# Wpływ telewizji na małe dzieci

6/06/2016

*Do naszych domów wprowadzamy coraz to nowsze i doskonalsze urządzenia, które odciążają nas w naszych codziennych obowiązkach lub, po prostu, dostarczają rozrywki. Wraz z rozwojem audiowizualnych mediów rolę przewodnią przejmuje obraz, podczas gdy słowo mówione i pisane spychane są na dalszy plan. Jakie skutki mogą mieć te szybko postępujące zmiany dla szczególnie wrażliwej i nieukształtowanej jeszcze psychiki małych dzieci?*

Na dziecko już od najmłodszych lat wpływają różne czynniki środowiskowe, takie jak rodzina, żłobek, inne dzieci z placu zabaw. Istotną rolę w odkrywaniu przez malucha świata nabiera również telewizja. Środki masowego przekazu już od pierwszych miesięcy życia oddziaływają na dzieci, stopniowo stając się coraz ważniejsze w życiu małego człowieka.
Oddziaływanie to można opisać w trzech wymiarach:

1. czas,
2. sposób przekazywanych treści,
3. jakość przekazywanych treści.

## Złodziej czasu

Czas oglądania telewizji jest jednocześnie czasem skradzionym innym zajęciom, takim jak ruch na świeżym powietrzu, zabawy z rówieśnikami. Szczególnie ważne jest to dla dzieci kilkuletnich, które potrzebują dużo ruchu do prawidłowego rozwoju fizycznego i aktywnego poznawania świata. Poprzez odkrywanie otoczenia i kontakty z dorosłymi dziecko zdobywa wiele informacji oraz buduje wiedzę na temat świata fizycznego i społecznego. Częste pozostawianie dziecka przed ekranem telewizora może zabierać ten cenny czas rodzinnych rozmów i wspólnych zabaw, które wzmacniają poczucie bezpieczeństwa małego dziecka i wzmacniają więź między członkami rodziny. **Warto się więc zastanowić, czy i w jakim stopniu oglądanie telewizji przez dzieci wiąże się z rezygnacją z innych zajęć.**

## Chaos na ekranie, czyli o specyfice przekazu telewizyjnego



Telewizja oddziałuje na małe dzieci również poprzez specyficzny sposób przekazywania informacji. Obraz telewizyjny w początkach jej istnienia trwał przeciętnie 30 sekund. Teraz jest on nie dłuższy niż 5 sekund, co jest prawie na progu świadomości dziecka. Potok zmieniających się obrazów i nadmiar informacji zawartych w programach telewizyjnych, nawet tych przeznaczonych dla dzieci, może okazać się nieodpowiedni dla jeszcze nieukształtowanego układu nerwowego malucha. Natłok bodźców skutkuje więc często zniecierpliwieniem, rozdrażnieniem, zmęczeniem dzieci.

Ponadto maluchy nie potrafią ocenić, które treści są istotne, a które nie. Nie umieją również jeszcze odróżniać fikcji od rzeczywistości. Duża ilość bodźców na raz, których maluch nie jest w stanie przetworzyć, sprawia, że dzieci są zmuszone do selekcjonowania odbieranych treści. Nie mając czasu na ich uporządkowanie, przyswajają informacje tylko podstawowe, łatwiejsze w odbiorze. Uczą się chaotycznego wybierania treści. W takich warunkach zaczynają preferować treści niewymagające wysiłku umysłowego. Dziecko, przy trudniejszych zadaniach, zaczyna szybko się frustrować. W przyszłości prowadzić to może do uszkodzenia zdolności koncentracji. **Jeśli już pozwalamy dziecku oglądać jakiś program, upewnijmy się, ze jest on dostosowany do jego wieku i możliwości poznawczych.**

Powinniśmy zwracać również uwagę na odległość, z jakiej dzieci oglądają telewizję. Dzieci uwielbiają trzymać oglądane na ekranie postacie na wyciągnięcie ręki. Ze względu na szkodliwe promieniowanie emitowane przez ekran, **optymalną odległością jest jednak 2,5 metra**. Zachowanie odpowiedniej odległości jest szczególnie ważne, ponieważ wzrok w okresie wczesnego dzieciństwa rozwija się bardzo intensywnie. Długotrwałe wpatrywanie się w ekran przeciąża wzrok i może doprowadzić do chorób oczu.

## W krzywym zwierciadle ekranu, czyli o rzeczywistości telewizyjnej

Należy sobie również zadać pytanie, jak treści przekazywane w programach wpływają na rozwój psychiczny naszych maluchów? Badania nad treścią przekazów telewizyjnych jednoznacznie dowodzą, że świat przedstawiany przez media jest odmienny od rzeczywistości. Media używają bowiem symboli, sloganów, obrazów odwołujących się do podstawowych emocji, stereotypowego sposobu myślenia czy uproszczonych osądów. Tworzą w ten sposób specyficzny komunikat, zniekształcony na potrzeby marketingowe, który daleki jest od realności.

Małe dziecko nie potrafi w sposób krytyczny podchodzić do treści przedstawianych mu w programach telewizyjnych oraz reklamach. Badania wykazały, że jeszcze w wieku 8 lat dzieci nie odróżniają reklam od innych programów, takich jak kreskówki czy dobranocki. Im młodsze dziecko tym oddziaływanie reklam jest silniejsze. Świat reklam wyrabia u dziecka postawę „mieć” i to „mieć teraz”, czyli przekonanie o niezbędności wielu produktów. Ważna staje się więc rola rodzica, który może wyjaśnić dziecku specyfikę fikcji telewizyjnej i reklamowej.

Problemowi wpływu telewizji na małych odbiorców naukowcy przyglądają się od dawna. Ciekawe wyniki na ten temat dały eksperymenty Alberta Bandury, amerykańskiego psychologa społecznego, z lalką Bobo. Dorosła osoba, na oczach dzieci, zachowywała się w sposób agresywny w stosunku do jednej z zabawek, nadmuchanej lalki. Krzyczała, uderzała, rzucała lalką. Później pozwolono dzieciom bawić się swobodnie zabawkami w tym samym pokoju, co osoba dorosła. Zadziwiające było to, że dzieci, w trakcie zabawy, naśladowały agresywne zachowanie dorosłego, bijąc lalkę. Ponadto

stosowały również inne znane im akty agresji. Bandura tłumaczy zachowanie dzieci wpływem procesu zwanego **modelowaniem**. Umiejętność ta rozwija się w pierwszych dwóch latach życia. Dzięki niej, dziecko powtarza proponowane przez dorosłego zachowania, ucząc się najpierw wyrazów twarzy, potem gestów i ruchów. W ten sposób wchodzi w interakcję z opiekunami. Dziecko, w naturalny dla siebie sposób, uczy się poprzez naśladowanie, czyli upodobnianie się do modelu. Możliwe jest więc uczenie się agresywnego sposobu zachowania z przekazów w mediach.

Choć przemoc jest na ogół potępiana, obserwujemy ogromną popularność filmów, programów, informacji o tematyce wojennej, co może wskazywać, że jest ona dla ludzi bardziej interesująca. Możemy również trafić na akty przemocy w bajkach dla dzieci. Chociaż ilość przemocy w programach dla dzieci od lat 90-tych zmniejszyła się, to nadal można zaobserwować wiele negatywnych emocji w nich zawartych. Szczególnie często emocje typu: zazdrość, złośliwość, szyderstwo, strach, groza, wrogość, zemsta, bezradność pojawiają się w amerykańskich filmach rysunkowych. W przeciętnej godzinie programu telewizyjnego w szczytowym czasie oglądalności pojawia się 5-6 aktów przemocy. Badania pokazują również, że dzieci naśladują zarówno osoby dorosłe jak i postacie animowane z kreskówek. Telewizja, dostarczając w ten sposób agresywnych wzorców zachowania, daje dziecku gotową odpowiedź, jak reagować w sytuacjach frustrujących i dziecko zaczyna zachowywać się agresywnie. Ponadto dziecko, mając tak często kontakt z agresją, nabywa pewnego znieczulenia na ból innych, co w przyszłości może mieć negatywne skutki w jego rozwoju społecznym.

**Wpływ telewizji jest szczególnie znaczący, gdy młody widz nie ma dostępu do innych źródeł wiedzy**, innych wzorców wartości, oceny oglądanych treści. Przekaz telewizyjny staje się wówczas jedyny. Warto więc mieć kontrolę nie tylko nad tym, ile, ale również jak dzieci oglądają telewizję. Poprzez tłumaczenie dzieciom różnych motywów postępowania bohaterów telewizyjnych wprowadzamy je w zawiły świat społecznych uwarunkowań. **Angażując dzieci we wspólne rozmowy na temat oglądanych programów, uczymy również aktywnego i krytycznego podejścia do problemów.**

# Nie taki potwór straszny…, czyli jak ujarzmić telewizor

Poza aspektami negatywnymi telewizji, należy pamiętać również o pozytywnym jej wpływie na dzieci. Coraz częściej tworzone są bowiem profesjonalnie przygotowane programy, które dostosowują sposób przekazywania informacji do wieku swoich widzów. Najmłodsi widzowie powinni zaczynać przygodę z telewizją od prostych programów. Ze względu na to, że małe dzieci potrafią skupić uwagę tylko na jednym szczególe, filmy te powinny mieć ograniczoną ilość bodźców, czyli proste tło, mało kolorów, nieskomplikowaną fabułę z jednym tematem przewodnim. Często programy te nakierowane są na rozwijanie kolejnych umiejętności małego dziecka, takich jak: poczucie rytmu przy śpiewaniu piosenek, liczenie, alfabet, nowe słowa i pojęcia, rozpoznawanie prostych emocji, poznawanie nowych sytuacji. Czas wyświetlania nie powinien przekraczać kilkunastu minut, po tym czasie bowiem dziecko może być już zmęczone.

Kolejnym etapem poznawania świata telewizji mogą być dobranocki, a dla starszych dzieci, które chodzą już do szkoły – programy geograficzne, przyrodnicze, kulturowe. W miarę rozwoju malucha czas oglądanych programów może być stopniowo wydłużany.

**Telewizja może być kolejnym narzędziem wychowywania dzieci. Tematy sygnalizowane w programach telewizyjnych są bowiem dobrą okazją do rozmów.** Zwracanie przez rodziców uwagi malucha na ważne treści, komentarz rodziców może być bardzo przydatny w procesie uczenia dziecka pożądanych zasad. Wspólne, aktywne poznawanie świata prezentowanego przez telewizję staje się kolejną przestrzenią do komunikacji rodzica z dzieckiem.

* * *

Podsumowując, telewizja może wpływać na młodych widzów zarówno pozytywnie, jak i negatywnie. Rolą rodzica staje się ocena programów telewizyjnych pod względem zawartych w nich treści i sposobu ich przedstawiania. Psycholodzy i pedagodzy doradzają umiarkowanie w oglądaniu, ale przy aktywnym komentarzu rodzica, telewizja staje się kolejnym narzędziem, dzięki któremu dziecko poznaje świat.

*Autor: Paulina Sulima*

*Bibliografia:*

1. M. Braun-Gałkowska, I. Ulfik-Jaworska, „Zabawa w zabijanie. Oddziaływanie przemocy prezentowanej w mediach na psychikę dzieci”, Gaudium, Lublin 2002.
2. B. Kuczyńska, „Oddziaływanie telewizji na dzieci” Edukacja i Dialog.
3. D. Królikowska-Wałach, M. Mielczarek, „Percepcja programów telewizyjnych dzieci w wieku przedszkolnym”, art. dostępny na stronie http://www.sod.ids.czest.pl/publikacje2/l1124-1125/l1124.pdf.
4. E. Napora, „Wpływ telewizji na zachowanie dzieci”, Niebieska Linia, nr 3 / 2004.