

Вплив мультфільмів на дитину

Мультиплікаційні фільми не випадково улюблені дітьми різного віку. Яскраві, видовищні, образні, з одного боку, і прості, ненав'язливі, доступні з іншого, мультики, близькі за своїми розвиває, виховним можливостям казці, гри, живого людського спілкування. Персонажі мультиплікаційних фільмів демонструють дитині найрізноманітніші способи взаємодії з навколишнім світом. Вони формують у малюка первинні уявлення про добро і зло, еталони гарного і поганого поведіння.

Через порівняння себе з улюбленими героями дитина має можливість навчитися позитивно сприймати себе, справлятися зі своїми страхами і труднощами, шанобливо ставитися до інших. Події, що відбуваються в мультфільмі, дозволяють підвищувати обізнаність крихти, розвивати його мислення і уяву, формувати його світогляд. Таким чином, мультфільм - це ефективний засіб виховання дитини.

Але не всі мультфільми, так корисні для наших дітей. На жаль, багато трансльовані сьогодні мультфільми побудовані психологічно, педагогічно чи етично безграмотно і можуть мати небезпечні для дитини наслідки, наприклад южный парк 13 сезон смотреть онлайн.

Я перерахую ознаки "шкідливого мультика", від перегляду якого варто відгородити дитину:

1. Головні герої мультфільму агресивні, вони прагнуть завдати шкоди оточуючим, нерідко калічать чи вбивають інших персонажів, причому подробиці жорстокого, агресивного ставлення багаторазово повторюються, детально розкриваються. Наслідком перегляду такого мультфільму може стати прояв жорстокості, безжалісності, агресії дитиною в реальному житті.

2. "Погана" (не правильне) поведінка героїв мультфільму ніким не карається. Персонажа, що порушує загальноприйняті правила, ніхто не шльопав, не ставить в кут, не говорить, що так робити не можна. У підсумку, у маленького телеглядача закріплюється уявлення про допустимість подібних форм поведінки, знімаються табу, розхилюється еталони гарного і поганого вчинку, допустимого і неприйняттого поведінки.

3. Демонструються небезпечні для життя дитини форми поведінки, повторювати які у реальній дійсності недоцільно, нерозумно і навіть просто небезпечно. Перегляд таких прикладів для наслідування може обернутися для дитини зниженням порога чутливості до небезпеки, а значить потенційними травмами.

4. Використовуються несимпатичні, а часом навіть потворні герої. Для дитини зовнішність ляльки-мультишки має особливе значення. Позитивні персонажі повинні бути симпатичними або навіть красивими, а негативні - навпаки. У випадку, коли всі персонажі жахливі, потворні, страшні незалежно від їх ролі, у дитини немає чітких орієнтирів для оцінки їх вчинків. Крім того, коли дитина змушений наслідувати, ідентифікувати себе з несимпатичним головним героєм - неминує страждає внутрішнє самовідчуття малюка.

Діти - істоти відкриті й добрі і усмоктують в себе все, як губка. А тепер уявіть собі, що може випробувати маленький чоловічок після сорока хвилин перегляду

мультфільму, головна ідея якого бійки, битви, погоні, перетворення на мутантів і чудовиськ, кров, вибухи та інші "принади"? Для чого маленьким дитячим вушкам вислуховувати лайку та образи, якими обсипають один одного герої мультфільму? Про які здорових посмішці і сміх може йти мова? Що у всьому цьому пізнавального і повчального? Такий перегляд може лише "збагатити" лексику дитини нецензурними виразами, розвинути такі почуття, як злість і агресія. Дорослий, психічно здорова людина - і той зазнає неприязнь від побаченого і почутого. Після такого можна не дивуватися появі боязні темноти, страху залишатися на самоті, жорстокості в грі і агресивної поведінки в житті і багатьом іншим "результатами".

Дитина-комп'ютероман. Що робити?

Якщо ваша дитина, не навчившись толком зав'язувати шнурки, як кулемет строчить по клавіатурі; поява нової програми або гри діє на неї, як наркотик; тоді як «нормальні» діти носяться по вулиці, ганяючи м'яча, ваше чадо може годинами висіти за комп'ютером без їжі і сну - ця стаття для вас.

Кожен знає про шкodu впливу комп'ютерної залежності на психічне і фізичне здоров'я дітей. На практиці виглядає це дуже непривабливо: уроки робляться як-небудь, успішність нестримно падає, кращий друг - комп'ютер, відповідно проблеми з комунікабельністю, малорухливість і їжа, що з'їдається за комп'ютером або в поспішках від чого батьки теж не будуть в захваті.

Мінуси можна перераховувати ще довго, вони переважають декілька жалюгідних плюсів, повторюваних папами і мамами для заспокоєння совісті самим собі: «Нехай краще так, чим палити в під'їзді» або «в житті згодиться». Як може згодитися в житті проходження гри Counter Strike, не знає ніхто.

Домовленості, крики, нотації, запарювання системи, як правило, дають негативний результат. Не поспішайте давати вихід роздратуванню. Ваша дитина-комп'ютероман? Ось декілька порад, як отримати з цього користь. Купуйте ігри і програми на англійській мові і, повірте, незабаром вчителька англійської буде вражена словарним запасом вашого чада.

Якщо немає можливості придбати окремий комп'ютер, виділіть дитині окрему операційну систему у вашому. Урочисто повідомте, що тепер він господар і може робити в ній, що забажає. Хай колунається, обслуговує, пробує програми - і однокласники швидко почнуть його поважати, та запитувати поради.

Порадьте вести щоденник або власні записи в комп'ютері, і ви навіть не встигнете зрозуміти, коли дитя освоїло Office Word.

Підкиньте маленькому комп'ютерному генієві болванок і покажіть, як записувати диски. Повірте, він знайде їм застосування.

Домашнє відео і фото - ось де простір для творчості і фантазії. І нехай першими будуть змонтована батькова голова і тулуб кішки, а відеокліп - з дня народження бабусі. Головне - він знає ЯК це робити.

Але головне - встановіть непорушні правила користування ПК. Невиконання яких карається вищою мірою покарання: відлучення від ПК на день, два, а то і тиждень. Зрозуміло, що Вам буде шкода бачити свою пригнічену дитину. А ще будьте готові, що вона може пустити в хід сльози, істерики і шантаж. Тримайтеся, буде нелегко, але, думаю, не варто пояснювати, чому здаватися не можна. Хочеш місце за комп'ютером, виконуй правила:

Користуватися ПК в умитому, причесаному і одягненому вигляді.

Сідати за комп'ютер лише в разі вивчених уроків і в повністю чистій і охайній кімнаті.

За комп'ютером не приймати їжу, чай, лимонад і т.п.

Список справ, залишених мамою, виконаний на 100%.

Не битися за мишку з сестрою (братом) - вчитися домовлятися.

Не чіпати папки «Папа» і «Сюди не лізь».

Можна при бажанні додати ще пару пунктів, але, впевнені, вистачить навіть і цього. Практика показує, що після виконання вищеперелічених умов, часу на ПК залишається якраз стільки, аби не зашкодити дитячому організму.

Звичайно, не всі наведені тут правила і поради можуть спрацювати, а ще як мінімум один з батьків повинен вміти користуватися і обслуговувати ПК. Але якщо ваш маленький комп'ютерман кмітливий, не має особливих проблем з навчанням в школі, голова знаходиться на потрібному місці, а за зайву годину за комп'ютером він готовий навіть мити посуд, придивіться уважніше до своєї маленької дитини, можливо, це майбутній Біл Гейтс?

Комп'ютерна залежність у підлітків

На жаль, в умовах сучасного життя наші діти, особливо підлітки, потрапляють в пастки різних залежностей. Вживання алкоголю і наркотиків серед молодих людей, незважаючи на пропаганду здорового способу життя, знаходиться як і раніше на дуже високому рівні.

Ще одна небезпека криється в надмірній залежності підлітків від комп'ютера – Інтернету, ігор, соціальних мереж. Комп'ютери є сьогодні в більшості сучасних квартир і нам вже важко уявити собі, як обходиться без цих дзиччат помічників – вчитися, працювати, розважатися. Миттєва передача даних і пошук потрібної

інформації, підтримка зв'язку з друзями, покупки, онлайн ігри на кшталт Fallout 4, кіно і багато-багато іншого – все це досягнення сучасних технологій, якими із задоволенням користується людство.

Однак ця ситуація має й зворотний бік – надмірне захоплення комп'ютером поступово підриває фізичне та інтелектуальне здоров'я, руйнує нервову систему і в результаті робить залежну від комп'ютера людину не лише хворою, але і самотньою.

Сучасні соціальні мережі, комп'ютерні ігри онлайн, можливість долучитися до будь-якої, навіть самої забороненої в суспільстві інформації за допомогою інтернету, немов спеціально створені для підлітків, нервова система яких ще не зміцніла остаточно, адже дітям цього віку (12-16 років) спочатку притаманні прагнення до ескапізму (деякому відстороненню від реальності), фантазування, схильності видавати бажане за дійсне і т.д. Комп'ютер і інтернет повністю задовольняють ці потреби молодшої людини, яка за їх допомогою може стати ким завгодно у своєму віртуальному просторі.

Крім того, в підлітковому віці складаються уявлення про моральність, добро і зло, які під впливом інформаційного потоку з комп'ютера і телевізора можуть значно спотворитися.

Отже, ми не будемо докладно перераховувати всі шкідливі аспекти комп'ютерної залежності (це не тільки порушення зору та постави, роботи внутрішніх органів, тахікардія, порушення тиску, а й соціальна ізоляція, а в крайніх випадках – психічні порушення), а одразу перейдемо до видимих ознак цієї недуги і методів позбавлення від них.



Ознаки комп'ютерної залежності у підлітків

Отже, ознаки інтернет-залежності у підлітків такі:

Дитина проводить велику частину часу за комп'ютером, забуваючи відволіктися на їжу та сон;

Через захоплення віртуальною реальністю знижується його успішність у школі;

Підліток воліє віртуальне спілкування реальному, мало виходить з дому, у нього майже або зовсім немає друзів;

Інтереси підлітка обмежуються тільки захопленням комп'ютером.

Ви помічаєте, що підліток став більш дратівливим, або навпаки, виявляє байдужість до оточуючих.

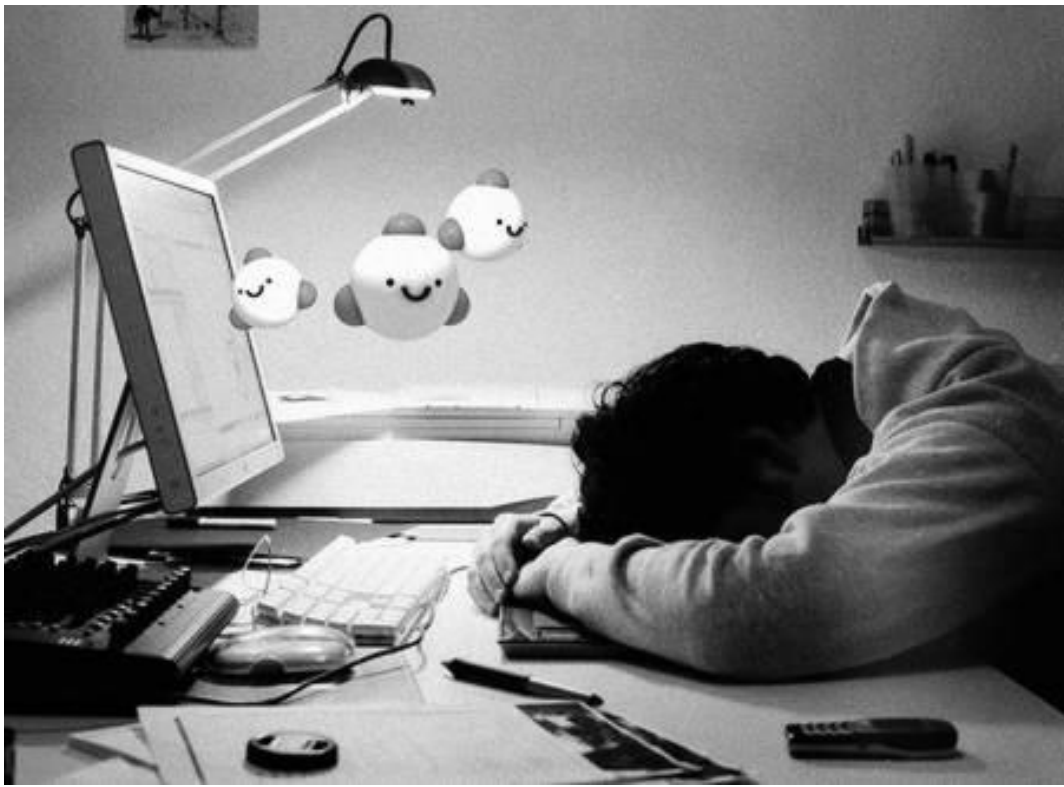
Як позбутися від підліткової інтернет-залежності

Від інтернет-залежності можна позбутися, якщо перемкнути увагу підлітка на що-небудь інше. Для цього, в першу чергу, зверніть увагу на спосіб життя вашої родини – чи достатньо уваги ви приділяєте своїй дитині, чи є у вас свої інтереси і чи поділяє він їх, як часто ви збираєтеся всі разом, щоб вийти на природу, сходити в музей, покататися на велосипедах ... Якщо такого немає, спробуйте почати прямо зараз – поговоріть з підлітком, дайте зрозуміти йому, що вам щиро цікаві всі його думки і справи; запропонуйте йому придумати якийсь спільний захід.

Заняття спортом, подорожі та прогулянки, спілкування з друзями, інтереси яких ширше, ніж життя онлайн – все це сприяє появі нових життєвих цілей і пріоритетів у молодшої людини. Головне, щоб ваші з ним стосунки носили не формальний, а щирий і доброзичливий характер, адже часто діти з головою йдуть в інтернет саме через брак батьківської любові та уваги.

Ще одна причина – невдачі в сфері спілкування з однолітками . У такому випадку необхідно допомогти підлітку знайти упевненість в собі (напевно окрім комп'ютера існують і інші види діяльності, в яких він може бути кращим), пояснити йому, що занурення у віртуальний світ – це не вихід і не вирішення проблеми і знайти спосіб розширити коло спілкування дитини (наприклад, можна записати його у будь-якій гурток за інтересами або відправити відпочивати в хороший дитячий табір – там будуть інші хлопці, з якими йому, можливо, вдасться налагодити контакт). Втім, навчити підлітка спілкуватися з однолітками може допомогти дитячий психолог.

Взагалі, до допомоги психолога чи психотерапевта необхідно вдатися також у тому випадку, якщо комп'ютерна залежність підлітка затягнулася або набула надто серйозний оборот.



Як проявляється комп'ютерна залежність дитини?

У нашу епоху комп'ютеризованості з'являється все більше і більше дітей, які з усіх видів розваг віддають перевагу комп'ютерам. Безумовно, комп'ютери займають важливе місце в нашому повсякденному житті, але і як наслідок - до них дуже легко виникає залежність. З кожним роком зростає кількість батьків, які стурбовані проблемами, що виникають у дітей з комп'ютерної залежності. Щоб уникнути прояву, так званого синдрому постійної втоми від комп'ютера, необхідно серйозно поставитися до того, скільки часу дитина сидить за комп'ютером.

Синдром постійної втоми у дитини з комп'ютерної залежності

Синдром постійної втоми - це стан, який завданої тривалим перебуванням за комп'ютером і постійне зорова напруга. На екрані комп'ютера, як і на екрані телевізора картинки і текст злегка мерехтять, і саме це викликає сильне зорова напруга. При роботі з комп'ютером дитина моргає рідше, ніж зазвичай і через нестачу вологи очне яблуко пересихає. А для нормального функціонування ока, волога просто необхідна. Це один з основних факторів, що впливають на втому від роботи з комп'ютером.

Другим важливим чинником впливає на втому є неправильно підібрані контактні лінзи або окуляри для роботи з комп'ютером. Це може викликати зайву напругу очного яблука і неправильну поставу, так як дитина буде постійно намагатися всістися зручніше, щоб нормально бачити зображення на екрані.

Якщо синдром втоми від комп'ютера буде виникати часто, то зорова система не буде встигати відновлюватися. Якщо сухість очей буде мучити дитину тривалий

час, то необхідно звернутися до лікаря, тому що це може призвести до серйозного погіршення зору вашої дитини.

Симптоми синдрому постійної втомленості у комп'ютерозалежних дітей:

1. Почервоніння і подразнення очей;
2. Дуже втомлений погляд;
3. Посилена чутливість до яскравого світла;
4. Очі постійно сльозяться;
5. Знижується здатність до роботи;
6. Постійні болі в області плечей, ший і спини;
7. М'язові спазми;
8. Болі в шлунку і головні болі.



Чим Ви можете допомогти?

Якщо дотримуватися простих правил, то Ви зможете зберегти зір ваших дітей та уберегти їх від дискомфорту при роботі з комп'ютером.

☺ Не варто економити на моніторі

☺ Оптимальним є хороший LCD монітор. Якщо ж LCD для Вас дороге і Ви зупинили свій вибір на ЕПТ то вибирайте монітор, що підтримує високу частоту оновлення та велику роздільну здатність. Монітор повинен регулярно протиратися від пилу і розташовуватися трохи-трохи нижче рівня очей. Оптимальним є світлий фон і темні літери на ньому.

☺ Зменшуємо мерехтіння монітора

☺ Уникайте яскравого верхнього світла і не направляйте настільну лампу на екран. Так само важливо, що б сонячне світло не падало на екран. У цьому вам допоможуть штори.

☺ Правильна постава

☺ Оптимальне відстань для очей це 50 см. від екрана, при цьому спина у дитини не повинна бути зігнутою.

☺ Робіть перерви

☺ Об'ясніть дитині важливість невеликих перерв під час роботи з комп'ютером. Що б допомогти очному яблуку потрібно періодично дивитися в дати і частіше моргати.

☺ Регулярно перевіряйте контактні лінзи і окуляри

☺ Важливо пройти консультацію та очного лікаря і дізнатися чи підходять ваші окуляри або лінзи для роботи з комп'ютером і чи все в порядку із зором. Періодичне відвідування очного лікаря не буде зайвим.

☺ Я впевнена, що Ваша дитина зможе уникнути проблем із зором і здоров'ям з Вашою допомогою. Так само можна і уникнути комп'ютерної залежності дитини. Оберніть залежність дитини від комп'ютера на благо: розвиток і заняття. Успіху вам!

Підлітків поглинає комп'ютерний психоз



Сьогодні в світі сучасних технологій мільйони комп'ютерів є необхідним атрибутом, як особистого життя, так і навчання та роботи. Але робота комп'ютера має й інший бік: негативний вплив на здоров'я людини.

Ще якісь кілька десятків років тому ми й знати не знали про таку річ, як комп'ютер. Ба, навіть не здогадувалися, що такі пристрої можуть бути сконструйовані, аж поки Джон фон Нейман не створив першу ЕОМ. З часом ми стали називати його комп'ютером, який сьогодні, значно вдосконалений порівняно з

першим зразком, є необхідним атрибутом як особистого життя, так і навчання та роботи.

Але, як це завжди буває з технічними винаходами, робота комп'ютера має й інший бік: негативний вплив на здоров'я людини, в тому числі й на психіку. Поряд із відомими всім випромінюваннями, які створює комп'ютерна техніка, порушенням зору, останнім часом спеціалісти наголошують на порушенні діяльності центральної нервової системи. Серед таких порушень: головний біль, втома, запаморочення, порушення сну, зниження розумових здібностей, погіршення пам'яті, депресія, апатія, підвищена дратівливість, часта і швидка зміна настрою, сонливість. При цьому головними жертвами такого впливу комп'ютера стають діти.

Медики надзвичайно схвильовані тим, що серед користувачів ПК, особливо підлітків, виявлено новий тип захворювання – синдром комп'ютерного стресу, який супроводжується наведеними вище симптомами, а також депресією.

Автор досліджував вплив персонального комп'ютера на психіку київської молоді.

«Однозначно сказати, що комп'ютер – це добре чи погано, не можна, – говорить кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології Національного авіаційного університету Любов Помиткіна. – Звичайно, багато в чому це залежить від часу, проведеного за комп'ютером. Психологи рекомендують проводити за ним 1-1,5 години не більше двох разів на тиждень. Але ж цих рекомендацій не дотримуються. Тому спеціалісти говорять про необхідність переключення діяльності: годину попрацював за комп'ютером, пішов зробив якісь фізичні вправи. Особливо це стосується дітей. Після віртуальної гри слід обов'язково скидати агресивні емоції, які при цьому виникають, не давати їм «западати» всередину.

Якщо говорити про вплив комп'ютера на психіку дитини, то тут слід виокремлювати комп'ютерні ігри. В моїй практиці був випадок, коли учень 11 класу навіть не прийшов на державний екзаме́н, захопившись комп'ютерної грою. Він говорив, що йому нічого не треба. Комп'ютер замінював для цього учня усе».

Випадок, наведений Любов'ю Віталіївною, не поодинокий. Та наслідки надмірного захоплення грою за комп'ютером є куди більш страшні.

Серпень 2001 р. – 22-річний таїландець помер під час гри в «Counter Strike». Причина смерті – серцева недостатча, яка стала результатом надмірних хвилювань під час гри.

У вересні 2001 р. в Тюмені був заарештований 17-річний підліток, який забив своїх батьків залізними прутами через те, що ті не пускали його в комп'ютерний клуб, а 22-річного китайця стратили за отруєння матері у зв'язку з тим, що вона не давала синові грошей на комп'ютерний клуб.

У травні 2002 р. два дніпропетровські підлітки вбили свого приятеля і вкрали гроші та цінності для оплати часу для гри в комп'ютерних клубах.

Жовтень 2002 р. – в одному з південнокорейських комп'ютерних клубах помер 24-річний ігromан. Причина – виснаження й перевтома організму: молода людина провела за іграшкою більше 86 годин, не відволікаючись на прийом їжі.

Учені-психологи наголошують, що 80% учнів загальноосвітніх шкіл захоплюються комп'ютерними іграми, причому більшість захоплюється досить серйозно: діти у віці 10-12 років мають «ігровий стаж» у 4-6 років.

«Більше грають спокійніші діти, які не мають визнання в колективі. Комп'ютер дозволяє їм самоствердитися якщо не в реальному, то у віртуальному світі. Там такий підліток почуває себе непереможним героєм і тому починає втрачати інтерес до реального життя, – продовжує Любов Помиткіна. – Визначити залежну від комп'ютера дитину в колективі нескладно. Вона не хоче ні в чому приймати участь, вчиться так собі, веде себе пасивно, має астеничний вигляд (худий, сутулий, мішки під очима). У такого підлітка погіршуються стосунки вдома з родиною, з'являється зневага до батьків. Дитина, яка живе у віртуальному світі, себе вже фактично не контролює. Комп'ютер позбавляє її волі, свободи вибору».

Я вирішив поцікавитися у самих молодих геймерів, як вони себе почувають після тривалих комп'ютерних баталій. Для цього відвідав декілька комп'ютерних клубів.

«У нас завжди вистачає відвідувачів, – говорить Андрій, адміністратор одного з комп'ютерних клубів столиці. – Грають, переважно, школярі у стрілялки, футбол. Причому так захоплюються, що іноді буває складно «відірвати» їх від комп'ютера: час же не безмежний».

Провівши опитування, виявив що ігromани, які проводять за комп'ютером по 5 і більше годин, найбільше скаржаться на сонливість (65%), слабкість (40%), погіршення зору (30%), самопочуття (22%), неможливість сконцентруватися (15%).

Та це все дрібниці, говорять підлітки, адреналін, який вони одержують від гри – куди більш важливий від усіх цих проявів. Причому молодь грає настільки активно, з такими емоціями, що одразу навіть не здогадуєшся, що вони перебувають у віртуальному світі.

Але не лише комп'ютерні ігри негативно впливають на наших підлітків. У київській школі № 197 ім. Д. Луценка минулого року проводили дослідження зорової уваги та пам'яті в учнів 10-11 класів, які не грали, а просто працювали за комп'ютером. Виявилось, що після 2-х годин роботи за ПК зорова увага знижується на 5-10%, а зорова пам'ять – до 5%.

Найстрашніше в усьому цьому те, що комп'ютерний психоз, залежність від «залізного друга» суспільство поки що не приймає всерйоз. Проблема для багатьох з нас носить такий собі абстрактний характер. Але розвиток передусім ігрового комп'ютерного ринку, збільшення кількості комп'ютерних клубів і підлітків, які там

проводять свій вільний час змушує уважніше ставитися до впливу ПК на ще не сформовану психологію молоді людини.

Що ж робити, якщо ваша дитина надмірно захоплюється комп'ютером? Психологи радять не забороняти користування ПК, а просто обмежувати час проведення за ним. Підлітковий вік – це період, коли людина прагне до самоствердження, бути модним. Заборона в даному випадку може мати зворотний ефект. Спеціалісти також радять допускати до комп'ютера дітей, починаючи хоча б з 3-5 класу.