

Dijete i televizija

(pripremila Sonja Pribela Hodap)

Zabrinjavajuća je činjenica da prosječno dijete u SAD-u tjedno provede 1.680 minuta ispred televizora, dok s roditeljima provodi tek 38,5 minuta u suvislom razgovoru. Zabrinjavajuće je i to što dijete mlađe od 6 godina u prosjeku provede 3 sata dnevno pred ekranom, 2 sata u igri na vanjskom prostoru, a tri puta manje vremena provede čitajući ili da mu netko čita. (www.tvturnoff.org/factsheets)

Jedno od važnih roditeljskih pitanja 21. stoljeća jest kako balansirati između televizijskog ekrana i želje djeteta, razvojnih potreba i diskusija o štetnosti i koristi te "magične kutije". Ovaj članak pokušat će vam dati neke odgovore na česta pitanja o djeci i televiziji.

Djeca su posebna publika s nepotpunim stupnjem razumijevanja svijeta (Dorr, 1986.). Stoga je potrebno voditi dijete televizijskim svijetom. Djeci je televizija posebno zanimljiva iz nekoliko razloga:

- × privlačnost slika
- × raspoloživost
- × raznovrsnost TV-programa
- × nepostojanje braće/sestara ili vršnjaka za igru
- × sve veća zaposlenost roditelja.

Kako "pripitomiti" televiziju?

1. Preuzmite odgovornost

Djetetu je televizija previše zanimljiva i moćna da bi je moglo sâmo kontrolirati, zato im je potrebno vodstvo odraslih koji će voditi brigu o tome kada, što i koliko dugo dijete gleda. Roditelji su ti koji imaju odgovornost i koji moraju uvesti pravila gledanja televizije u zajedničkom domu. Preporuka stručnjaka jest početi gledati televiziju s navršene tri godine života jer u najranijem razdoblju slike s ekrana izazivaju zbrku i kontradiktorne dojmove.

2. Ne stavljajte televizor u dječju sobu

Istraživači sa sveučilišta Columbia (New York) dokazali su kako djeca koja imaju televizor u svojoj sobi gotovo pet sati tjedno više gledaju televiziju od onih koji ga nemaju. Nemojte djetetu dopustiti da sâmo gleda televiziju. Kad vam dijete sljedeći put kaže da bi gledalo televiziju, upitajte ga što bi htjelo gledati. Tražite precizan odgovor.

3. Gledajte televiziju s djetetom

Roditelji mogu znatno umanjiti utjecaje nasilnih sadržaja na djecu na način da tijekom i nakon gledanja objasne djetetu ono što je vidjelo.

4. Ugasite televizor kad ga nitko ne gleda

Kad na TV-programu nema ništa vrijedno gledanja, ugasite televizor. Roditelji bi trebali djetetu usaditi kritičnost prema gledanju televizije i medija općenito; razgovarajte i pokažite primjerom kako selektirati program. Razmislite o tome treba li televizor biti upaljen za vrijeme jela ili kao kulisa dok nešto obavljate. Pokazalo se da se djeca igraju određenom igračkom dvostruko kraće kada je televizor upaljen, nego kada je isključen te da se znatno manje koncentriraju na igru. Na taj se način ometa razvoj djeteta i smanjuje njegova mogućnost koncentracije.



5. Uvedite pravila

Djeca ne bi trebala gledati televiziju više od dva sata dnevno (to vrijedi za djecu mlađe školske dobi); postavite granicu, dogovorite se što se i kada gleda. Ovo vremensko ograničenje vrijedi za kvalitetan TV-program, crtiće ili slično. Ostali program ne bi djetetu trebao biti dostupan. Dogovorite se i koliko vremena dijete treba provesti vani, u slobodnoj igri na zraku, a koliko ćete vremena provesti u zajedničkim igrama, druženju i slično. Imajte na umu to da, što je dijete mlađe, vrijeme koje provodi pred televizorom treba biti kraće. Djeca u dobi do dvije godine uopće ne bi trebala gledati televiziju. Američko pedijatrijsko društvo smatra da gledanje televizije u toj ranoj dobi rezultira promjenama u mozgu, koje kasnije dovode do slabijeg rezultata u čitanju, manje kreativnosti, površnosti i neadekvatne kritičnosti. Gledanje u ekran dovodi do lošeg strukturiranja dječjeg mozga, što je siguran put prema poremećajima koncentracije. Možda vas na ograničavanje djetetova gledanja televizije potakne istraživanje koje je pokazalo kako ograničeno gledanje televizije u dječjoj dobi povećava šanse za uspješno završavanje fakulteta.

6. Izbjegavajte koristiti televiziju kao dadilju

Kako bi zaokupili djetetovu pažnju, roditelji mu često upale crtić i puste ga da fascinirano sjedi pred televizorom. Pribjegavate li tome, razmislite o televiziji kao o preskupoj dadilji koju možete iskoristiti vrlo rijetko i u stvarno iznimnim situacijama. Roditelji često govore kako djeca mnogo nauče gledajući njima primjerene programe. Psiholozi su ustvrdili da djeca do druge godine života ne mogu ništa naučiti od same televizije (bogatiti rječnik, bolje prepoznavati likove i sl.), za kasniju dob obrazovni programi imaju utjecaj na onu najmanje kreativnu i obrazovanu djecu, dok su u sve druge djece potisnuli kreativnu igru i nisu imali značajan utjecaj na edukaciju. Možemo reći da televizija djeci može dati veću količinu informacija, ali ih ne čini pametnijima ili boljima u školi.

7. Nemojte televizoru dati središnje mjesto u stanu

Razmjestite pokućstvo tako da dijete ne može lako doći do televizora.

8. Potrudite se i sami što manje gledati televiziju

Djeca najbolje uče oponašajući; ako ste vi ovisnik o TV-sadržaju, velika je vjerojatnost da će i vaše dijete to biti.

9. Razmišljajte o televiziji kao o povlasticima

Neki autori navode da je gledanje televizije mentalni ekvivalent ishrane prezasićene šećerom i mastima, kao i slatkima: ne treba je ukinuti ili zabraniti (jer zabranjeno je voće najsladje), ali je treba dozirati i voditi računa o tome da su zdravije aktivnosti dovoljno zastupljene.

10. Stvorite kućnu videoteku

Ciljano kupite ili snimite visokokvalitetne edukacijske ili zabavne programe, za koje znate da ne sadrže nasilje i neadekvatne poruke.

(Dorr, A. [1986]. Television and Children: A Special Medium for a Special Audience. Beverley Hills: Sage)

