

Zachęcam serdecznie do lektury zgodnie z wcześniejszymi zapowiedziami kolejnego z cyklu artykułu na temat:

„Jak moje dziecko spędza czas wolny?”

Motto:

„Pytanie: co robić, by nie tracić czasu?”

Odpowiedź: doświadczać go w całej jego rozciągłości.”

Albert Camus

„Każdy nauczyciel (wychowawca) i rodzic musi mieć pełną wiedzę i orientację o czasie wolnym swoich dzieci, zwłaszcza grach komputerowych, aby różnorodne, negatywne skutki ich stosowania były jak najmniejsze.”

Zacznę od definicji czasu wolnego: „czas wolny jest zespołem, którym jednostka może się oddawać z własnej woli dla odpoczynku, rozrywki, bądź dla rozwoju swoich wiadomości lub bezinteresownego kształcenia się, względnie dla swego dobrowolnego uczestnictwa w życiu społecznym, po wyzwoleniu się od obowiązków zawodowych, rodzinnych i społecznych. Czas wolny stanowi sferę życiowej aktywności osoby, w której ma ona możliwość wielostronnego rozwijania swoich dyspozycji i sprawności oraz wypoczywania po spełnieniu obowiązków.” Jedną z dróg zachowania twórczego podejścia do czasu wolnego jest przedstawienie dzieciom ofert, które są przedmiotem ich osobistego namysłu i dokonywania samodzielnych wyborów. Funkcje czasu wolnego to: wypoczynek, regeneracja, zabawa, rekreacja, rozwój zainteresowań, rozwijanie aktywności społecznej.

Triada fizjologiczna prawidłowego funkcjonowania organizmu to 3 razy 8 godzin: 8 godzin nauki lub pracy, 8 godzin snu, 8 godzin odpoczynku.

Czas dla dziecka

Warto uświadomić sobie wartość czasu w ogóle („czas to pieniądz”) i dokonać refleksji: ile czasu poświęcamy swoim najbliższym, a szczególnie dzieciom?

Ważnym problemem, który jest aktualnie poruszany jest fakt, że większość dzieci obecnie spędza bardzo dużo czasu przed telewizorem, w sieci lub bawiąc się telefonem komórkowym. Istnieje wiele programów telewizyjnych, w których można oglądać bajki przez cały dzień.

Niektóre emocje, które ujawniają się w czasie oglądania filmu, fabuły gry komputerowej wskazują, że widz spostrzega określone elementy filmowej, fikcyjnej rzeczywistości jak gdyby miały one dla niego, a nie dla postaci obserwowanej na ekranie, istotne znaczenie. Odbiorca reaguje emocjonalnie w taki sposób, jakby miał do czynienia z autentyczną

rzeczywistością, a nie z filmową fikcją, jakby uczestniczył w wydarzeniach, które są przecież udziałem fikcyjnej postaci, która jest pozbawiona waloru realności. Autentyczność reakcji widza wskazuje na to, że w specyficzny sposób bierze on udział w różnego rodzaju czynnościach. W tym sensie można mówić, iż odbiór filmu stwarza okazję do społecznego uczenia się.

Emocje związane z odbiorem filmu (pomijając mechanizm identyfikacji) to przeżycia o charakterze estetycznym, to reakcje widza podczas różnych wydarzeń, np. komicznych. Przeżycia te czy reakcje mogą mieć znaczenie dla utrwalenia pewnych informacji czy form zachowania się, jednak takie związki należy rozpatrywać jako ogólne zależności między emocjami a uczeniem się.

Biorąc pod uwagę poziom rozwoju moralnego oraz procesów poznawczych dziecka, a także sposób odbioru przez nie filmu, można prawdopodobnie ograniczyć oddziaływanie filmu do kształtowania jedynie zewnętrznych przejawów aktywności dziecka.

Film należałoby traktować jako czynnik modelujący zachowanie dziecka, a nie kształtujący wzorce wewnętrzne. Dziecko nie potrafi wyodrębnić informacji dotyczących cech postępowania postaci czy motywów jej działania. Te treści, które wyodrębnia, dotyczą społecznej wartości obserwowanych czynności.

Na podstawie badań przeprowadzonych nad zachowaniami modelowanymi przez filmy w 2000r stwierdzono, że odnoszą się one głównie do aktywności dziecka w zabawie, a nie do realnych sytuacji społecznych. Dzieci do 10 roku życia, podczas oglądania różnych programów:

- skupiają uwagę na wydarzeniach, a nie na postaciach filmu
- występuje silna fascynacja ruchem, postać filmowa nie jest odbierana jako samodzielna, integralna całość;
- rozpoznają i rozróżniają postacie głównie na podstawie czynności, jakie dana postać wykonuje w filmie - wśród cech postaci filmu animowanego 56% stanowią nazwy czynności skojarzonych z daną osobą (pozostałe 44% to atrybuty postaci i cechy jej wyglądu zewnętrznego); -
- nie analizują intencji czynu bohatera, postrzegają jedynie bezwzględną wartość popełnionego czynu;
- odbierają bohatera silnie emocjonalnie, ale jego oddziaływanie na aktywność dziecka wyraża się jedynie w chęci zabawy w ulubionego bohatera.

Wydarzenia filmowe oraz sylwetka bohatera są dla dzieci źródłem przeżyć, które mogą pełnić dużą rolę wychowawczą. Dziecko nie jest tylko biernym obserwatorem, lecz

bierze aktywny udział w filmie, czuje więź z losami bohatera (losy bohatera stają się losami dziecka). Cieszy się ono z jego sukcesów i przeżywa porażki, podziwia z nim dalekie kraje i piękne krajobrazy.

Wyniki przeprowadzonych badań potwierdzają, iż rzeczywistość telewizyjna na dobre rozgościła się w świecie współczesnych dzieci. Są one emocjonalnie związane z bohaterami telewizyjnymi. Ponad 70% dzieci wybrało rzeczywistość telewizyjną, która jest głównym źródłem ich poznania i działania. W świecie telewizyjnym wciąż coś się dzieje, akcja toczy się bardzo szybko. Rzeczywistość taką charakteryzuje duża ruchliwość, a tempo następujących po sobie wypadków jest bardzo szybkie, nietypowe zdarzenia wywołują silne emocje i przeżycia. Zdarzenia są fascynujące i wyjątkowe. Nie ma czasu na zastanowienie się, trzeba działać, aby przetrwać, aby umieć się odnaleźć w tej fikcyjnej rzeczywistości. Dzieci z natury lubią fantastyczne opowieści o niecodziennych zdarzeniach. Badania wskazują, że dzieci dziewięcioletnie lubią tematykę baśniową i bajkową. Dlatego telewizja jest dla nich bardzo atrakcyjna - zaspokaja ich naturalne potrzeby, ale z drugiej strony przyzwyczajają i uczy szybkiego, często bezrefleksyjnego (impulsywnego) reagowania na bodźce, zdarzenia, sytuacje. Najprostszymi reakcjami spełniającymi te wymagania są reakcje agresywne.

Telewizja prezentuje różne rodzaje przemocy. Podczas badań dzieci ujawniły, iż przemoc nie jest im obca. Jest ona jedną z 2 głównych atrakcji filmu animowanego. W rzeczywistości, w której rządzą prawa pięści, tylko duzi i silni mają szansę na przetrwanie. To, co małe i szare, jest w świecie mediów banalne i nieistotne, nudne i nic nie wartę. Z preferowaniem przez dzieci telewizyjnej rzeczywistości wiążą się różnego rodzaju konsekwencje. **Życie w świecie fikcji ma wpływ na ich rozwój społeczny. Wynikiem tego jest pomniejszenie wartości przyjaźni.** Niektóre dzieci podawały jako przyjaciół bohaterów telewizyjnych. Dziecko pozostawione w domu bez opieki na wiele godzin szuka przyjaciół za szklanym ekranem. Stopniowo utożsamia się z bohaterami bajek, programów i filmów. Zaczyna postrzegać siebie jako mało atrakcyjnego partnera w kontaktach emocjonalnych z ludźmi, jest mu daleko do osobowości i sprawności bohaterów filmów akcji.

Z badań amerykańskich wynika, że w filmach animowanych przeznaczonych specjalnie dla dzieci jest trzy razy więcej przemocy niż w filmach dla dorosłych. Kreskówkowi bohaterowie zabijają bez przerwy, a akt zabicia staje się zupełnie odrealniony. Nikogo to nie boli, nikt nie płacze po zabitym, nikt po nim nie chodzi w żałobie. Oglądając film, dziecko często komentuje akcję: „*zaraz go napadną, zaraz go zabiją*”. To samo dzieje się podczas zabawy: „*obetnę ci głowę, zabiję cię*”. Oswaja się z zadawaniem

bólu i zabijaniem.

Dlatego dzieci powinny oglądać jedynie te programy, które są dostosowane do ich psychiki i wieku rozwojowego. Obecnie obserwuje się i bada zjawisko odpoczywania stosując przemoc w sieci.

Rozwój nowych technologii informatycznej jak i komunikacji internetowej, pozwolił użytkownikom na odkrycie nowych sposobów nie tylko komunikacji, ale również na stworzenie alternatywnej wizji świata tzw. Second life, w którym się znajdują. W tym nowym wymiarze człowiek może zaprojektować siebie od nowa a tak zaprojektowanego zmieniać jak tylko przyjdzie mu na to ochota, świat, w którym nie ma chorób, głodu, wojen wszyscy wyglądają jak modele i modelki, świat, w którym można zarabiać prawdziwe pieniądze, brać ślub czy posiadać wyspę tylko dla siebie. Taka sytuacja prowadzi do utraty granicy między elektroniczną fikcją a światem rzeczywistym. W dobie rozwoju technologii informacyjnej nieodłączną częścią wirtualnego świata, a także jedną z najbardziej popularnych form rozrywki stały się gry komputerowe. Pojawiły się na naszym rynku zaledwie kilkanaście lat temu i natychmiast zyskały ogromną popularność wśród użytkowników komputerem, zwłaszcza dzieci i młodzieży. Większość gier jest konstruowana w oparciu o scenariusze pełne przemocy, obecne w świecie. Normą staje się to, co złe, a silna kumulacja agresji, przemocy i niemoralności prowadzi do zgubienia wszelkich wartości. Spreparowana rzeczywistość gier prowadzi młodego człowieka do świata nierzeczywistego, w którym wartości zredukowane są do minimum. Prawo silniejszego jest jedynym prawem. Dobroć, współczucie, wzajemna pomoc nie mają żadnego znaczenia. Problem oddziaływania gier na młodzież jest dopiero badany, ale pojawiają się sygnały o uzależnieniach od sieci.

Korzystanie z gier komputerowych przez dzieci najczęściej nie jest przez nikogo kontrolowane, gdyż dorośli na ogół nie potrafią się nimi posługiwać i często nie wiedzą nawet, na czym te gry polegają.

W takiej sytuacji szczególnie rodzice i wychowawcy powinni być dobrze zorientowani w zakresie oddziaływania gier komputerowych oraz znać rodzaje gier dostępnych obecnie na rynku. **Tylko wówczas mogą świadomie czuwać nad kierunkiem rozwoju dzieci, a przede wszystkim uczyć je rozsądnego i krytycznego korzystania z nich.**

Młody człowiek rzadko spotyka inne wzorce zachowań, TV, gry komputerowe, reklamy nie promują postaw prospołecznych, nie uczą zachowań empatycznych, Młodzi ludzie przyjmują role bohaterów medialnych za swoje, przenoszą je do świata rzeczywistego, nie odróżniają fikcji od rzeczywistości.

Świat dorosłych nie widzi problemu, nie kontroluje własnych zachowań, które niestety

bardzo często są przepojone agresją. Zapominamy o rozmowie, wymieniamy komunikaty, a stan napięcia niwelujemy poprzez relacje w sieci.

We współczesnej rodzinie najważniejszym jej spoiwem wydaje się być komputer z dostępem do sieci. Internet ma być panaceum na wszystkie problemy dorosłych i dzieci, na brak ciepła rodzinnego, zaburzenia komunikacji.

Rodzice, wychowawcy zdają się nie dostrzegać, jak na skutek uzależnienia od świata wirtualnego, odrealnionych obrazów świata w przekazach medialnych dochodzi do degradacji osobowości, trudności w procesie nauczania - uczenia się, zaburzeń relacji interpersonalnych, rozwoju niepożądanych postaw społecznych, patologii zachowań.

Najlepszą metodą profilaktyczną jest uświadomienie dziecku, że tylko od niego samego zależy jego bezpieczeństwo i jeśli nie będzie samo szukało niebezpieczeństw, to nic mu się nie stanie.

Zapobieganie im polega przede wszystkim na podejmowaniu działań, dzięki którym rodzice będą mogli się dowiedzieć, w jaki sposób ich dziecko spędza czas w Sieci. Niezwykle ważna jest rozmowa z dzieckiem, przekonanie go do zachowywania ostrożności. Podstawowe zagrożenia dla najmłodszych wiążą się z internetowymi kontaktami z osobami obcymi. Dziecko powinno wiedzieć, że pod żadnym pozorem nie może wysyłać nieznanym swoich danych osobowych ani zdjęć. Rodzice powinni zapewnić dziecko o swoim wsparciu w sytuacji, gdy coś je zaniepokoi lub przestraszy podczas korzystania z Internetu. Należy je również przestrzec przed spotkaniami z wirtualnymi znajomymi w realnym świecie – 11-stoletnia wirtualna koleżanka może okazać się 40-letnim realnym mężczyzną.

NA ZAKOŃCZENIE:

WAŻNE ABY KAŻDY ZWRACAŁ UWAGĘ NA TO, CO OGLĄDA W TELEWIZJI, W JAKIE GRY GRA NA KOMPUTERZE, KOMÓRCE, CO ROBI W SIECI NA PORTALACH SPOŁECZNOŚCIOWYCH DZIECKO W CZASIE WOLNYM, PONIEWAŻ NIEKONTROLOWANIE TEGO FAKTU PROWADZI DO BARDZO POWAŻNYCH ZABURZEŃ SPOŁECZNYCH I EMOCJONALNYCH, CO NIESIE ZE SOBĄ SZEREG INNYCH KONSEKWENCJI, M.IN.: KŁOPOTY W NAUCE, TRUDNOŚCI W KONCENTRACJI UWAGI.

DLA POTWIERDZENIA PRZEKAZANYCH PAŃSTWU INFORMACJI **WARTO** KAŻDEGO DNIA PRZEZ TYDZIEŃ OGLĄDAĆ Z DZIECKIEM JEGO ULUBIONE PROGRAMY TELEWIZYJNE, GRAĆ W GRY KOMPUTEROWE, OGLĄDAĆ CIEKAWY STRONY DLA DZIECI I WYNOTOWAĆ KAŻDY ASPEKT PRZEMOCY I NIESTOSOWNYCH ZACHOWAŃ BOHATERÓW, OD KTÓRYCH UCZĄ SIĘ WASZE DZIECI. ICH LICZBA POTWIERDZI PRZEPROWADZONE BADANIA W TYM ZAKRESIE. PAŃSTWO NATOMIAST BĘDZIECIE MOGLI ŁATWO PODJĄĆ DECYZJĘ, KTÓRE Z TREŚCI NALEŻY WYELIMINOWAĆ SPOŚRÓD PREFEROWANYCH PRZEZ WASZE DZIECKO.

Literatura:

Dąbrowska M.: *Telewizyjna fikcja a rzeczywistość w świadomości dziecka*,

„Problemy Opiekuńczo-Wychowawcze” 2000, nr 3

Jarecka R: *Uwaga na kreskówki*, „Edukacja Twojego Dziecka” 2002, nr 5.

Sosa J.: *Włącz mi kreskówkę, mamo*, „Nowa Szkoła” 2000, nr 2.

materiały z kursu on-line „Zagrożenia cyberprzestrzeni mit czy rzeczywistość”, 2010

Godna polecenia lektura na jesienny czas:

Spitzer M. „Cyfrowa demencja. W jaki sposób pozbawiamy rozumu siebie i swoje dzieci.”, Dobra literatura, 2013

Bestseller na liście czasopisma „Spiegel” w kategorii książek popularnonaukowych. Życie bez komputera, smartfona czy Internetu obecnie jest już niemożliwe. Dzieci i młodzież spędzają dziś w świecie cyfrowych mediów ponad dwa razy więcej czasu niż w szkole. Skutkami są zakłócenia rozwoju mowy, problemy z nauką i koncentracją, stres, depresja i narastająca gotowość dostosowania przemocy fizycznej. Cyfrowa demencja to określenie, którego przed kilku laty użyli południowokoreańscy lekarze do opisanego symptomów chorobowych – zarówno psychicznych, jak i fizycznych – będących skutkiem niekontrolowanego korzystania z mediów cyfrowych. Renomowany niemiecki psychiatra i neurobiolog, Manfred Spitzer, daje w swojej książce szczegółowy wgląd w istotę i przyczyny tego zjawiska. Naukowiec z całą stanowczością wzywa rodziców do ograniczenia czasu poświęcanego przez dzieci na cyfrową rozrywkę, aby uchronić je przed popadnięciem w cyfrową demencję.

Carr N. „Płytki umysł. Jak Internet wpływa na nasz mózg”, wyd. Helion 2012

Po co myśleć? Przecież masz Internet! Doświadczamy właśnie odwrócenia intelektualnej ewolucji naszego gatunku. Z czcicieli wiedzy i mądrości jako przymiotu ściśle związanego z osobowością znów stajemy się myśliwymi i zbieraczami, tym razem w elektronicznym lesie pełnym informacji. Internet wkroczył w nasze życie i bezpowrotnie je przewartościował. Przekształcił sposób, w jaki myślimy i działamy. Nasze problemy z koncentracją, coraz krótsze i uboższe wypowiedzi oraz problemy z przyswajaniem długich tekstów nie są dziełem przypadku. Czyżbyśmy stawali się coraz bardziej płytki? Czyżby narzędzie, które powstało po to, by nam służyć, przejęło nad nami władzę? Nicholas Carr pokazuje, jak nowe media zmieniają nas samych i otaczającą nas rzeczywistość. Wyrasta przy tym na współczesnego Marshalla McLuhana. Jego książka wywołała w USA zażartą dyskusję, w którą zaangażowało się wielu publicystów i prestiżowych wydawców. Carr serwuje nam coś więcej niż tylko dogłębną i zaskakującą analizę socjologiczną: jego wywód

to przede wszystkim wspinała intelektualna uczta, pełna nieszablonowych przemyśleń i frapujących anegdot. Bez względu na to, czy jesteś zafascynowany możliwościami globalnej sieci, czy też raczej podejrzewasz, że konsekwencją jej rozwoju będzie zagłada rodzaju ludzkiego, warto dowiedzieć się, jak Internet oddziałuje na Twój mózg i jak zmieni to Twoją przyszłość.

Desmurget M „Teleoglupianie. O zgubnych skutkach oglądania telewizji (nie tylko przez dzieci)”, wyd. Czarna Owca, 2012

Sophie, 2 lata, spędza przed telewizorem godzinę dziennie – 2-krotny wzrost ryzyka zaburzeń koncentracji!

Lubin, 3 lata, spędza przed telewizorem dwie godziny dziennie – 3-krotny wzrost ryzyka nadwagi!

Kevin, 4 lata, ogląda pełne przemocy filmy dla dzieci, takie jak Dragon Ball Z – 4-krotny wzrost ryzyka zaburzeń zachowania!

Henri, 60 lat, spędza przed telewizorem cztery godzinny dziennie.

René, jego brat bliźniak, zadowala się dwiema godzinami. Henri jest 2-krotnie bardziej zagrożony zawałem serca niż René! Co roku na całym świecie publikuje się dziesiątki tego rodzaju wyników.

Naukowcy nie mają wątpliwości: telewizja stała się plagą.

Rodzi przemoc, zwiększa zagrożenie alkoholizmem, niktynizmem i otyłością. Ma głęboko negatywny wpływ na rozwój intelektualny, wyniki w szkole, język, zdolność skupienia uwagi, wyobraźnię, kreatywność, sen.

Autor Michael Demurget, doktor neurobiologii nie przedstawia problemu z jednego punktu widzenia, lecz analizuje wyniki różnych badań naukowych. Jedno jest pewne – środki masowego przekazu mają ogromny wpływ na nasze życie. Warto więc poznać zagrożenia, które ze sobą niosą i starać się je eliminować.

autorka artykułu: pedagog/psycholog szkolny Małgorzata Burian-Korłub

