

Dzieci potrafią oglądać telewizję – 8 zasad bezpiecznego korzystania z telewizora

Współczesne dzieci żyją w świecie zupełnie innym niż poprzednie pokolenia. Coraz częściej ich dzieciństwo określane bywa mianem „dzieciństwa telewizyjnego”.

Telewizja jest obecnie jednym najpopularniejszych środków masowego przekazu, a jej oglądanie najczęstszym sposobem spędzania wolnego czasu. Warto więc zastanowić się nad świadomym wykorzystywaniem jej w procesie wychowywania dzieci.

Strach rodziców przez „złym wpływem telewizji” to zły doradca. Jasne zasady które obowiązują na innych obszarach wychowania dotyczą również telewizji. Nie ma recept na wychowanie i mądre korzystanie z telewizji. Są natomiast zasady, które mogą pomóc rodzicom znaleźć ich własny styl wychowania.

1. Motywacja

Należy sobie uświadomić dlaczego dziecko siada przed telewizorem. Jeżeli dziecko przejawia nienasyconą chęć oglądania telewizji i wybiera taką formę spędzania czasu ponad wszelkie inne (np. zabawę na dworze) to wyjaśnienie tego leży w indywidualnych doświadczeniach życiowych dziecka: w jakiś traumatycznych przeżyciach, samotności, braku innych ciekawych i atrakcyjnych zajęć w tym czasie. Fakt spędzania przez dziecko wielu godzin przed telewizorem to często wołanie o pomoc. Należy sobie odpowiedzieć na pytanie czy oglądanie telewizji to forma oderwania się od codzienności, czy jest to jeden z elementów urozmaiconego życia - forma relaksacji.

2. Plan dnia

Czas oglądania telewizji musi być dostosowany do rozkładu dnia dziecka, a nie na odwrót. Telewizja ma stanowić urozmaicenie a nie codzienność.

3. Zakazy

Telewizja nie powinna służyć ani od nagradzania ani do karania dziecka

4. Wiek dziecka

Zlecany czas oglądania telewizji dla dzieci w wieku 3 do 6 lat to max. ok. 80 minut dziennie, dla dzieci 7 do 10 lat o pół godziny dłużej.

5. Wspólne oglądanie telewizji

Jeżeli jest to możliwe dzieci nie powinny oglądać same telewizji. Podczas nauki umiejętności oglądania i interpretacji programów telewizyjnych to dorosłemu przypada rola osoby wspierającej. Dziecko w dorosłym musi odnaleźć partnera który aktywnie go wysłucha, rozumie a w razie potrzeby wytłumaczy. Dorosły nie ma być cenzorem. Należy unikać kazań, pouczeń i zakazów. Jeśli się jakiś program rodzicom nie podoba należy sformułować krytykę w pierwszej osobie „nie lubię...”

6. Zachowanie przed telewizorem

Dzieci to co oglądają próbują oddawać gestami, mimiką i ruchem. Dzieciom potrzebny jest ruch podczas oglądania aby a bieżąco rozładować narastające w nim napięcia.

7. Miejsce telewizora

Odbiornik telewizyjny nie powinien znajdować się w centralnym punkcie mieszkania

8. Odpowiednio dobrany program

Oczekiwania dzieci względem ulubionych programów TV:

- dobre zakończenie
- ograniczona ilość bohaterów
- „miękką linią rysunku”- zaokrąglona
- ruch, akcja (dzieci do 9 roku życia mają trudności z rozróżnieniem akcji pierwszo i drugo planowej w filmach czy też właściwą oceną czasu i miejsca. Mają też problemy ze

zrozumieniem kadrów filmowych (np. powiększeń – np. boją się przesadnie dużych mrówek gdy pokazywane jest ich życie w powiększeniu kadru)

- konkretne czasowe i przestrzenne tło

- muzyka i odgłosy (dzieci nie tylko oglądają film, one go słuchają, czują, wręcz przeżywają. Patrzenie i słuchanie jest nierozłączne. Dzieci nie słuchają tylko uszami ale są również w stanie w dużo większym stopniu niż dorośli odbierać fale dźwiękowe przez skórę i kości. Niektóre tony są u nich w stanie wywołać gęsia skórę).

* Literatura: Jan – Uwe Rogge „Dzieci potrafią oglądać telewizję” Jan – Uwe Rogge

Opr. Magdalena Wierdak