***Телевизионное насилие***

В наши дни телевизор, компьютер прочно вошли в жизнь малышей. Во многих семьях, как только ребенок начинает сидеть его усаживают перед экраном телевизора, который все больше заменяет бабушкины сказки, мамины колыбельные, разговоры с отцом - экран становится главным воспитателем ребенка. Однако это, казалось бы, безопасное занятие может повлечь за собой весьма печальные последствия не только для здоровья ребенка, но и для его психического развития.

Все больше родителей тревожатся по поводу растущей агрессивности детей. Если 3 – 5 летний ребенок бьет маму, собаку, сверстников в группе или на детской площадке, если никакие дисциплинарные методы не помогают. То стоит задуматься, от чего такие проявления и что с этим делать? Тогда родители обращаются к психологу.

Одним из первых вопросов, который я задаю родителям: «Сколько времени в день ребенок смотрит телевизор (играет в компьютер, планшет) и какие программы?»

Ответы родителей часто поражают. Дети в возрасте от 0 до 4 лет в среднем проводят у телеэкрана от 35 мин до 3-4 часов в день.

Вот простая информация, пусть каждая мама прочтет и оценит, насколько ей безразлично здоровье ее ребенка ". Начнем с ВОЗа:

***Требования ВОЗ к организации телепросмотра для детей:***

* Младенцы и ранний возраст — 0-3 года - ЗАПРЕТ !
* Дошкольный возраст (3-7 лет) — до 30 минут в день
* Младший школьный возраст (7-10 лет) — 30-50 минут в день
* Старшие школьные возраста (11 — 18 лет) — 1-3 часа в день

***Физиологические последствия телепросмотра в раннем возрасте:***

* Недоразвитие корковых отделов мозга;
* Нарушение памяти, внимания;
* Нарушение зрения и зрительного восприятия;
* Проблемы с крупной и мелкой моторикой;
* Нарушение осанки ;
* Недоразвитие мышечной массы;
* Общее недоразвитие речи ***(за последние 20 лет возросло с 4% до 32%)*** ;
* Синдром дефицита внимания с гиперактивностью;
* Агрессивность;
* Аутизм, нарушения общения.

Ответы на вопрос, что смотрит ребенок, тоже удивляют. «Он у нас очень рекламу любит», «Знаете, есть такой канал, там целый день мультики крутят и его невозможно оторвать», «Если выключишь, он такую истерику закатит, да и есть без ничего не будет».

После таких ответов становится понятной природа детской агрессивности. На нашем телевидении совершенно отсутствует цензура, поэтому цензорами для своих детей должны стать сами родители. Если у ребенка появилась агрессивность, ночные страхи, истерики, тревожность, то очень часто причины проблемы - в том, что и как долго смотрит ребенок.

Родители часто задают вопрос: «Что же, теперь совсем запретить ребенку смотреть телевизор?». Конечно, нет. Сейчас есть огромный выбор, как отечественных фильмов, мультфильмов так и зарубежных которые и развивают, и обучают ребенка.

**Если Вы считаете, что без телевизора вашему ребенку не обойтись, соблюдайте следующие правила:**

* Смотреть можно только передачи, предназначенные для маленьких детей, лучше всего отечественные мультфильмы с четкой, ясной картинкой, мелодичной музыкой, добрыми, нестрашными героями и понятным, доступным малышу содержанием. Например, если ребёнок жадничает, то предложите мультфильм «Два жадных медвежонка», если обманывает – «Замок лгунов», если хвастается – «Лягушка путешественница», если неряха – «Мойдодыр» или «Королева зубная щетка».
* Откажитесь от привычки спихивать ребенка на телевизор, как на электронную няньку, даже если вы очень заняты. Вместо этого подыщите ему какое-нибудь дело — пусть учит­ся рисовать или музыке, развивайте интерес к книге. Чтение вместе с близкими взрослыми ещё и способ психологической защиты: книга приходит к детям через мамин или папин голос, а это всегда любовь и доброта, тепло и защита.
* Не ставьте телевизор в детской, если только не хотите окон­чательно потерять контроль над тем, какие передачи и в ка­кое время смотрит ребенок.
* Не оставляйте телевизор включенным для создания шумо­вого фона.

Ребёнок должен учиться познавать мир, и никакие страхи не должны мешать ему в этом. Конечно, телевизор это источник информации, и совсем пренебрегать им не следует, однако нельзя забывать и о том, что телевидение – не средство для полноценного развития ребёнка.