewidywania konsekwencji
- zanik wyobraźni i wrażliwości na krzywdę
- lęk, niepokój-demoralizacja, agresja
- ogranicza kontakty z rówieśnikami
- uczy biernej konsumpcji,
- uzależnia i uczy złej postawy.

Poważny wpływ wywiera telewizja na przeżycia uczuciowe dzieci, a tym samym na ich rozwój emocjonalny. Na prezentowane treści, zwłaszcza w filmach, dziecko reaguje bardzo żywo: smucą je przeżycia jednych bohaterów, śmieją innych, a przerażają jeszcze innych. Dziecko, które ogląda sceny budzące emocje negatywne, przede wszystkim lękowe, jest skłonne w innych sytuacjach do reakcji lękowych. Działa tu utrwalone wspomnienie oraz wyobraźnia. Nie zawsze przyznaje się do tego, często wpływ przeżytych emocji nie działa natychmiast. Może dojść do tego, że dziecko boi się samo zostać w domu lub wyjść na klatkę schodową, wydaje się mu, że ktoś tam stoi, że się czai. Jednak nie u wszystkich dzieci pod wpływem dramatycznych scen filmowych wzrasta lękliwość. Niekiedy w wyniku oglądania wielu obrazów tego rodzaju następuje oswojenie z agresją i grozą. Przyczyna tego jest działanie mechanizmu adaptacji: wszystko, co trwa długo, czego jest dużo, przestaje zwracać naszą uwagę, dziecko przywyka do tego i reaguje słabiej. Jak wiadomo informacja w mediach jest towarem, który musi się sprzedąć. Sprzedaż polega na tym, by program miał jak największą oglądalność. Telewizja stara się pokazywać wydarzenia spektakularne, tragedie, katastrofy, bo one przyciągają największą liczbę widzów. Obraz świata jest więc jednostronny. Brakuje w nim wydarzeń normalnych, pozytywnych, a takich jest znakomita większość. O ile dorośli potrafią zrozumieć mechanizm działania, o tyle dziecko oglądając np. wiadomości w których dziewięćdziesiąt procent informacji to powódź, wojna, zamieszki i morderstwa, może zacząć sobie wyrabiać przekonanie, że taki jest prawdziwy obraz świata. Telewizja dla najmłodszych jest bardzo atrakcyjnym sposobem spędzania czasu wolnego. Staje się więc magnesem przyciągającym, uzależniającym dziecko, podporządkowującym rytm i organizację dnia. Dzieci oglądają różne programy telewizyjne, adresowane nie tylko do nich, ale także dla dorosłych. Pozostawienie dziecka sam na sam z telewizorem sprawia, że młody widz bombardowany jest ogromną ilością treści, najczęściej w ogóle nie do niego adresowanej. Wiele programów nasyconych jest agresją, którą dziecko przenosi do rzeczywistości, realnej zabawy z rodzeństwem czy kolegami w szkole. Rodzice więc powinni regulować dopływ treści, jakie dziecko odbiera za pośrednictwem telewizji. Powinni także obserwować jak oddziałuje telewizja na dziecko: czego się nauczyło, co zapamiętało, jaki to wywarło wpływ na przeżycia, przekonania, postawy. Regulują w ten sposób nie tylko dopływ treści, ale także ich percepcję, ich oddziaływanie na rozwój dziecka. Warunkiem takiej ich roli jest nie tylko obserwacja dziecka, nie tylko rozmowa z nim na temat odbieranych treści, lecz także wyjaśnienia uzupełniające, korygowanie poglądów i przekonań, skłanianie do krytycznej oceny i dokonywanie wyboru. Rodzice powinni kierować i modyfikować oddziaływanie telewizji na dzieci. Jednak należy pamiętać, że program telewizyjny, choćby najciekawszy nie zastąpi dziecku rodziców. **Dlatego znacznie cenniejsza jest wspólna rozmowa, przytulenie, zabawa, wspólny spacer, jednym słowem „bycie z dzieckiem”. To zaspakają najważniejsze dla prawidłowego rozwoju dziecka potrzeby psychiczne: bezpieczeństwa, miłości, bliskości.**