

ΑΝΩΤΑΤΟ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΟ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΙΔΡΥΜΑ
ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ

ΣΧΟΛΗ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΩΝ ΥΓΕΙΑΣ ΚΑΙ ΠΡΟΝΟΙΑΣ

ΤΜΗΜΑ ΒΡΕΦΟΝΗΠΙΟΚΟΜΙΑΣ

ΘΕΜΑ: « ΤΗΛΕΟΡΑΣΗ ΚΑΙ ΠΑΙΔΙ »



Πτυχιακή εργασία της σπουδάστριας :

Βασιλειάδη Μαρία

Επιβλέπουσα Καθηγήτρια : Ε. Λαλούμη - Βιδάλη

ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ 2008

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

ΠΡΟΛΟΓΟΣ

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΠΡΩΤΟ : Ο ΡΟΛΟΣ ΤΗΣ ΤΗΛΕΟΡΑΣΗΣ

- α) Θετική επίδραση της τηλεόρασης
- β) Αρνητική επίδραση της τηλεόρασης
- γ) Η ικανότητα του να “μπορείς να δεις τηλεόραση”

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΔΕΥΤΕΡΟ : ΤΗΛΕΟΡΑΣΗ ΚΑΙ ΜΑΘΗΣΗ

- α) Μάθηση μέσω παρακολούθησης προτύπων της τηλεόρασης
- β) Κίνηση και μάθηση
- γ) Ικανότητες σχετικές με το χώρο

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΤΡΙΤΟ : ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΗ ΤΗΛΕΟΡΑΣΗ

- α) Τηλεόραση και παιδεία
- β) Χρήση της τηλεόρασης για εκπαιδευτικούς σκοπούς
- γ) Η εκπαιδευτική τηλεόραση και η προσχολική αγωγή

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΤΕΤΑΡΤΟ : ΟΙ ΕΠΙΔΡΑΣΕΙΣ ΤΗΣ ΤΗΛΕΟΡΑΣΗΣ

- α) Η τηλεόραση επηρεάζει πολύ σοβαρά τα παιδιά και τους έφηβους
- β) Η βία στην τηλεόραση και τα παιδιά.
- γ) Τα παιδιά, η βία στην τηλεόραση και τα παιχνίδια υπολογιστών

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΠΕΜΠΤΟ : ΟΙ ΣΥΝΕΠΕΙΕΣ ΤΗΣ ΤΗΛΕΟΡΑΣΗΣ

- α) Επιθετικότητα και εγκληματικότητα σε παιδιά λόγω τηλεόρασης
- β) Η τηλεόραση βλάπτει την παιδική συμπεριφορά
- γ) Η τηλεόραση συνδέεται με προβλήματα συγκέντρωσης των παιδιών

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΕΚΤΟ : ΠΑΙΔΙΑ ΚΑΙ ΤΗΛΕΟΡΑΣΗ - ΚΙΝΔΥΝΟΙ ΓΙΑ ΤΗΝ ΥΓΕΙΑ

- α) Η τηλεόραση και τα προβλήματα ύπνου στα παιδιά
- β) Παιδική παχυσαρκία και τηλεόραση
- γ) Κλείστε την TV, χάστε βάρος

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΕΒΔΟΜΟ : ΟΙ ΕΙΔΗΣΕΙΣ ΤΙ ΡΟΛΟ ΠΑΙΖΟΥΝ;

- α) Τα παιδιά και οι ειδήσεις στα μέσα μαζικής επικοινωνίας
- β) Πρότυπα και αξίες στην τηλεόραση
- γ) Η επιρροή των διαφημίσεων στα παιδιά - Τι μπορούν να κάνουν οι γονείς τη στιγμή που τα παιδιά βλέπουν διαφημίσεις

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΟΓΔΩΟ : ΓΟΝΕΙΣ ΣΕ ΑΠΟΓΝΩΣΗ

- α) Οδηγίες για γονείς και εκπαιδευτικούς, όταν τα παιδιά παρακολουθούν τηλεόραση
- β) Προτάσεις για το τι μπορούν να κάνουν οι γονείς

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΕΝΑΤΟ : Η ΕΡΕΥΝΑ ΜΟΥ

- α) Στόχος και σκοπός της έρευνας
- β) Το δείγμα της έρευνας
- γ) Όργανα και διαδικασία της έρευνας
- δ) Διαδικασία μέτρησης της έρευνας
- ε) Αποτελέσματα - Απαντήσεις της έρευνας
- ζ) Συμπεράσματα της έρευνας

ΕΠΙΛΟΓΟΣ

ΠΡΟΛΟΓΟΣ

Όταν πια είχα φτάσει στο Η' Εξάμηνο της σχολής δηλαδή προς το τέλος της φοιτητικής μου ζωής έπρεπε να αποφασίσω το θέμα της πτυχιακής μου εργασίας. Μέσα από την πληθώρα θεμάτων προσπάθησα να επιλέξω το συγκεκριμένο θέμα και σε αυτήν την επιλογή η συμβολή και η βοήθεια της Κυρίας Βιδάλη, η οποία είναι και η επιβλέπουσα καθηγήτρια της πτυχιακής μου ήταν πολύτιμη.

Το θέμα που επέλεξα έχει τίτλο «Τηλεόραση και Παιδί ». Για το συγκεκριμένο θέμα είχα παρακολουθήσει ένα ανάλογο σεμινάριο στην Δ.Ε.Θ. που είχε διοργανώσει το Ανοιχτό Ίδρυμα Εκπαίδευσης. Αντικείμενο λοιπόν της παρούσας εργασίας μου είναι η αναζήτηση της σχέσης που αναπτύσσεται ανάμεσα στην τηλεόραση και στο παιδί προσχολικής ηλικίας. Ειδικότερα επιχειρεί να εξετάσει τη δυνατότητα χρησιμοποίησης της στο χώρο της προσχολικής εκπαίδευσης, τις επιδράσεις της τηλεόρασης καθώς επίσης και να δώσει οδηγίες - προτάσεις σε εκπαιδευτικούς και γονείς έτσι ώστε να γίνεται σωστή χρήση της τηλεόρασης.

Η πτυχιακή μου εργασία αποτελείται από εννιά κεφάλαια και είναι τα εξής :

- ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΠΡΩΤΟ : Ο ΡΟΛΟΣ ΤΗΣ ΤΗΛΕΟΡΑΣΗΣ
- ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΔΕΥΤΕΡΟ : ΤΗΛΕΟΡΑΣΗ ΚΑΙ ΜΑΘΗΣΗ
- ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΤΡΙΤΟ : ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΗ ΤΗΛΕΟΡΑΣΗ
- ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΤΕΤΑΡΤΟ : ΟΙ ΕΠΙΔΡΑΣΕΙΣ ΤΗΣ ΤΗΛΕΟΡΑΣΗΣ
- ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΠΕΜΠΤΟ : ΟΙ ΣΥΝΕΠΕΙΕΣ ΤΗΣ ΤΗΛΕΟΡΑΣΗΣ
- ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΕΚΤΟ : ΠΑΙΔΙΑ ΚΑΙ ΤΗΛΕΟΡΑΣΗ - ΚΙΝΔΥΝΟΙ ΓΙΑ ΤΗΝ ΥΓΕΙΑ
- ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΕΒΔΟΜΟ : ΟΙ ΕΙΔΗΣΕΙΣ ΤΙ ΡΟΛΟ ΠΑΙΖΟΥΝ;
- ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΟΓΔΟΟ : ΓΟΝΕΙΣ ΣΕ ΑΠΟΓΝΩΣΗ
- ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΕΝΑΤΟ : Η ΕΡΕΥΝΑ ΜΟΥ

Αισθάνομαι την ανάγκη να ευχαριστήσω θερμά την Κυρία Βιδάλη για την αμέριστη συμπαράσταση και βοήθεια που μου προσέφερε στην προσπάθειά μου να παρουσιάσω όσο το δυνατόν καλύτερα την πτυχιακή εργασία μου.

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Η τηλεόραση με τη δυναμική παρουσία της προκάλεσε και εξακολουθεί να προκαλεί συζητήσεις και επιστημονικές έρευνες σε όλο τον κόσμο. Διατυπώνονται καθημερινά διάφορες απόψεις, τις πιο πολλές φορές αλληλοσυγκρουόμενες, από ειδικούς και μη ειδικούς για τις θετικές και αρνητικές επιδράσεις της πάνω στους τηλεθεατές. Η τηλεόραση άλλοτε εκθειάζεται και χαρακτηρίζεται σαν σκεύος σοφίας και μάθησης, μαγικό κουτί, ανώνυμος παιδαγωγός, baby sitter αλλά και άλλοτε κατηγορείται σαν χαζοκούτι, εργοστάσιο αυταπάτης, ναρκωτικό της πρίζας κ. τ. λ. .

Είναι ένα θέμα όμως που πρέπει να εξετάζεται χωρίς εκδηλώσεις λατρείας ή εχθρότητας αλλά με βάση τα δεδομένα διαφόρων επιστημονικών ερευνών όπως κοινωνιολογίας, επικοινωνιολογίας, παιδαγωγικής και ψυχολογίας .



ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΠΡΩΤΟ : Ο ΡΟΛΟΣ ΤΗΣ ΤΗΛΕΟΡΑΣΗΣ

Σήμερα η τηλεόραση έχει μπει στη ζωή του ανθρώπου - έχει γίνει μια καθημερινή πραγματικότητα και αποτελεί το βασικότερο μέσο για ψυχαγωγία, ενημέρωση και διαπαιδαγώγηση μικρών και μεγάλων. Επηρεάζει την κοινωνική, πολιτική, πολιτιστική και οικονομική ζωή των ανθρώπων. Αποτελεί πρωτοποριακό επικοινωνιακό μέσο καθώς πετυχαίνει άμεση μεταβίβαση και πολλές φορές επιβολή μηνυμάτων κάθε είδους.

Η τηλεοπτική οθόνη έρχεται σε καθημερινή και άμεση επαφή με όλα τα κοινωνικά στρώματα και όλες τις ηλικίες. Προσφέρει στον τηλεθεατή έναν κόσμο, όπου τα πάντα μπορούν να συμβούν, ακόμα και τα πιο απρόβλεπτα. Στον κόσμο αυτό ο τηλεθεατής συναντά την πραγματικότητα, το μύθο και το όνειρο. Ασκεί σε αυτόν καθοριστικές επιδράσεις, οι οποίες είναι πολύ πιο ισχυρές για τα παιδιά τηλεθεατές.

Η τηλεόραση παρακολουθείται καθημερινά από τα παιδιά και έχει τη δυνατότητα να τα εισάγει σε μια σφαίρα εκτεινόμενη πέρα από το καθημερινό τους περιβάλλον. Διάφορες έρευνες που έγιναν σε Ευρωπαϊκές χώρες έδειξαν ότι τα παιδιά της ηλικίας 1-3 ετών παρακολουθούν τηλεόραση κατά μέσο όρο πέντε ώρες την ημέρα. Το γεγονός ότι τα παιδιά αφιερώνουν αρκετό χρόνο παρακολουθώντας τα προγράμματα της τηλεόρασης αποτέλεσε αφορμή για τη διεξαγωγή πολλών ερευνών σχετικά με τη δυνατότητα της να διαπαιδαγωγεί και να επηρεάζει ποικιλότροπα αυτά τα παιδιά θεατές.

Επειδή η τηλεόραση επεκτάθηκε πολύ γρήγορα και δεν υπήρχαν στοιχεία για να μπορεί κανείς να προβλέψει τις διαστάσεις των επιπτώσεων που θα μπορούσε να έχει το μέσο αυτό, οι άμεσες εκτιμήσεις που έγιναν έτειναν να είναι υπερβολικές. Ορισμένοι υποστηρικτές τη θεωρούσαν ως μέσο παρουσίασης νέων πληροφοριών και επομένως διεύρυνσης των εμπειριών του παιδιού. Αντίθετα κάποιοι κριτικοί ισχυρίζονταν ότι οι επιρροές της ήταν βλαπτικές και ότι προκαλούσε αναστάτωση στην οικογενειακή ζωή εξαιτίας των ακατάλληλων προγραμμάτων όπως οι τηλεοπτικές σκηνές με βία.

Από διάφορες έρευνες, γίνεται φανερό πως η τηλεόραση σήμερα έχει σημαντική θέση στην οικογενειακή ζωή απορροφώντας ένα μεγάλο ποσοστό του χρόνου των παιδιών, είτε με το να συνοδεύει άλλες δραστηριότητες τους, όπως φαγητό, παιχνίδι, συζήτηση είτε με το να μονοπωλεί το ενδιαφέρον τους. Συχνά μάλιστα γίνεται αφορμή σύγκρουσης με τους γονείς και τους συνομηλίκους.

Η τηλεόραση λειτουργεί σαν ένας ισχυρός πόλος έλξης για τα παιδιά, προσφέροντας γνώσεις και πρότυπα που αφομοιώνονται από κάθε παιδί ανάλογα με τη προσωπικότητα του και το κοινωνικό-πολιτιστικό περιβάλλον όπου ανήκει. Η δύναμη της τηλεόρασης είναι τόσο μεγάλη και σημαντική που πολύ συχνά χρησιμοποιείται από τους γονείς ως μέσο διαπαιδαγώγησης δηλαδή σαν τιμωρία, απειλή και υπόσχεση. Η εικόνα, ο ήχος και η δράση προσελκύουν και εντυπωσιάζουν τα παιδιά με αποτέλεσμα αυτά να συμμετέχουν ψυχικά στα δρώμενα και τα εικονιζόμενα. Η τηλεόραση με τη δύναμη της αμεσότητας και της αληθοφάνειας που της παρέχει η εικόνα, μπορεί να χαράζει βιώματα και παραστάσεις ανεξίτηλες στην ψυχή του παιδιού και όπως είναι γνωστό το μικρό παιδί έχει μεγάλη ικανότητα να καταγράφει οπτικές κυρίως παραστάσεις. Ακόμη, η τηλεόραση έχει την ικανότητα να διαμορφώνει την ανθρώπινη συμπεριφορά, να διδάσκει τα παιδιά, να τους μεταφέρει γνώσεις και εμπειρίες ωφέλιμες ή βλαπτικές δηλαδή λειτουργεί ως μηχανισμός κοινωνικοποίησης και μετάδοσης γνώσεων και αξιών.

Επίσης, η τηλεόραση έχει μεγάλες δυνατότητες για ψυχαγωγία, καλλιέργεια και επιμόρφωση των παιδιών. Ιδιαίτερα για την επαρχία που λείπει το παιδικό θέατρο και το καλό παιδικό βιβλίο, η επίδραση της μπορεί να είναι σημαντική στο γνωστικό-συναισθηματικό τομέα αλλά και στη συμπεριφορά του παιδιού.

Μπορεί η λειτουργία της τηλεόρασης να είναι θετική και ωφέλιμη και η κατάλληλη χρησιμοποίησή της να έχει θετικές επιδράσεις στη μόρφωση και στη γενική συγκρότηση του παιδιού αλλά μπορεί να έχει και την αρνητική της μορφή που μπορεί να μεταδώσει βλαπτικές εμπειρίες και γνώσεις όπως επιθετικότητα και παθητικότητα.

A) Θετική επίδραση της τηλεόρασης

Στη σύγχρονη παιδαγωγική πράξη σημαντικό ρόλο παίζει η αγωγή του παιδιού και η γενική του καλλιέργεια μέσα από την ψυχαγωγία. Η ψυχαγωγία είναι για τα παιδιά μια βασική προϋπόθεση, ένας τρόπος ζωής, πάνω της μπορεί να βασιστεί ολόκληρη η παιδαγωγική πράξη.

Το θέαμα είναι βασικό κεφάλαιο στην όλη ψυχαγωγία του παιδιού. Μπορεί να προσφέρεται σαν κουκλοθέατρο, σαν θεατρική παράσταση, σαν κινηματογραφική ταινία, σαν τηλεοπτική εκπομπή και ασκεί μεγάλη επίδραση στην ψυχή του παιδιού και μάλιστα όσο μικρότερη είναι η ηλικία τόσο μεγαλύτερη είναι η επίδραση.

Η τεχνολογική φύση της τηλεόρασης την καθιστά ως το μέσο που μπορεί να προσφέρει στο παιδί πληθωρικές και ποικίλες δυνατότητες για ψυχαγωγία. Έτσι η μικρή οθόνη παίρνει πρώτη θέση στις προτιμήσεις των παιδιών. Αυτό άλλωστε το διαβεβαιώνει ο σημαντικός χρόνος που το παιδί αφιερώνει μπροστά σε αυτή. Η διασκέδαση είναι μια από τις σπουδαιότερες λειτουργίες της τηλεόρασης. Οι εικόνες που εναλλάσσονται με τη συνοδεία της φωνής, του ήχου ή της μουσικής ασκούν στα παιδιά ιδιαίτερη γοητεία και ελαστικότητα. Το παιδί έχει τη δυνατότητα να απολαμβάνει μια ψυχαγωγική εκπομπή σε οικείο χώρο.

Η τηλεόραση είναι σε θέση να μεταφέρει γνώσεις από όλο το κόσμο, το φυσικό, τον πνευματικό, τον κοινωνικό και γενικά από όλους τους χώρους της ανθρώπινης ζωής και έτσι να εμπλουτίζει τις εμπειρίες μικρών αλλά και μεγάλων σχετικά με το φυσικό κόσμο, την κοινωνική και επαγγελματική ζωή, το ρόλο φύλων και άλλα. Σημαντικό είναι το γεγονός ότι μπορεί να μεταδώσει γνώσεις και μόρφωση μέσα από την ψυχαγωγία.

Ακόμη, η τηλεόραση αποτελεί αξιόλογο οπτικοακουστικό μέσο διδασκαλίας προσφέροντας στο σχολείο μια έκτακτη διεύρυνση των διδακτικών δυνατοτήτων του. Η εκπαιδευτική τηλεόραση χωρίς να αντικαθιστά το δάσκαλο, μπορεί να γίνει βοηθός και συνεργάτης του στη σχολική διδασκαλία και πρακτική.

Τα εκπαιδευτικά προγράμματα (π.χ. Σειρές Μυθολογίας, Ντοκιμαντέρ, National Geographic και άλλα) επιδιώκουν να συμπληρώσουν τις καθημερινές μαθησιακές εμπειρίες των παιδιών της προσχολικής ηλικίας. Η συμπεριφορά των παιδιών της προσχολικής ηλικίας που παρακολουθούν εκπαιδευτικά - μαθησιακά προγράμματα επί μεγάλο χρονικό διάστημα, χαρακτηρίζεται από περισσότερη στοργικότητα, ευγένεια, προθυμία για συνεργασία με τους συμμαθητές τους στο νηπιαγωγείο. Τα παιδιά που παρακολουθούν συχνά εκπομπές, όπου τονίζονται θετικές αξίες όπως η συνεργασία, η αλληλοβοήθεια, η γενναιοδωρία έχουν περισσότερες πιθανότητες να γίνουν πιο ευγενικά, συνεργάσιμα και εξυπηρετικά προς τους άλλους, όταν μάλιστα καλούνται να εφαρμόσουν στην πράξη όσα διδάχτηκαν. Εκτός από την προώθηση θετικών τρόπων συμπεριφοράς οι “εκπομπές” αυτές έχουν συμβάλλει και στη πρόοδο των προκαταρκτικών ικανοτήτων ανάγνωσης, του χειρισμού των αριθμητικών εννοιών, της οπτικής διάκρισης και της λογικής σκέψης.

Όμως, δεν αποτελεί αποτελεσματική εκπαιδευτική στρατηγική, να μένουν τα παιδιά μόνα μπροστά στην τηλεόραση και να παρακολουθούν ένα τέτοιο πρόγραμμα, χωρίς να βρίσκεται δίπλα τους ο ενήλικας, παρακολουθώντας το κι αυτός μαζί τους. Είναι ελάχιστα τα μόνιμα οφέλη που προσφέρουν τα προγράμματα αυτά όταν δεν συμμετέχουν οι ενήλικες ενθαρρύνοντας τα παιδιά να ασκούνται και να εφαρμόζουν τις κοινωνικές αξίες που μαθαίνουν.

Σχετικά με τη δυνατότητα της τηλεόρασης για προώθηση θετικών τρόπων συμπεριφοράς, η Greenfield (1988 σελ. 54-55) αναφέρει παραδείγματα από τις Η.Π.Α και τη Σουηδία. Συγκεκριμένα, τα λευκά παιδιά στις Ηνωμένες Πολιτείες μετά την παρακολούθηση της εκπομπής Sesame Street ανέπτυξαν πιο θετικές απόψεις απέναντι στα παιδιά που φανήκαν σε άλλες φυλές. Επίσης, στη Σουηδία, δημιουργήθηκαν ορισμένα παιδικά προγράμματα που προοριζόταν και αφορούσαν κωφά παιδιά ή παιδιά με μικρότερα προβλήματα ακοής. Μετά την παρακολούθηση αυτών των προγραμμάτων τα παιδιά, από τη μια πλευρά, με φυσιολογική ακοή εκδήλωσαν ενδιαφέρον για τα κωφά παιδιά, έδειξαν μεγαλύτερη κατανόηση απέναντί τους και θέλησαν να εκφραστούν με τη γλώσσα σημάτων των κωφών. Στα παιδιά με προβλήματα ακοής από την άλλη ενισχύθηκε η αυτοπεποίθηση, επειδή είδαν και άλλους ανθρώπους που είχαν το ίδιο πρόβλημα με αυτά, καταλάβαιναν καλύτερα τις εκπομπές και προσέλκυαν την προσοχή και το ενδιαφέρον των άλλων παιδιών.

B) Αρνητική επίδραση της τηλεόρασης

Η τηλεόραση ως παράγοντας κοινωνικοποίησης εκτός από τη θετική προσφορά της, έχει κατηγορηθεί για τις αρνητικές επιδράσεις που ασκεί στα παιδιά και είναι πραγματικά βλαπτική η επίδραση της, όταν δεν τηρούνται ορισμένες προϋποθέσεις εφόσον απευθύνεται στα παιδιά, τα οποία δεν έχουν ακόμη ολοκληρώσει την κοινωνικοπολιτιστική τους προσωπικότητα, δεν έχουν ακόμα διαμορφώσει σταθερές στάσεις και πεποιθήσεις για να αντιλαμβάνονται τα μηνύματά της.

Από την ίδια την φύση της η τηλεόραση δεν επιτρέπει το διάλογο μαζί της. Απαιτεί ολόκληρη την προσοχή των τηλεθεατών και επηρεάζει αρνητικά την επικοινωνία τους. Η συζήτηση μεταξύ των μελών της οικογένειας παραχωρεί τη θέση της στο μονόλογο της τηλεοπτικής οθόνης. Οδηγεί έτσι το παιδί στην παθητική κατανάλωση των μηνυμάτων της, προωθεί την παθητικότητα και αποθαρρύνει τη δημιουργικότητα.

Επίσης, με το περιεχόμενο των προγραμμάτων και των διαφημιστικών μηνυμάτων της δημιουργεί πολλές φορές στο παιδί πλαστές ανάγκες που το μετατρέπουν σε αχόρταγο καταναλωτή προϊόντων συχνά περιττών και ιδεών αμφίβολης αξίας.

Ακόμη, η τηλεόραση έχει ενοχοποιηθεί ότι αυξάνει την επιθετικότητα - βία του παιδιού. Υπάρχει μια ευαίσθητη περίοδος πριν από την ηλικία των 8 ετών, όπου τα παιδιά υφίστανται μακροχρόνιες συνέπειες καλλιέργειας επιθετικών τρόπων συμπεριφοράς από την παρακολούθηση βίαιων τηλεοπτικών προγραμμάτων.

Ο χρόνος παρακολούθησης της μικρής οθόνης παίζει σημαντικό ρόλο στο βαθμό της αρνητικής επιρροής που αυτή ασκεί στα παιδιά. Το γεγονός ότι το παιδικό πρόγραμμα σε καθημερινή βάση είναι περιορισμένης διάρκειας, σε συνάρτηση με το χρόνο παρακολούθησης της τηλεόρασης από τα παιδιά οδηγεί στο συμπέρασμα, ότι οι μικροί τηλεθεατές αφιερώνουν αρκετό χρόνο στην παρακολούθηση προγραμμάτων για μεγάλους εκτός από το παιδικό πρόγραμμα που απευθύνεται σε αυτά.

Με βάση κάποια στοιχεία το 60% - 70% των παιδιών στην Ελλάδα, κατά την προσχολική και σχολική ηλικία παρακολουθούν κατά μέσο όρο 2-5 ώρες την ημέρα τηλεόραση και βλέπουν περίπου 11 εγκληματικές πράξεις ημερησίως με γρονθοκοπήματα, με αιματοχυσίες, με διαρρήξεις και δολοφονίες. Δηλαδή τα παιδιά αυτά βλέπουν συνολικά το χρόνο 4.000 πράξεις βίας και επιθετικότητας (Βουϊδάσκης Β., 1992).

Ακόμη, τα μικρά παιδιά είναι ιδιαίτερα ευάλωτα στα τηλεοπτικά μηνύματα, καθώς δεν μπορούν να διακρίνουν τα όρια μεταξύ φανταστικού και πραγματικού και θεωρούν πραγματικότητα ότι βλέπουν στην τηλεοπτική οθόνη. Τέλος, τα παιδιά με τις μιμητικές τους προδιαθέσεις χρησιμοποιούν την προβαλλόμενη επιθετική συμπεριφορά των ενηλίκων ως μοντέλο για τη δική τους συμπεριφορά, έτσι όταν οι τηλεοπτικοί ήρωες διαπράττουν αδικίες με βίαια μέσα, τα παιδιά τηλεθεατές μαθαίνουν ότι η βία είναι ένας αποδεκτός από την κοινωνία τρόπος για τη διευθέτηση διενέξεων.

Γ) Η ικανότητα του να “μπορείς να δεις τηλεόραση”

Υπάρχει διαφορά μεταξύ του να μπορεί ένα παιδί να χρησιμοποιήσει την τηλεόραση (να την ανοίξει, να αλλάξει κανάλι, να την κλείσει) και του να έχει ανεπτυγμένη την ικανότητα να παρακολουθήσει τηλεόραση.

Αυτή η ικανότητα έχει να κάνει με το να μπορεί να επιλέξει το τι θα δει ανάμεσα στην πληθώρα προγραμμάτων που υπάρχουν, και για ποιο σκοπό θα το δει (π.χ. Εκπαίδευση, διασκέδαση, πληροφόρηση, επικοινωνία). Επίσης, σημαντικό είναι να υπάρχει στην ηλικία του η ικανότητα του να μπορεί να ξεχωρίζει ανάμεσα σε φαντασία και πραγματικότητα, ανάμεσα σε πληροφορία και διαφήμιση.

Για να αναπτυχθούν οι παραπάνω ικανότητες δεν πρέπει να αφήνουμε από μικρό ένα παιδί μόνο του μπροστά στην τηλεόραση. Έτσι όπως δεν θα αφήνατε τα νήπια μόνα τους στο δρόμο, έτσι όπως παιδιά του δημοτικού δεν μπορούν να επισκεφτούν μόνα τους το κέντρο μιας μεγάλης πόλης, έτσι και με την τηλεόραση πρέπει τα παιδιά να μάθουν ορισμένους κανόνες.

Τη στιγμή που το παιδί ανακαλύψει την τηλεόραση, πρέπει να αρχίζει και η εκμάθηση της ικανότητας να βλέπει τηλεόραση. Υπάρχουν DVD τα οποία είναι κατάλληλα και για βρέφη και για πολύ μικρά παιδιά. Με παιδιά ενός έτους όμως δεν μπορείτε να συζητήσετε για το τι βλέπουν ή δεν μπορείτε να βάλετε κανόνες για την τηλεόραση. Προσοχή λοιπόν γιατί όσο μεγαλώνουν τόσο αυξάνουν και οι απαιτήσεις τους. Πρέπει να μείνετε σταθεροί στις αποφάσεις σας σε σχέση με τον χρόνο μπροστά στην τηλεόραση ή γενικά μπροστά σε μια οθόνη.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΔΕΥΤΕΡΟ: ΤΗΛΕΟΡΑΣΗ ΚΑΙ ΜΑΘΗΣΗ



Α) Μάθηση μέσω παρακολούθησης προτύπων της τηλεόρασης

Σύμφωνα με τη θεωρία της κοινωνικής μάθησης το παιδί αποκτά και τροποποιεί τη συμπεριφορά του με την παρατήρηση και μίμηση ορισμένων προτύπων. Οι θεωρητικοί της μάθησης με τη μίμηση προτύπων διαπίστωσαν ότι το μοντέλο αυτό μάθησης είναι συνάρτηση πολλών παραγόντων. Τέτοιοι παράγοντες είναι τα χαρακτηριστικά του προτύπου, το είδος των συνεπειών που συνοδεύουν την πράξη, η διάθεση που έχει κάθε φορά το παιδί να προβεί σε μιμητικές πράξεις και άλλα. Όσον αφορά τα χαρακτηριστικά του προτύπου, διαπιστώθηκε ότι δημοφιλή είναι τα

πρότυπα που διαθέτουν δύναμη και έχουν μεγαλύτερη ομοιότητα με το παιδί ως προς τα εξωτερικά χαρακτηριστικά και τα ενδιαφέροντα. Όσον αφορά τις συνέπειες των πράξεων, διαπιστώθηκε ότι οι πράξεις του προτύπου που γίνονται αντικείμενο σταθερότερης και συχνότερης μίμησης είναι αυτές που συνοδεύονται με αμοιβές και όχι αυτές που τιμωρούνται ή αγνοούνται. Διαπιστώθηκε ακόμη ότι τα παιδιά ανάμεσα στις διάφορες πράξεις ενός προτύπου μιμούνται περισσότερο τις επιθετικές.

(Παρασκευόπουλος, τόμος 1, σελ. 48)

Σύμφωνα με τη μιμητική μάθηση επομένως, η συμπεριφορά του παιδιού τροποποιείται ανάλογα με τις εμπειρίες που αυτό αποκομίζει παρατηρώντας ενέργειες άλλων, οι οποίες εκτίθενται μπροστά του με άμεσο ή έμμεσο τρόπο. Προφανώς η έμμεση προβολή πράξεων αναφέρεται στον περιοδικό τύπο, τα βιβλία, το κινηματογράφο και φυσικά την τηλεόραση.

B) Κίνηση και μάθηση

Στην τηλεόραση επικρατεί η οπτική κίνηση. Η κίνηση ελκύει την προσοχή των παιδιών και τα βοηθά να μάθουν. Στη Σουηδία για παράδειγμα, σε ένα τηλεοπτικό παιδικό πρόγραμμα χρησιμοποιήθηκαν παραστάσεις από ένα εικονογραφημένο βιβλίο, οι οποίες περιγράφονταν προφορικά. Τα παιδιά έδειξαν την προτίμησή τους για την κίνηση σχολιάζοντας πως ``δεν έχει ενδιαφέρον αν δεν κινείται``.

Η κίνηση και η δράση στην τηλεόραση μπορεί να έχει σχέση με τις σωματικές ικανότητες των παιδιών ή την ικανότητα χειρισμού των καταστάσεων. Στην Αγγλία έγινε σύγκριση ανάμεσα στη χρήση κινηματογραφικής κίνησης ως μέσο διδασκαλίας, ώστε να μάθουν τα παιδιά 4-6 ετών να φτιάχνουν σύνθετα παζλ από ξύλινα κομμάτια και στη χρήση σταθερών εικόνων για τον ίδιο σκοπό. Οι σταθερές εικόνες σε σύγκριση με την απόλυτη ανυπαρξία κάποιων οδηγίων βοήθησαν κάπως τα παιδιά. Η κινηματογραφική κίνηση όμως οδήγησε σε ακόμη μεγαλύτερη επιτυχία των παιδιών.

Η οπτική κίνηση, το χαρακτηριστικό αυτό στοιχείο της τηλεόρασης μπορεί ακόμη να αποδειχθεί χρήσιμο στη διδασκαλία θεμάτων που έχουν σχέση με δυναμικές

ενέργειες παρά στατιστικές καταστάσεις. Στη Σουηδία δυο ομάδες παιδιών 5-7 χρονών παρακολούθησαν ταινίες σχετικές με το μεγάλωμα ενός δέντρου, η μια ομάδα είδε μια ταινία με ζωντανή κίνηση και αφήγηση και η άλλη ομάδα παρακολούθησε μια ταινία με αφήγηση στην οποία όμως χρησιμοποιήθηκαν σταθερές εικόνες. Η ζωντανή κίνηση πρόσφερε στα παιδιά περισσότερες πληροφορίες.

Η κίνηση βοήθησε τα παιδιά των 7 χρονών να κατανοήσουν τις δυναμικές ενέργειες που παρουσιάζονταν στην ταινία. Τα παιδιά των 7 χρονών που είχαν παρακολουθήσει την ταινία με την κίνηση είχαν αποτυπώσει στο μυαλό τους το γεγονός καλύτερα από τα παιδιά της ίδιας ηλικίας που είχαν δει την ταινία με σταθερές εικόνες. Αλλά και τα παιδιά των 5 χρονών έμαθαν περισσότερα από τη ζωντανή εικόνα, η κίνηση κέντριζε την προσοχή τους και βελτίωνε την ικανότητα μάθησης τους.

Γ) Ικανότητες σχετικές με το χώρο

Η Patricia Marcs Greenfield (1988, σελ.42-43), υποστηρίζει ότι οι ικανότητες οι σχετικές με το χώρο είναι ένας άλλος τομέας στον οποίο μπορεί να περιμένει κανείς ότι το παιδί θα βοηθηθεί βλέποντας τηλεόραση.

Η ίδια αναφέρει ότι μια ελβετική μελέτη επιδίωξε να ελέγχει την αποτελεσματικότητα της τηλεόρασης στη διδασκαλία των παιδιών, όσον αφορά τις πληροφορίες τις σχετικές με το χώρο. Ορισμένα παιδιά του νηπιαγωγείου παρακολούθησαν μια ιστορία στην τηλεόραση και ορισμένα άλλα ίδιας ηλικίας την άκουσαν από το ραδιόφωνο. Το θέμα της ιστορίας ήταν τρία παιδιά που αντιμετώπιζαν διάφορα προβλήματα χώρου. Για παράδειγμα, επρόκειτο να δουν μια κουκουβάγια και ήθελαν να νομίσει η κουκουβάγια ότι τα παιδιά δεν ήταν τρία αλλά ένα. Τα παιδιά για να λύσουν το πρόβλημα μπήκαν σε μια γραμμή όπου μπροστά στεκόταν το ψηλότερο και πίσω τα πιο κοντά παιδιά με αυτόν τον τρόπο τα τελευταία βρισκόταν έξω από το οπτικό πεδίο της κουκουβάγιας. Αφού τα παιδιά είδαν ή άκουσαν την ιστορία ζήτησαν από καθένα να παρουσιάσει κι αυτό τη λύση του προβλήματος χρησιμοποιώντας κούκλες. Σε αυτό είχαν μεγαλύτερη επιτυχία τα παιδιά που είχαν δει την ιστορία, παρά εκείνα που την είχαν ακούσει από το ραδιόφωνο. Όσον αφορά την απόδοση των μικρότερων παιδιών καθώς και τα δύσκολα προβλήματα, η

τηλεόραση βρισκόταν σε πλεονεκτική θέση σε σύγκριση με το ραδιόφωνο. Φάνηκε ότι τα παιδιά στην προσχολική ηλικία, ήταν έτοιμα να αρχίσουν να λύνουν τέτοιου είδους προβλήματα αλλά με τη βοήθεια οπτικών μέσων όπως αυτά που παρέχει η τηλεόραση.

Άρα η τηλεόραση έχει τη δυνατότητα να βοηθήσει το παιδί να κατανοήσει μια σχέση χώρου αλλά και να ενισχύσει την αξία της τηλεόρασης για τα πρώιμα στάδια μάθησης.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΤΡΙΤΟ: ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΗ ΤΗΛΕΟΡΑΣΗ

A) Τηλεόραση και παιδεία

Κατά τη διάρκεια του 20^{ου} αιώνα η απαίτηση για αύξηση της παρερχόμενης παιδείας σε ποσότητα και ποιότητα οδήγησε σε θεμελιακές αλλαγές στο χώρο αυτό. Η αύξηση του μαθητικού πληθυσμού και η ταυτόχρονη αύξηση των ετών φοίτησης στα σχολεία δημιούργησαν την ανάγκη εκσυγχρονισμού της εκπαιδευτικής διαδικασίας. Έτσι, ενώ οι πρώτες δεκαετίες αυτού του αιώνα προσέφεραν στην εκπαίδευση νέες παιδαγωγικές αντιλήψεις και διδακτικές μεθόδους, οι τελευταίες χαρακτηρίζονται κυρίως από την εφαρμογή και τη χρήση νέων επαναστατικών μέσων διδασκαλίας και μάθησης. Τα μέσα μαζικής επικοινωνίας προσέφεραν νέες δυνατότητες στην εκπαιδευτική διαδικασία, η διάδοση και χρήση της τηλεόρασης είχε αναμφισβήτητη τη μεγαλύτερη επιρροή με αποτέλεσμα τη δημιουργία της εκπαιδευτικής τηλεόρασης.

Η εκπαιδευτική τηλεόραση εμφανίστηκε δειλά τη δεκαετία του 1950 σε μερικές αναπτυγμένες χώρες και στη συνέχεια γνώρισε μεγάλη εξέλιξη σε όλο το κόσμο. Το 1960 η εκπαιδευτική τηλεόραση χρησιμοποιήθηκε και από την UNESCO στις υπανάπτυκτες χώρες με στόχο την καταπολέμηση του αναλφαριθμητισμού. Στο τέλος του 1977 εμφανίστηκε δειλά και προγραμματίστη και στην Ελλάδα. (Κάστορας 1990, σελ.60)



B) Χρήση της τηλεόρασης για εκπαιδευτικούς σκοπούς

Η τηλεόραση χρησιμοποιήθηκε για να καλύψει ένα ευρύ φάσμα εκπαιδευτικών στόχων απευθυνόμενη σε ανθρώπους όλων των ηλικιών. Μέχρι σήμερα έχουν σχεδιαστεί περίπου έξι είδη εκπαιδευτικών προγραμμάτων :

- γενικά προγράμματα επιμόρφωσης ενηλίκων
- ειδικά προγράμματα επαγγελματικής κατάρτισης
- προγράμματα μετεκπαίδευσης ενηλίκων
- προγράμματα επιμόρφωσης γονέων
- εξωσχολικά εκπαιδευτικά προγράμματα για παιδιά και νέους
- σχολικά εκπαιδευτικά προγράμματα

Συνήθως γίνεται η διάκριση ανάμεσα στην επιμορφωτική τηλεόραση και τη σχολική. Η επιμορφωτική έχει ευρύτερες εκπαιδευτικές προθέσεις και στόχους από τη σχολική, τόσο ως προς τα θέματά της όσο και ως προς τους πληθυσμούς προς τους οποίους απευθύνεται. Ενώ η σχολική τηλεόραση αναφέρεται στη χρήση εκπαιδευτικών προγραμμάτων για διδακτικούς σκοπούς, μέσα στα εκπαιδευτικά

ιδρύματα όλων των βαθμίδων. Περιλαμβάνει δηλαδή προγράμματα με καθορισμένους διδακτικούς στόχους, που εκπέμπονται για συγκεκριμένες διδακτικές μαθησιακές εφαρμογές, με στόχο να καλύψουν τις ανάγκες των Αναλυτικών Προγραμμάτων των σχολείων κάθε βαθμίδας και κατηγορίας. Η σχολική εκπαιδευτική τηλεόραση μπορεί να χρησιμοποιηθεί και στο χώρο του παιδικού σταθμού και του νηπιαγωγείου και να αποτελέσει βοηθητικό μέσο διδασκαλίας στα χέρια του βρεφονηπιοκόμου.

Γ) Η εκπαιδευτική τηλεόραση και η προσχολική αγωγή

Η τηλεόραση, όπως και τα άλλα οπτικοακουστικά μέσα, μπορεί να αποτελέσει ενσωματωμένο και αναπόσπαστο βοηθητικό μέσο στη διδακτική μαθησιακή διαδικασία. Ο δάσκαλος και ο βρεφονηπιοκόμος μπορεί να τη χρησιμοποιήσει για να επιτελέσει καλύτερα το έργο του. Για να γίνει όμως αυτό, θα πρέπει να γνωρίζει τις παιδαγωγικές λειτουργίες της αλλά και τις αδυναμίες της.

Με τη δυνατότητα που έχει να παρουσιάζει τα θέματα με τρόπο δυναμικό, η τηλεόραση παρέχει ερεθίσματα που διεγείρουν το ενδιαφέρον, το συναίσθημα και την περιέργεια των μικρών παιδιών έτσι, όταν χρησιμοποιείται σωστά, δημιουργεί παρότρυνση για μάθηση. Η δραματοποίηση εξάλλου γεγονότων και καταστάσεων μέσα από την τηλεοπτική οθόνη, έχει μια ιδιαίτερη ελκυστική επίδραση στα παιδιά με αποτέλεσμα την αύξηση του ενδιαφέροντος τους για συμμετοχή σε ανάλογες διαδικασίες. Επίσης, η τηλεόραση μπορεί να δημιουργήσει μοναδικές συνθήκες μάθησης παρουσιάζοντας πηγές και διαδικασίες που δεν μπορούν να προσφέρουν τα συνηθισμένα μέσα διδασκαλίας δηλαδή πηγαίνει το μαθητή εκεί που δεν μπορεί να πάει ο ίδιος.

Με τη χρήση της τηλεόρασης και των άλλων οπτικοακουστικών μέσων στα πλαίσια της μαθησιακής διαδικασίας, ο ρόλος του εκπαιδευτικού αλλάζει. Δεν είναι πια ο μοναδικός φορέας μάθησης, ο παντογνώστης, αλλά εκείνος που καθοδηγεί το μαθητή στις διάφορες πηγές της.

Η τηλεόραση συμβάλλει στη διατήρηση της πληροφορίας και της μάθησης περισσότερο από τα άλλα οπτικοακουστικά μέσα γιατί απευθύνεται στο μάτι και το αυτί ταυτόχρονα, καθώς αποτελεί μια ιδανική σύνθεση όλων των οπτικοακουστικών τεχνικών από τις οποίες δανείζονται τα πλεονεκτήματα της κάθε μιας. Επιβάλλει επιπλέον μια νέα και φυσική προσέγγιση στη μάθηση τόσο στο σχολείο όσο και το σπίτι. Έτσι δημιουργεί ένα άμεσο και ζωντανό δεσμό ανάμεσα στο σχολείο και την οικογένεια, αφού δίνει την ευκαιρία στους γονείς να παρακολουθούν κι αυτοί τις σχολικές εκπομπές - '' να φέρει τη σχολική τάξη σε επαφή με τον κόσμο και τον κόσμο στη σχολική τάξη '' .

Εκτός από τις νέες δυνατότητες και ευκαιρίες που προσφέρει η τηλεόραση σε εκπαιδευτικούς και μαθητές, είναι δυνατό να δημιουργεί και ορισμένα προβλήματα. Πολλοί υποστηρίζουν, πως η τηλεόραση δεν επιτρέπει την άμεση και φανερή συμμετοχή των παιδιών και γενικά την αλληλεπίδραση στη διάρκεια της εκπαιδευτικής εκπομπής. Συνεπώς οι διάφορες ερωτήσεις, απορίες και παρατηρήσεις των παιδιών δεν μπορούν να βρουν απαντήσεις στη διάρκεια της εκπομπής. Το πρόβλημα αυτό περιορίζεται σημαντικά με τη χρήση συσκευής του video που επιτρέπει την διακοπή της εκπομπής στα σημεία που ενδιαφέρουν και τη μελέτη τους με τη συμμετοχή των παιδιών. Αλλά και στο ανοιχτό κύκλωμα μπορεί να υπάρξει ενεργητική συμμετοχή με τη χρήση προγραμμάτων που έχουν σχεδιαστεί με τέτοιο τρόπο, ώστε να προκαλούν τη συμμετοχή των παιδιών.

Η τηλεόραση κατηγορείται ότι καθλώνει πνευματικά το παιδί και περιορίζει τη φαντασία του γιατί οι άπειρες εικόνες που βλέπει στη μικρή οθόνη δεν τον αφήνουν περιθώρια για προεκτάσεις και συμπληρώσεις. Η αποδοχή ή η απόρριψη της άποψης αυτής εξαρτάται από πολλούς παράγοντες, όπως είναι η μορφή του τηλεοπτικού προγράμματος, ο σκοπός του, η μέθοδος παρουσίασης, η χρήση που θα κάνει ο εκπαιδευτικός και το ίδιο το παιδί. Είναι βέβαιο όμως πως το ραδιόφωνο και το βιβλίο σε σύγκριση με την τηλεόραση κεντρίζουν περισσότερο τη φαντασία των παιδιών. Αυτό οφείλεται στο ότι αφήνουν μερικά οπτικά κενά στον ακροατή - αναγνώστη, τα οποία πρέπει να καλυφθούν με φανταστικές εικόνες και παραστάσεις.

Τα μειονεκτήματα αυτά της εκπαιδευτικής τηλεόρασης περιορίζονται στο αν τα εκπαιδευτικά προγράμματα είναι ποιοτικά κατάλληλα. Αν η ποιότητά τους είναι

υψηλή, τότε η εκπαιδευτική τηλεόραση έχει περισσότερα πλεονεκτήματα. Αν αντίθετα, η ποιότητα των προγραμμάτων αυτών είναι αμφίβολης αξίας τότε και η εκπαιδευτική τηλεόραση χαρακτηρίζεται από περισσότερες αδυναμίες. Επομένως, τα τηλεοπτικά εκπαιδευτικά προγράμματα πρέπει να είναι ποιοτικά κατάλληλα σχεδιασμένα, έτσι ώστε να χρησιμοποιούνται και να αξιοποιούνται σωστά για να μπορούν να ανταποκριθούν στους διδακτικούς τους στόχους.

Επίσης, για τη σωστή χρήση της τηλεόρασης ως μέσο για την υποστήριξη της εκπαιδευτικής διαδικασίας είναι σημαντική και απαραίτητη η ενημέρωση των εκπαιδευτικών σχετικά με τους τρόπους χρήσης, δυνατότητες και το μέτρο συμβολής της στην εκπαίδευση.

Τέλος, είναι χρήσιμο και σημαντικό για την κατανόηση της αξίας της εκπαιδευτικής τηλεόρασης στο χώρο της προσχολικής αγωγής να μελετήσει κανείς παραδείγματα εκπαιδευτικών τηλεοπτικών προγραμμάτων κατάλληλων για τα παιδιά της προσχολικής ηλικίας, από τη διεθνή εμπειρία.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΤΕΤΑΡΤΟ: ΟΙ ΕΠΙΔΡΑΣΕΙΣ ΤΗΣ ΤΗΛΕΟΡΑΣΗΣ

Α) Η τηλεόραση επηρεάζει πολύ σοβαρά τα παιδιά και τους έφηβους

(Ημερομηνία δημοσίευσης : 15 Φεβρουαρίου 2001)

Η παρακολούθηση της τηλεόρασης αποτελεί μια πολύ σημαντική και καθημερινή δραστηριότητα των παιδιών και των εφήβων. Σύμφωνα με μελέτες σε ανεπτυγμένες χώρες υπολογίζεται ότι παρακολουθούν κατά μέσο όρο 3 έως 4 ώρες τηλεόραση καθημερινώς. Μέχρι το έτος που θα αποφοιτήσουν από το σχολείο μέσης εκπαίδευσης θα έχουν περάσει περισσότερο χρόνο μπροστά από τη τηλεόραση παρά στις τάξεις τους.



Η τηλεόραση μπορεί να προσφέρει πληροφόρηση, ψυχαγωγία και συντροφιά στα παιδιά αλλά μπορεί και να τα επηρεάσει με πολλούς ανεπιθύμητους τρόπους. Η παρακολούθηση της τηλεόρασης κρατά μακριά τα παιδιά από άλλες πολύ σημαντικές δραστηριότητες όπως το διάβασμα, το παιχνίδι, οι σχολικές εργασίες, οικογενειακές αλληλοεπιδράσεις και κοινωνική ανάπτυξη και μόρφωση.

Ένα πολύ ανησυχητικό δεδομένο είναι ότι τα παιδιά παίρνουν πληροφόρηση από την τηλεόραση που μπορεί να είναι ακατάλληλη ή λανθασμένη. Σύμφωνα με την Αμερικανική Ακαδημία Ψυχιατρικής του παιδιού και του έφηβου, πολύ συχνά τα παιδιά δεν μπορούν να κάνουν την διάκριση μεταξύ του πραγματικού και αυτού που αγγίζει τα όρια της φαντασίας σε θέματα που παρουσιάζονται στην τηλεόραση. Επηρεάζονται από χιλιάδες διαφημίσεις που βλέπουν κάθε χρόνο πολλές από τις οποίες αφορούν παιχνίδια, έτοιμα φαγητά, αμφιβόλου αξίας ζαχαρωτά ή άλλα ανάλογα παιδικά εδέσματα και ακόμη διαφημίσεις για αλκοόλ.

Μια πρόσφατη μελέτη από την Νέα Υόρκη και την Καλιφόρνια και που δημοσιεύτηκε στο τεύχος του Ιανουαρίου 2001 του Journal of the American Dietetic

Association συμπεραίνει ότι ακόμη και παιδιά 2 ετών επηρεάζονται όσον αφορά τις επιλογές τους για φαγητό από διαφημίσεις στη τηλεόραση που μπορεί να είναι μικρής διάρκειας, 30 δευτερολέπτων.

Τα ευρήματα αυτά είναι πολύ σημαντικά εάν λάβουμε υπ' όψη ότι όλο και περισσότερα παιδιά είναι παχύσαρκα και ότι πολύ συχνά τα φαγητά που διαφημίζονται για παιδιά στη τηλεόραση είναι ψηλής περιεκτικότητας σε λίπη και περιέχουν υπερβολικά ψηλό αριθμό θερμίδων.

Σύμφωνα με συμπεράσματα ερευνών από την Αμερικανική Ακαδημία Ψυχιατρικής του παιδιού και του έφηβου τα παιδιά που παρακολουθούν τηλεόραση για μεγάλο χρονικό διάστημα καθημερινώς παρουσιάζουν τα εξής μειονεκτήματα:

- έχουν χαμηλότερους βαθμούς στο σχολείο
- είναι υπέρβαρα
- εξασκούνται λιγότερο
- διαβάζουν λιγότερο

Επίσης, θέματα που πολύ συχνά αποτελούν στερεότυπα τηλεοπτικών προγραμμάτων περιλαμβάνουν τη βία, θέματα σεξ, κατάχρηση αλκοόλ και ναρκωτικά. Υπάρχει ο κίνδυνος νεαρά άτομα και παιδιά που εντυπωσιάζονται εύκολα, να εκλαμβάνουν ορισμένες καταστάσεις και συμπεριφορές ως αποδεκτές και ασφαλείς ενώ στην πραγματικότητα είναι ακατάλληλες, νοσηρές ή αντικοινωνικές.

Οι διαπιστώσεις αυτές είναι γεγονός που πρέπει να μας κάνει ν' ανησυχήσουμε για τα παιδιά μας. Τι μπορούμε να κάνουμε;

- είναι καλό να βλέπουμε προγράμματα τηλεόρασης με τα παιδιά μας
- να διαλέγουμε για τα παιδιά μας και να τα παροτρύνουμε να βλέπουν προγράμματα κατάλληλα για την ψυχική και πνευματική τους ανάπτυξη
- πρέπει να τοποθετήσουμε χρονικά όρια για το πόση τηλεόραση θα βλέπουν τα παιδιά σε καθημερινό και εβδομαδιαίο επίπεδο
- η τηλεόραση πρέπει να είναι κλειστή κατά τη διάρκεια των φαγητών ή τις ώρες που μελετούν τα παιδιά

- να κλείνουμε την τηλεόραση όταν θεωρούμε ότι υπάρχουν προγράμματα ακατάλληλα για τα παιδιά

Ο ρόλος των γονέων για το θέμα της παρακολούθησης της τηλεόρασης από τα παιδιά πρέπει να είναι περισσότερο ενεργός και να γίνεται ευκαιρία θετικής αλληλοεπίδρασης γονιών και παιδιών.

Οι γονείς είναι καλά να ενδιαφέρονται και να είναι περίεργοι για το τι βλέπουν τα παιδιά τους στη τηλεόραση. Πρέπει να δίνουν χρόνο και να συζητούν μαζί με τα παιδιά τα προγράμματα που βλέπουν. Είναι καλό ταυτόχρονα να επικροτούν τις καλές συμπεριφορές, τη φιλία, τη συνεργασία και το ενδιαφέρον για τους άλλους.

Η συζήτηση θεμάτων που προκύπτουν από τα προγράμματα μαζί με τα παιδιά όπως για παράδειγμα πόσο πραγματικά μπορεί να είναι κάποια γεγονότα που προβάλλονται, η σύγκριση αυτών που βλέπουν με την πραγματικότητα, η ανάλυση σε κατανοητή γλώσσα του ρόλου και των επιδιώξεων των διαφημίσεων μπορεί να προσφέρει ανεκτίμητη βοήθεια και υπηρεσία στα παιδιά.

Συμπερασματικά μπορούμε να πούμε ότι η τηλεόραση που είναι αναπόσπαστο και αναγκαίο μέρος της ζωής μας μπορεί να έχει σημαντικές αρνητικές επιδράσεις στα παιδιά. Όμως μπορεί να γίνει με τη δική μας συμβολή και καθοδήγηση, φτάνει να δώσουμε χρόνο στα παιδιά, ένα πολύτιμο εργαλείο για την περαιτέρω μόρφωση τους και κατανόηση της κοινωνίας και να μπορούν ν' αντιμετωπίσουν καλύτερα τα πολλά και πολύπλοκα προβλήματα που πρόκειται να συναντήσουν τα παιδιά στη ζωή τους.

Πηγή : medlook.net

Βιβλιογραφία : American Academy of Child and Adolescent Psychiatry

B) Η βία στην τηλεόραση και τα παιδιά.

(Ημερομηνία δημοσίευσης : 24 Απριλίου 2001)



Η τηλεόραση μπορεί να επηρεάζει πολύ έντονα τα παιδιά και τους έφηβους οι οποίοι είναι ιδιαίτερα ευάλωτοι στα μηνύματα που μεταδίδονται και διαφοροποιούν τις αντιλήψεις τους και τη συμπεριφορά τους. Δυστυχώς έρευνες έχουν δείξει ότι 61% όλων των προγραμμάτων στην τηλεόραση περιέχουν κάποια μορφή βίας.

Τα παιδιά σε ανεπτυγμένες χώρες, καθημερινά για 3 έως 4 ώρες παρακολουθούν τηλεόραση. Σύμφωνα με στοιχεία που δίνει η Αμερικανική Ακαδημία Παιδιατρικής, όταν ένα άτομο θα φτάσει στην ηλικία των 70 ετών θα έχει περάσει 7 έως 10 χρόνια της ζωής του παρακολουθώντας τηλεόραση.

Ένας μεγάλος αριθμός μελετών που έχουν γίνει μέχρι σήμερα δείχνουν τα ακόλουθα ανησυχητικά αποτελέσματα:

- τα παιδιά μιμούνται τη βία που βλέπουν στην τηλεόραση
- αποδέχονται σταδιακά τη βία σαν μέσο επίλυσης προβλημάτων
- συνηθίζουν τον τρόπο της βίας, δεν συγκινούνται απ' αυτή και γίνονται απαθείς μπροστά στη βία που παρακολουθούν
- ταυτοποιούν τους εαυτούς τους με ορισμένους χαρακτήρες που βλέπουν είτε αυτοί είναι θύτες είτε θύματα

Η συνεχής παρακολούθηση στην τηλεόραση επεισοδίων βίας από τα παιδιά, τους δημιουργεί περισσότερη επιθετικότητα. Ιδιαίτερα επιβλαβή είναι προγράμματα στα οποία η βία φαίνεται πολύ αληθοφανής, επαναλαμβάνεται συχνά και περνά ατιμώρητη.

Παιδιά τα οποία έχουν διάφορα προβλήματα όπως διαταραχές της συμπεριφοράς, μαθησιακές δυσκολίες, συναισθηματικές αστάθειες και παρορμητικότητα έχουν περισσότερο κίνδυνο για να επηρεασθούν ή να μιμηθούν αλλά και να υιοθετήσουν όσα βλέπουν. Τα παιδιά και οι έφηβοι μπορούν να επηρεαστούν αρνητικά ακόμα και όταν στο οικογενειακό περιβάλλον δεν υπάρχει τάση για επιθετικότητα.

Εκείνο που είναι ιδιαίτερα ανησυχητικό είναι το γεγονός ότι η επίδραση και ο αντίκτυπος στη συμπεριφορά του παιδιού μπορεί να φανεί όχι μόνο άμεσα αλλά και να εμφανιστεί χρόνια μετά.

Η βία που βλέπουν τα παιδιά στην τηλεόραση δεν είναι ο μόνος λόγος πρόκλησης και δημιουργίας επιθετικής ή βίαιης συμπεριφοράς αλλά σίγουρα είναι ένας από τους πιο σημαντικούς.

Ο ρόλος των γονέων είναι πολύ σημαντικός για την προστασία των παιδιών από την υπερβολική βία που παρουσιάζεται στη τηλεόραση. Ορισμένα απλά μέτρα εάν ληφθούν μπορούν να προλάβουν ανεπιθύμητες αρνητικές συνέπειες για τα παιδιά. Τα μέτρα αυτά είναι:

1. οι γονείς πρέπει να προσέχουν τι προγράμματα βλέπουν τα παιδιά τους και να παρακολουθούν ορισμένα μαζί τους

2. πρέπει να βάζουν όρια στο χρόνο κατά τον οποίο τα παιδιά θα βλέπουν τηλεόραση και μια καλή ιδέα είναι να μετακινήσουν μια συσκευή τηλεόρασης, εάν υπάρχει, από το δωμάτιο του παιδιού
3. είναι σημαντικό οι γονείς να εξηγούν στα παιδιά ότι ενώ κατά τις πράξεις βίας στην τηλεόραση οι ηθοποιοί δεν παθαίνουν τίποτα, στην πραγματική ζωή ανάλογες πράξεις προκαλούν πόνο, σοβαρούς τραυματισμούς και θάνατο
4. πρέπει να απαγορεύουν στα παιδιά τους να βλέπουν προγράμματα που είναι γνωστό ότι είναι βίαια, να αλλάζουν κανάλι όταν εμφανίζονται απαράδεκτες βίαιες σκηνές και ταυτόχρονα να επεξηγούν στα παιδιά τους γιατί το κάνουν αυτό
5. να αποδοκιμάζουν βίαια επεισόδια που παρουσιάζονται στην τηλεόραση στην παρουσία των παιδιών τους και να τονίζουν την άποψη ότι τέτοια συμπεριφορά δεν είναι ο καλύτερος τρόπος επίλυσης των προβλημάτων
6. πρέπει οι γονείς των παιδιών να έρχονται σε επικοινωνία με γονείς άλλων παιδιών συνομήλικων και φίλων ή συμμαθητών των δικών τους παιδιών και να συμφωνούν να εφαρμόζουν, κοινούς κανόνες, όσον αφορά το είδος των προγραμμάτων που θα αφήνουν τα παιδιά τους να βλέπουν και την χρονική διάρκεια που θα επιτρέπουν για την παρακολούθηση της τηλεόρασης

Είναι πολύ σημαντικό τα παιδιά να μορφώνονται από το σχολείο και από τους γονείς τους για θέματα σχετικά με τα μέσα μαζικής επικοινωνίας και ειδικότερα για την τηλεόραση. Στις ΗΠΑ όλο και περισσότερα σχολεία περιλαμβάνουν μέσα στη διδακτέα ύλη και μάθημα για τα μέσα μαζικής επικοινωνίας.

Τα σημαντικά αυτά στοιχεία προέρχονται από την American Academy of Child and Adolescent Psychiatry, η οποία και τα δημοσιεύει σε σχετικό δελτίο "Important facts on children and television violence" στις 14 Φεβρουαρίου 2001.

Το πρόβλημα της επιθετικότητας και της βίαιης συμπεριφοράς που δημιουργούνται λόγω προβολής ανάλογων σκηνών από τα μέσα και ιδιαίτερα από την τηλεόραση έχει αναγνωριστεί από πολλές έρευνες που έχουν γίνει. Όμως δεν έχουν ακόμη προταθεί και αξιολογηθεί λύσεις ολοκληρωτικές λύσεις του προβλήματος.

Είναι σημαντικό για το σκοπό αυτό να συνεργαστούν όλοι, οι γονείς, οι κυβερνήσεις, οι επαγγελματίες υγείας, τα σχολεία, οι βιομηχανίες παραγωγής έργων και άλλου

ανάλογου υλικού όπως επίσης και οι παραγωγοί των προγραμμάτων τηλεοπτικών σταθμών για να προστατευθούν τα παιδιά από τα δηλητηριώδη φαινόμενα προβολής βίας στην τηλεόραση.



Πηγή : medlook.net

Βιβλιογραφία : "Important facts on children and television violence", American Academy of Child and Adolescent Psychiatry

Γ) Τα παιδιά, η βία στην τηλεόραση και τα παιχνίδια υπολογιστών

(Ημερομηνία δημοσίευσης: 19 Φεβρουαρίου 2005)



Οι σκηνές βίας και εγκλήματος που βλέπουν τα παιδιά στην τηλεόραση και στα παιχνίδια στους υπολογιστές ή άλλες ηλεκτρονικές συσκευές, επηρεάζουν τον ψυχικό τους κόσμο. Επηρεάζονται οι σκέψεις και τα συναισθήματα των παιδιών με κίνδυνο να προκαλείται μια επιθετική συμπεριφορά ή να δημιουργούνται φοβίες.

Ο κίνδυνος αρνητικών επιπτώσεων στον ψυχικό κόσμο και στη συμπεριφορά, είναι μεγαλύτερος στα παιδιά μικρής ηλικίας και στα αγόρια. Στους έφηβους ή στα παιδιά μεγαλύτερης ηλικίας φαίνεται να είναι μικρότερος. Τα συμπεράσματα αυτά προκύπτουν από βιβλιογραφική ανασκόπηση των δεδομένων που υπάρχουν σήμερα στις επιστημονικές έρευνες που εξέτασαν τις επιπτώσεις των μέσων μαζικής πληροφόρησης και ηλεκτρονικών παιχνιδιών στον ψυχικό κόσμο των παιδιών.

Οι ερευνητές από τη σχολή Ψυχολογίας του πανεπιστημίου του Birmingham, τονίζουν ότι δεν μπορούν με τα δεδομένα που υπάρχουν σήμερα να υποστηρίξουν ότι

τελικά οι επιπτώσεις που παρατηρούνται στα παιδιά οδηγούν σε αυξημένη εγκληματικότητα. Υπάρχουν στοιχεία που συσχετίζουν σκληρές βίαις στην τηλεόραση ή στα ηλεκτρονικά παιχνίδια με αυξημένη εγκληματικότητα. Όμως η σχέση αυτή, με τα στοιχεία που έχουμε σήμερα, είναι αδύναμη.

Το ζήτημα είναι πολύ σοβαρό, αφορά τη δημόσια υγεία και έχει κοινωνικές και πολιτικές προεκτάσεις. Επιβάλλεται να διερευνηθεί περισσότερο, σε μεγάλες πληθυσμιακές έρευνες διότι επηρεάζει την ψυχική διαμόρφωση των παιδιών, το μέλλον τους, την οικογένεια και την κοινωνία.

Οι γονείς έχουν τεράστιο ρόλο να διαδραματίσουν στο πολύπλοκο αυτό πρόβλημα . Μπορούν να παρακολουθούν το τι βλέπουν ή παίζουν τα παιδιά τους στους υπολογιστές, DVD, βίντεο, διαδίκτυο και τηλεόραση. Ο στόχος τους είναι να τα καθοδηγούν και προπαντός να τα βοηθούν να καταλαβαίνουν το τι βλέπουν, τοποθετώντας το στις πραγματικές του διαστάσεις.

Πράγματι έχει παρατηρηθεί ότι με την εξάπλωση και την πληθώρα των ηλεκτρονικών παιχνιδιών (βίντεο, διαδίκτυο, υπολογιστές), υπάρχει ο κίνδυνος τα παιδιά εάν αφεθούν χωρίς καθοδήγηση, να μη μπορούν να σχηματίσουν έγκαιρα άποψη για το τι είναι ορθό και τι λάθος.

Βέβαια πρέπει να αποφύγουμε τον κίνδυνο της υπεραπλούστευσης. Δεν πρέπει να αποδώσουμε τα προβλήματα συμπεριφοράς και εγκληματικότητας μόνο στην τηλεόραση και στα ηλεκτρονικά παιχνίδια.

Στις περιπτώσεις που υπάρχει βία στην οικογένεια για παράδειγμα, τα παιδιά μπορεί να είναι πιο ευάλωτα στο τι βλέπουν αλλού ή στα ηλεκτρονικά τους παιχνίδια. Η εγκληματική ή επιθετική συμπεριφορά μπορεί να δημιουργείται όχι μόνο από ένα παράγοντα αλλά από περισσότερα γεγονότα που διαδραματίζονται στη ζωή του παιδιού.

Παρ' όλα αυτά όμως επισημαίνεται, χωρίς αυτό να είναι απόδειξη, ότι σε μια έρευνα βρέθηκε ότι ένα στα τέσσερα παιδιά που είχαν διαπράξει κάποιο έγκλημα, είχε μιμηθεί ένα έγκλημα που είχε δει στην τηλεόραση. Επίσης, τα παιδιά έχουν την τάση

να χρησιμοποιήσουν βία εάν η βία που είδαν σε κάποιο μέσο, θεωρήθηκε δικαιολογημένη.

Βλέπουμε λοιπόν ότι τα παιδιά είναι περισσότερο επιρρεπή στο να υποστούν αρνητικές ψυχικές επιπτώσεις εάν το ψυχικό τους υπόβαθρο είναι για διάφορους λόγους ευάλωτο. Είναι επίσης άγνωστο ποιες θα είναι οι μακροχρόνιες επιπτώσεις σε όλα τα παιδιά που υποβάλλονται σε σκηνές βίας κατά τις πολύ ευαίσθητες περιόδους της διαμόρφωσης του ψυχικού τους κόσμου και χαρακτήρα.

Είναι σημαντικό οι παραγωγοί προγραμμάτων και ηλεκτρονικών παιχνιδιών, να είναι ευαισθητοποιημένοι για τον κίνδυνο ψυχικής κακοποίησης των παιδιών. Το πρόβλημα μπορεί να έχει προεκτάσεις που σήμερα δεν μπορούμε να υπολογίσουμε ή να προβλέψουμε. Χρειάζεται συνολική αντιμετώπιση από τους γονείς, την οικογένεια, το σχολείο, τους συντελεστές των μέσων μαζικής πληροφόρησης και βιομηχανίας παραγωγής ηλεκτρονικών παιχνιδιών σε βίντεο, για υπολογιστές και το διαδίκτυο.



Πηγή : med look.net

Βιβλιογραφία : The influence of violent media on children and adolescents: a public-health approach, The Lancet , American Academy of Pediatrics , Media watch UK .

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΠΕΜΠΤΟ: ΟΙ ΣΥΝΕΠΕΙΕΣ ΤΗΣ ΤΗΛΕΟΡΑΣΗΣ



Α) Επιθετικότητα και εγκληματικότητα σε παιδιά λόγω τηλεόρασης

(Ημερομηνία δημοσίευσης: 24 Σεπτεμβρίου 2002)

Η τηλεόραση επηρεάζει σήμερα, όσο ποτέ άλλοτε τη ζωή των παιδιών μας. Το περιεχόμενο των προγραμμάτων που παρακολουθούν και ο χρόνος που αφιερώνουν για την τηλεόραση έχουν αντίκτυπο στην ψυχική και σωματική τους υγεία. Ο τρόπος συμπεριφοράς τους, η σχολική τους απόδοση, οι κοινωνικές τους σχέσεις, επηρεάζονται και μπορούν να τροποποιηθούν από το τι βλέπουν στην τηλεόραση. Η τηλεόραση είναι δυνατόν ακόμη να έχει ισχυρή επίδραση στο τι θα φάνε, τι θα φορέσουν και τι παιχνίδια θα διαλέξουν τα παιδιά μας.

Ενώ οι γονείς ανησυχούν πολύ για το ποιος θα προσέχει τα παιδιά τους, σε τι σχολείο θα πάνε, ποιους φίλους θα έχουν, εντούτοις δεν δίνουν τη σημασία που θα έπρεπε για το πόσο χρόνο ξοδεύουν και τι βλέπουν τα παιδιά τους στην τηλεόραση.

Μια πρόσφατη έρευνα που δημοσιεύεται στο έγκυρο ιατρικό περιοδικό Archives of Pediatrics and Adolescent Medicine από γιατρούς του πανεπιστήμιου της Άγκυρας, κρούει τον κώδων του κινδύνου για τα προβλήματα που προκαλούνται στα παιδιά λόγω της τηλεόρασης. Για να διερευνήσουν τις επιδράσεις της τηλεόρασης σε παιδιά σχολικής ηλικίας, οι ερευνητές μελέτησαν τις περιπτώσεις 888 παιδιών. Συνέλλεξαν πληροφορίες από τους γονείς τους για το συνολικό χρόνο που σπαταλούσαν μπροστά από την τηλεόραση και ανέλυσαν τη συμπεριφορά των παιδιών με τη μέθοδο του CBCL (Child Behavior Checklist).

Τα ευρήματά τους είναι άκρως ενδιαφέροντα και διαφωτιστικά:

- Τα παιδιά που ξοδεύουν περισσότερο χρόνο κοιτάζοντας τηλεόραση, έχουν περισσότερες πιθανότητες να αναπτύξουν επιθετικότητα ή εγκληματική συμπεριφορά και αυτό ανεξάρτητα από το περιεχόμενο των προγραμμάτων.
- Τα παιδιά παρακολουθούν τηλεόραση για 2,5 ώρες καθημερινά και ο χρόνος αυτός αυξάνεται κατά τα Σαββατοκύριακα.
- Τα παιδιά που έβλεπαν τηλεόραση για περισσότερες από 4 ώρες κάθε μέρα, είχαν περισσότερα στοιχεία επιθετικής και εγκληματικής συμπεριφοράς σε σύγκριση με παιδιά που κοίταζαν τηλεόραση για λιγότερο από 2 ώρες κάθε μέρα
- Βρέθηκε ότι τα αγόρια είναι πολύ πιο πιθανόν να κοιτάζουν τηλεόραση για περισσότερο από 2 ώρες κάθε μέρα.
- Η αύξηση της ηλικίας συνοδευόταν και με αύξηση του χρόνου παρακολούθησης της τηλεόρασης.
- Τα προβλήματα της συμπεριφοράς και η επιθετικότητα που παρατηρήθηκαν στα παιδιά αυτά, εξαρτιόταν κυρίως από το συνολικό χρόνο παρακολούθησης της τηλεόρασης και όχι από το περιεχόμενο των προγραμμάτων.

Συνοπτικά, η αύξηση του χρόνου παρακολούθησης της τηλεόρασης συσχετίζεται με κοινωνικά προβλήματα, επιθετική και εγκληματική συμπεριφορά. Τα στοιχεία αυτά

κρούουν τον κώδων του κινδύνου για τους γονείς. Θα πρέπει να περιορίζουν το χρόνο που κοιτάζουν τηλεόραση τα παιδιά τους. Παράλληλα θα πρέπει να τα ενθαρρύνουν να λαμβάνουν μέρος σε άλλες δημιουργικές δραστηριότητες, να συναναστρέφονται και να παίζουν με συνομήλικους τους.

Πηγή : med look.net

Βιβλιογραφία : Behavioural Correlates of Television Viewing in Primary School Children Evaluated by the Child Behaviour Checklist, Archives of Paediatrics and Adolescent Medicine.

B) Η τηλεόραση βλάπτει την παιδική συμπεριφορά

(Ημερομηνία δημοσίευσης: 3 Οκτωβρίου 2007)

Η καθημερινή παρακολούθηση τηλεόρασης από παιδιά, για δύο ή τρεις ώρες την ημέρα, μπορεί να οδηγήσει σε προβλήματα συμπεριφοράς και φτωχές κοινωνικές δεξιότητες, σύμφωνα με έρευνα που πραγματοποιήθηκε σε παιδιά ηλικίας 2,5 έως 5,5 ετών, από ερευνητές της Σχολής Δημόσιας Υγείας John Hopkins Bloomberg.

Η ερευνητική ομάδα παρατήρησε ότι η επίδραση της παρακολούθησης τηλεόρασης στη συμπεριφορά ενός παιδιού και στις κοινωνικές του δεξιότητες ποικίλλουν ανάλογα με την ηλικία παρακολούθησης τηλεόρασης. Όπως φάνηκε, η παρακολούθηση τηλεόρασης για πολλές ώρες, αν με τον καιρό περιοριζόταν, δεν φάνηκε να σχετίζεται με τη συμπεριφορά ή με κοινωνικά προβλήματα.

Η αμερικανική Ακαδημία παιδιάτρων συνιστά, τα παιδιά κάτω από την ηλικία των 2 ετών να μην βλέπουν τηλεόραση, ενώ τα παιδιά 2 ετών και πάνω να μην ξεπερνούν τις 2 ώρες ημερησίως. Η έρευνα δημοσιεύεται στο περιοδικό 'Pediatrics'.

Για την έρευνα οι επιστήμονες ανέλυσαν στοιχεία 2.707 παιδιών. Γονείς ρωτήθηκαν για τις συνήθειες των παιδιών σχετικά με την παρακολούθηση τηλεόρασης και τη συμπεριφορά τους στην ηλικία των 2,5 και 5,5 ετών. Ποσοστό 16% των γονέων ανέφεραν ότι τα παιδιά τους παρακολουθούσαν δυο ή περισσότερες ώρες καθημερινά, στην ηλικία των 2,5 ετών, ενώ ποσοστό 15% ανέφεραν ότι τα παιδιά τους παρακολουθούσαν 2 ή περισσότερες ώρες στην ηλικία των 5,5 ετών. Ένας στους

πέντε γονείς ανέφερε ότι τα παιδιά του έβλεπαν τηλεόραση δυο ή περισσότερες ώρες καθημερινά στην ηλικία των 2,5 και 5,5 ετών. Η έκθεση αυτή φάνηκε να σχετίζεται με προβλήματα συμπεριφοράς. Ωστόσο, η πρώιμη παρακολούθηση που στη συνέχεια περιορίστηκε δεν αποτέλεσε παράγοντα κινδύνου για προβλήματα συμπεριφοράς.

Η ταυτόχρονη παρακολούθηση φάνηκε να σχετίζεται με λιγότερες κοινωνικές δεξιότητες, ενώ η παράταση και η παρακολούθηση σε πολύ μικρή ηλικία επηρέαζε λιγότερο την ανάπτυξη των κοινωνικών δεξιοτήτων.

Στην έρευνα φάνηκε ότι το να υπάρχει συσκευή τηλεόρασης στο παιδικό δωμάτιο στην ηλικία των 5,5 ετών σχετίζεται με προβλήματα συμπεριφοράς, φτωχές κοινωνικές δεξιότητες και άσχημο ύπνο. Ποσοστό 41% των παιδιών που έλαβαν μέρος στην έρευνα είχαν τηλεόραση στο δωμάτιό τους.

Η ερευνήτρια Cynthia Minkovitz, υπογραμμίζει ότι είναι καθοριστικής σημασίας οι γιατροί να τονίζουν τη σημασία που έχει η μείωση των ωρών παρακολούθησης τηλεόρασης σε μικρή ηλικία, στην ομάδα των παιδιών που αρχίζουν από πολύ νωρίς να τη χρησιμοποιούν.

Πηγή : medlook.net

Βιβλιογραφία : American Academy of Pediatrics

Γ) Η τηλεόραση συνδέεται με προβλήματα συγκέντρωσης των παιδιών

Ερευνητές έχουν διαπιστώσει ότι κάθε ώρα που τα παιδιά προσχολικής ηλικίας παρακολουθούν τηλεόραση την ημέρα, αυξάνονται οι πιθανότητες κατά 10% να αναπτύξουν προβλήματα ελλειμματικής προσοχής σε μεγαλύτερη ηλικία. Τα ευρήματα αυτά υποστηρίζουν προηγούμενη έρευνα που δείχνει ότι η τηλεόραση μπορεί να μειώσει τα διαστήματα προσοχής, καθώς και τις συστάσεις της

Αμερικάνικης Παιδιατρικής Εταιρείας σύμφωνα με τις οποίες τα παιδιά κάτω των 2 ετών δεν πρέπει να παρακολουθούν τηλεόραση γιατί πιθανό να επηρεάζεται η ανάπτυξη του εγκεφάλου και οι κοινωνικές, συναισθηματικές και γνωστικές ικανότητες των παιδιών .

Η αλήθεια είναι ότι υπάρχουν πολλοί λόγοι για να μην βλέπουν τηλεόραση τα παιδιά, καθώς άλλες μελέτες έχουν δείξει ότι η συνήθεια αυτή σχετίζεται με την παχυσαρκία και την επιθετικότητα. Η μελέτη αυτή περιέλαβε συνολικά 1.345 παιδιά, εστιάζοντας σε δύο ομάδες : παιδιά ηλικίας 1 και 3 ετών. Οι ερευνητές δεν είχαν στοιχεία σχετικά με το αν τα παιδιά είχαν διαγνωστεί με διαταραχές ελλειμματικής προσοχής, αλλά ο αριθμός των παιδιών των οποίων οι γονείς θεωρούσαν ότι έχουν προβλήματα προσοχής (10%) είναι παρόμοιος με εκείνον του γενικού πληθυσμού. Τα προβλήματα που εντοπίζονταν ήταν η δυσκολία συγκέντρωσης, η νευρική, η παρορμητικότητα και η σύγχυση. Περίπου 36% των παιδιών ενός έτους δεν παρακολουθούσε τηλεόραση, ενώ 37% παρακολουθούσε 1-2 ώρες την ημέρα και είχε 10-20% αυξημένο κίνδυνο εμφάνισης προβλημάτων συγκέντρωσης. Ποσοστό 14% παρακολουθούσε 3-4 ώρες την ημέρα και είχε 30-40% αυξημένο κίνδυνο, συγκριτικά με παιδιά που δεν παρακολουθούσαν τηλεόραση. Τα υπόλοιπα παρακολουθούσαν τηλεόραση τουλάχιστον 5 ώρες την ημέρα. Από τα παιδιά 3 ετών, μόνο 7% δεν παρακολουθούσε καθόλου τηλεόραση, 44% παρακολουθούσε 1-2 ώρες την ημέρα, 27% 3-4 ώρες την ημέρα ενώ ποσοστό σχεδόν 11% παρακολουθούσε 7 ώρες την ημέρα και άνω.

Οι ερευνητές δεν γνώριζαν τι είδους εκπομπές έβλεπαν τα παιδιά, αλλά οι ερευνητές λένε ότι αυτό δεν έχει σημασία. Αντίθετα, οι αλληπάλληλες εικόνες με μη ρεαλιστική ταχύτητα που χαρακτηρίζει τα περισσότερα προγράμματα της τηλεόρασης, μπορούν να επηρεάσουν τη φυσιολογική ανάπτυξη του εγκεφάλου. Ο εγκεφαλος του νεογέννητου αναπτύσσεται ταχύτατα κατά τη διάρκεια των πρώτων 3 ετών της ζωής. Η υπερδιέγερση κατά τη διάρκεια αυτής της κρίσιμης περιόδου μπορεί να δημιουργήσει συνήθειες στο μυαλό που αποδεικνύονται πολύ βλαβερές. Αν αυτή η θεωρία αποδειχθεί αληθής, οι μεταβολές στον εγκεφαλο μπορεί να είναι μόνιμες, αλλά τα παιδιά με ελλειμματική προσοχή μπορούν να μάθουν να την αντισταθμίζουν.

Οι ερευνητές εξέτασαν παράγοντες εκτός της τηλεόρασης που μπορεί να κατέστησαν τα παιδιά επιρρεπή σε προβλήματα προσοχής, μεταξύ των οποίων το οικογενειακό τους περιβάλλον και η νοητική κατάσταση των μητέρων. Τίθεται ωστόσο, το ερώτημα αν τα τηλεοπτικά εκπαιδευτικά προγράμματα για παιδιά έχουν τα ίδια αποτελέσματα και αν υπάρχουν άλλοι παράγοντες που επηρεάζουν τις επιπτώσεις της πρώιμης παρακολούθησης τηλεόρασης στα παιδιά, όπως π.χ. η παρακολούθηση μαζί με τους γονείς.

Πηγή : med look.net

Βιβλιογραφία : Ελληνική Παιδιατρική Εταιρεία

Σχέδια παιδιών που βλέπουν καθημερινά μέχρι μία ώρα τηλεόραση:



Σχέδια παιδιών που βλέπουν καθημερινά τουλάχιστον 3 ώρες τηλεόραση:



ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΕΚΤΟ: ΠΑΙΔΙΑ ΚΑΙ ΤΗΛΕΟΡΑΣΗ - ΚΙΝΔΥΝΟΙ ΓΙΑ ΤΗΝ ΥΓΕΙΑ



Ο αριθμός των ωρών που ξοδεύουν τα παιδιά παρακολουθώντας τηλεόραση καθημερινά, είναι ενδεικτικός των προβλημάτων υγείας που θα έχουν όταν θα γίνουν ενήλικες.

Τα παιδιά στην εποχή μας παρακολουθούν πολλές ώρες τηλεόραση. Έρευνες έχουν δείξει ότι ο χρόνος που αφιερώνουν τα παιδιά και οι έφηβοι για να βλέπουν τηλεόραση, ξεπερνά ακόμη και το χρόνο που περνούν στο σχολείο.

Η παρακολούθηση της τηλεόρασης αντικαθιστά άλλες ενεργητικές και δημιουργικές δραστηριότητες όπως παιχνίδια κάθε μορφής με ή χωρίς σωματική άσκηση, χόμπι και σπορ. Εκτοπίζοντας τις δραστηριότητες αυτές η τηλεόραση είναι δυνατό να είναι αιτία παχυσαρκίας και χειρότερης φυσικής κατάστασης των παιδιών.

A) Η τηλεόραση και τα προβλήματα ύπνου στα παιδιά

(Ημερομηνία δημοσίευσης: 14 Ιουνίου 2002)



Η τηλεόραση έχει συσχετισθεί με πολλά προβλήματα που παρουσιάζονται στα παιδιά. Ο συνολικός χρόνος που σπαταλούν τα παιδιά μπροστά από την τηλεόραση έχει συσχετισθεί με διαφόρων ειδών μαθησιακές ανεπάρκειες, μείωση της σωματικής εξάσκησης, παχυσαρκία και μείωση των διανοητικών τους ικανοτήτων. Το είδος των προγραμμάτων που βλέπουν τα παιδιά παίζει επίσης πολύ μεγάλο ρόλο στο ψυχικό τους κόσμο και στην ανάπτυξη τους.

Προγράμματα με βίαιες σκηνές για παράδειγμα, μπορούν να κάνουν τα παιδιά να είναι λιγότερο ευαίσθητα στον ανθρώπινο πόνο. Τα κάνει να συγκινούνται λιγότερο όταν βλέπουν άλλους να υποφέρουν. Τα κάνει να νιώθουν περισσότερο φόβο από τον κόσμο γενικά. Είναι ακόμη δυνατόν να τα οδηγεί σε μια περισσότερο βίαιη συμπεριφορά.

Η επίδραση της τηλεόρασης στον ύπνο των παιδιών αποδεικνύεται ότι είναι πολύ σημαντική. Τα προβλήματα του ύπνου και η αιτιολογία τους δεν είναι πάντοτε εύκολο να αναγνωρισθούν. Η διάρκεια και η ποιότητα του ύπνου πρέπει να είναι ικανοποιητικές για τα παιδιά σε όλες τις ηλικίες. Η ανεπάρκεια και η στέρηση του ύπνου στα παιδιά και στους έφηβους οδηγεί σε οικογενειακά και κοινωνικά προβλήματα, μειώνει τη σχολική και ακαδημαϊκή απόδοση.

Πρόσφατες έρευνες έδειξαν ότι, όταν οι γονείς προσέχουν και ελέγχουν τις ώρες και τα προγράμματα που παρακολουθούν τα παιδιά τους στην τηλεόραση, ο ύπνος των παιδιών τους γίνεται καλύτερος. Τα προβλήματα σε σχέση με τον ύπνο είναι διαφορετικά ανάλογα με την ηλικία των παιδιών.

Παιδιά ηλικίας από 1 έως 3 ετών

Τα παιδιά στην ηλικία αυτή χρειάζονται κατά μέσο όρο 10 έως 12 ώρες ύπνου κάθε νύχτα. Επιπρόσθετα δεν θέλουν να αποχωρίζονται από τους γονείς τους.

Με την ανάπτυξη του αισθήματος της ανεξαρτησίας τους, δεν θέλουν να πηγαίνουν στο κρεβάτι τους και θέλουν να μένουν μπροστά από την τηλεόραση μαζί με τους γονείς τους ή τα μεγαλύτερα αδέρφια τους. Κατά τη διάρκεια της ημέρας μπορεί να μη θέλουν να κοιμηθούν για να βλέπουν παιδικά προγράμματα. Στην ηλικία αυτή τα παιδιά είναι ευάλωτα σε αισθήματα αγωνίας. Αποκτούν νέες δεξιότητες, μαθαίνουν να περπατούν, να μιλούν, να τρώνε και να ντύνονται μόνα τους.

Η άρνησή τους να πάνε στο κρεβάτι, οι φωνές πριν από το ύπνο, τα ξυπνήματα με κλάματα μέσα στη νύχτα είναι σημάδια της αγωνίας και των φόβων που μπορούν να διακατέχουν το παιδί. Η τηλεόραση επιδεινώνει τα φαινόμενα αυτά. Το παιδί ακόμη και εάν έχει δει έντονα ή ταραχώδη προγράμματα κατά τη διάρκεια της ημέρας, διατηρεί τις σκηνές στη μνήμη του, οι οποίες μπορούν να διαταράσσουν τον ύπνο του.

Κάποτε οι γονείς όταν ένα παιδί κλαίει, το βάζουν μπροστά από την τηλεόραση για να αποκοιμηθεί. Το γεγονός αυτό μπορεί να διαιωνίζει και να επιδεινώνει το πρόβλημα. Τα παιδιά που συνηθίζουν να αποκοιμούνται με τους ήχους και τις εικόνες της τηλεόρασης, δεν μαθαίνουν να κοιμούνται μόνα τους.

Τα παιδιά ηλικίας από 3 έως 5 ετών

Στις ηλικίες αυτές τα συνηθισμένα πράγματα που γίνονται προτού να πάει στο κρεβάτι το παιδί έχουν ιδιαίτερη σημασία. Το μπάνιο, ένα ήσυχο παιχνίδι ή το διάβασμα μιας ιστορίας προσφέρουν την απαραίτητη ηρεμία και ασφάλεια που χρειάζεται το παιδί για να αποκοιμηθεί. Παράλληλα οι συνήθειες αυτές προσφέρουν την ευκαιρία για να περάσουν κάποιο πολύτιμο χρόνο μαζί, όλα τα μέλη της οικογένειας. Εάν όμως ο χρόνος αυτός αφιερώνεται για την τηλεόραση, η άμεση επαφή και επικοινωνία με τους γονείς και τα αδέρφια υποβαθμίζεται.

Τα παιδιά στην ηλικία αυτή έχουν τάση να παρουσιάζουν περισσότερους εφιάλτες. Οι εφιάλτες συμβαίνουν όταν τα παιδιά βρίσκονται στα βαθιά στάδια του ύπνου. Η ακριβής αιτία που προκαλεί τους εφιάλτες δεν είναι γνωστή. Σε αρκετές περιπτώσεις το περιεχόμενο ενός εφιάλτη έχει σχέση με προγράμματα που είδε το παιδί στην τηλεόραση. Εάν το άσχημο όνειρο ή ο εφιάλτης είναι πολύ έντονοι, το παιδί πιθανόν να μη μπορεί να αποκοιμηθεί.

Τα παιδιά ηλικίας από 6 έως 12 ετών

Στην ηλικία αυτή τα παιδιά αποκοιμούνται εύκολα. Το κυριότερο πρόβλημα είναι η ώρα κατά την οποία τα παιδιά θα πάνε στο κρεβάτι για ύπνο. Πολύ συχνά ζητούν να κοιμηθούν αργότερα για να μπορούν να παρακολουθούν τηλεόραση.

Στις περιπτώσεις που αντιλαμβάνονται ότι τα υπόλοιπα μέλη της οικογένειας βλέπουν, παρακολουθούν τηλεόραση μαζί, ένα παιδί της ηλικίας αυτής μπορεί να αρνείται να πάει στο κρεβάτι για να κερδίσει περισσότερο χρόνο μαζί με τους γονείς του ή ακόμη για να κερδίσει την προσοχή τους. Αρκετά συχνά σε τέτοιες περιπτώσεις, οι γονείς λόγω της κούρασης που έχουν μετά από μια ημέρα εργασίας, υποκύπτουν. Το αποτέλεσμα είναι ότι τα παιδιά δεν κοιμούνται ικανοποιητικά και συνήθως αποκοιμούνται μπροστά από την τηλεόραση.

Η στέρηση ύπνου στα παιδιά της ηλικίας του δημοτικού σχολείου τα κάνει να είναι ευερέθιστα, και μειώνει την ικανότητά τους να συγκεντρώνονται στο σχολείο. Δεν είναι σπάνιο σε τέτοιες περιπτώσεις τα παιδιά να είναι κουρασμένα και να νυστάζουν

στο σχολείο. Επιπρόσθετα γίνονται επιθετικά, αντιδραστικά, είναι αφηρημένα και απογοητεύονται εύκολα.

Ορισμένες έρευνες έδειξαν ότι πιθανόν να υπάρχει συσχέτιση μεταξύ μιας σημαντικής στέρησης του ύπνου και των μαθησιακών δυσκολιών που χαρακτηρίζουν ένα ποσοστό των παιδιών.

Το παιδί για να μπορέσει να μάθει και να αφομοιώσει τα νέα πράγματα που πρέπει καθημερινά, χρειάζεται ύπνο επαρκή σε χρόνο και ποιότητα. Οι επιστήμονες σήμερα ερευνούν κατά πόσο διαταραχές του ύπνου που δεν έχουν διαγνωσθεί και αντιμετωπισθεί, πιθανόν να είναι υπεύθυνες για το σύνδρομο διαταραχής ελλειμματικής προσοχής και υπερκινητικότητας.

Τα παιδιά στην εφηβική ηλικία

Στην εφηβική ηλικία, ένα από τα ζητήματα που προκύπτουν συχνά είναι η απαίτηση του έφηβου να έχει τηλεόραση δική του στο υπνοδωμάτιό του. Το να έχει ο έφηβος τηλεόραση μόνος του στο δικό του δωμάτιο, δεν είναι καλή ιδέα. Η παρακολούθηση της τηλεόρασης, επηρεάζει αρνητικά την κατ' οίκου εργασία, το διάβασμα και τα χόμπι του παιδιού. Παράλληλα όταν υπάρχει τηλεόραση στο δωμάτιο του, απομονώνει τον έφηβο από την υπόλοιπη οικογένεια και αναπόφευκτα κλέβει τον ύπνο του παιδιού.

Οι νυκτερινές ταινίες και τα ζωντανά προγράμματα συνήθως προσφέρουν πολύ λίγα στη μόρφωση ή στην ευημερία κάποιου ατόμου. Όμως απορροφούν την προσοχή των εφήβων, με αποτέλεσμα να μένουν ξύπνιοι μέχρι που να αποκοιμηθούν μπροστά από την τηλεόραση. Σε πολλούς έφηβους το να κοιτάζουν τηλεόραση αργά το βράδυ, γίνεται πλέον μια καθιερωμένη συνήθεια. Οι βιολογικοί ρυθμοί τους σε τέτοιες περιπτώσεις, αλλάζουν για να προσαρμοστούν στις συνήθειες της παρακολούθησης της τηλεόρασης.

Το αποτέλεσμα είναι ότι μένουν ξύπνιοι ως αργά και το πρωί έχουν δυσκολίες για να ξυπνήσουν να πάνε στο σχολείο. Επειδή νιώθουν ότι έχουν έλλειψη ύπνου, είναι ληθαργικοί και νυστάζουν με τάση να θέλουν να κοιμηθούν πάνω στα θρανία τους και να είναι αφηρημένοι κατά τη διάρκεια των μαθημάτων τους. Ο ρυθμός των

εφήβων που επηρεάζονται από τέτοιες καταστάσεις στην ουσία αλλάζει. Όταν οι συμμαθητές τους κοιμούνται αυτοί κοιτάζουν τηλεόραση και όταν οι άλλοι μαθαίνουν αυτοί κοιμούνται.

Επιπρόσθετα πρόσφατες έρευνες έδειξαν ότι τα παιδιά που έχουν τηλεόραση στο δωμάτιό τους διατρέχουν μεγαλύτερο κίνδυνο να γίνουν παχύσαρκα. Η πιο πάνω ανάλυση των προβλημάτων που μπορεί να προκαλέσει η τηλεόραση σε παιδιά και έφηβους διαφόρων ηλικιών πρέπει να προβληματίσει σοβαρά τους γονείς.

Χρειάζεται μια προσεγμένη και μελετημένη προσέγγιση στο θέμα. Πρέπει να περιοριστεί ο χρόνος παρακολούθησης της τηλεόρασης στο σπίτι. Είναι σημαντικό οι γονείς να παρακολουθούν μαζί με τα παιδιά τους τα προγράμματα της τηλεόρασης, κάθε φορά που αυτό είναι δυνατό. Πρέπει να είναι ιδιαίτερα προσεκτικοί και να προστατεύουν τα παιδιά τους από βίαιες, τρομακτικές ή έντονες σκηνές που μπορεί να προβάλλονται στην τηλεόραση ή σε παιχνίδια βίντεο και οι οποίες μπορούν να οδηγήσουν σε εφιάλτες.

Ανεξάρτητα από την ηλικία του παιδιού, την ώρα κατά την οποία θα πρέπει να πάνε στο κρεβάτι, θα πρέπει να είναι ήσυχοι και ήρεμοι. Είναι επίσης καλό να ενθαρρύνονται να διαβάζουν ένα βιβλίο πριν να κοιμηθούν παρά να απορροφούνται από την τηλεόραση ή τα παιχνίδια βίντεο.

Οι γονείς πρέπει να εκμεταλλεύονται εκείνες τις στιγμές για να βρίσκονται με τα παιδιά τους, για να μιλήσουν για το πώς πέρασαν την ημέρα τους και για τα προβλήματα που πιθανόν να έχουν.

Πηγή : medlook.net

Βιβλιογραφία : American Academy of Child and Adolescent Psychiatry , American Academy of Pediatrics

B) Παιδική παχυσαρκία και τηλεόραση



Ίσως η πρώτη ματιά να μην προσδιορίζει επακριβώς το μέγεθος της σχέσης των δύο αυτών φαινομένων, ίσως πάλι για πολλούς να φαίνονται ως δύο μη σχετικές μεταξύ τους καταστάσεις, η αλήθεια όμως είναι ότι πρόκειται για μία αποδεδειγμένη σχέση αιτίας-αποτελέσματος. Δηλαδή οι αυξημένες ώρες παρακολούθησης τηλεόρασης βίντεο και βιντεοπαιχνιδιών οδηγούν στην αύξηση βάρους .

Αυτό είναι το συμπέρασμα πρόσφατης μελέτης που δημοσιεύτηκε στο εξειδικευμένο για την παχυσαρκία διεθνές περιοδικό (Int.J.Obesity 2003) και ουσιαστικά επιβεβαιώνει και ένα πλήθος άλλων ερευνών που δείχνουν λίγο-πολύ το ίδιο : όσο περισσότερο καθόμαστε τόσο περισσότερο βάρος έχουμε. Συγκεκριμένα η προαναφερθείσα μελέτη έδειξε ότι παιδιά ηλικίας 4 ετών που βλέπουν 2.4 ώρες / μέρα τηλεόραση προσλαμβάνουν 1600 θερμίδες / μέρα, ενώ αυτά που βλέπουν 1.1 ώρες / μέρα παίρνουν 1486 θερμίδες / μέρα. Με άλλα λόγια τα πιο τηλεορασόπληκτα παιδιά θα ζυγίζουν 5-6 κιλά περισσότερο από τα άλλα μέσα σε ένα χρόνο.

Φανταστείτε δηλαδή αν η κατάσταση αυτή γίνει συνήθεια πόσες περισσότερες πιθανότητες έχουν να γίνουν παχύσαρκοι έφηβοι και παχύσαρκοι ενήλικες .

Το φαινόμενο της παιδικής παχυσαρκίας παίρνει ανησυχητικές διαστάσεις παγκοσμίως και το δυστύχημα είναι ότι η επιστημονική κοινότητα δεν προσφέρει επαρκώς αποτελεσματικές λύσεις. Η αποτυχημένη προσέγγιση καθρεπτίζεται στις επιδημικές διαστάσεις που τείνει να λάβει σήμερα το φαινόμενο της ενήλικης παχυσαρκίας όπου τα τελευταία 15 χρόνια είχαμε αύξηση των παχύσαρκων κατά 75%. Είναι κοινός τόπος πια σήμερα ότι θα πρέπει να αντιμετωπιστεί το πρόβλημα από τις ρίζες του, δηλαδή από την παιδική ηλικία.

Προεκτείνοντας τη σχέση τηλεόρασης – παιδικής παχυσαρκίας αναφέρω και αυτό : Επιστήμονες από το Πανεπιστήμιο Columbia της Νέας Υόρκης έδειξαν ότι τα παιδιά που έχουν στο δωμάτιό τους τηλεόραση είναι περισσότερο παχύσαρκα από τα παιδιά που δεν έχουν. Η παρουσία της τηλεόρασης σχετίζεται τόσο με τα μειωμένα επίπεδα φυσικής δραστηριότητας όσο και με την επιρροή της διαφήμισης. Επίσης στην έρευνά τους τονίζεται ότι απομάκρυνση της τηλεόρασης από το υπνοδωμάτιο μειώνει τις πιθανότητες εμφάνισης της παχυσαρκίας.

Αναγνωρίζοντας τον κίνδυνο υπεραπλούστευσης ενός φαινομένου που πιθανόν ακόμα να μην γνωρίζουμε όλες του τις πτυχές μπορούμε να πούμε :

Καθιστική ζωή (TV) > πολύ φαγητό > παχυσαρκία



Που βρίσκεται όμως το μυστικό της αντιμετώπισης ;
Μέσα στην οικογένεια-οι ίδιοι οι γονείς κρατούν το κλειδί της επιτυχίας και οι περισσότεροι γονείς δεν το γνωρίζουν. Αντιθέτως αναζητώντας το «άλλοθι» τους προφασίζονται την έλλειψη πάρκων, μυθοποιούν την κούραση από τη δουλειά τους που δεν τους αφήνει ελεύθερο χρόνο και επιδίδονται σε καταγγελίες κατά ταχυφαγείων, κυλικείων κα.

Μπορεί να μην υπάρχει πάρκο απέναντι από το διαμέρισμά μας, αλλά υπάρχει σε απόσταση ενός τετάρτου. Αλλά ποιος ανεβαίνει στο αυτοκίνητο τώρα για να πάει στο πάρκο και να ψυχαγωγήσει τα παιδιά. Μας έρχεται πιο εύκολο να τους αγοράσουμε ένα play station και να τα βυθίσουμε να ζούνε την τρισδιάστατη πραγματικότητα μέσα από έναν υπολογιστή κλεισμένα σε τέσσερις τοίχους.

Επίσης, οι γονείς φταίνε που δεν ετοιμάζουν ένα σπιτικό φαγητό, που δεν έχουν μάθει να τρώνε παραδοσιακά όλοι μαζί στο τραπέζι, που δεν βρίσκουν το χρόνο να ετοιμάσουν μία σπιτική τυρόπιτα για να πάρει το παιδί στο σχολείο και έναν ολόκληρο κατάλογο πραγμάτων που θα έπρεπε να κάνουν και δεν κάνουν. Ακόμη, φταίνε τα φαστφουντάδικα γιατί τα φαγητά είναι πολύ νόστιμα και τα παιδιά δεν μπορούν να αντισταθούν, ή τα κυλικεία που η ποικιλία των προσφερόμενων τροφίμων εξαντλείται σε πατατάκια και σοκολάτες.

Το αποτέλεσμα : κάθε φθινόπωρο οι γονείς να επισκέπτονται διαιτολόγους για να αντιμετωπίσουν την παχυσαρκία των παιδιών τους. Είναι γνωστό πως για την αντιμετώπιση αυτού του προβλήματος θα πρέπει τόσο το παιδί όσο και οι γονείς να ενταχθούν σε ένα πρόγραμμα αλλαγής της διατροφικής συμπεριφοράς. Όλες οι έρευνες έχουν δείξει ότι θα πρέπει να μάθει και ο ίδιος ο γονιός να συμπεριφέρεται διατροφικά σωστά και αυτός ο τρόπος ζωής να υιοθετηθεί και από το παιδί.

Ζούμε σε μια εποχή που όλα γίνονται με το πάτημα ενός κουμπιού, με το τηλεκοντρόλ αλλάζουμε κανάλι, με το ασανσέρ ανεβαίνουμε ορόφους, με το αυτοκίνητο κινούμαστε. Έτσι όπως πάμε σε λίγο καιρό θα μηδενίσουμε τις δραστηριότητές μας και μόνο θα τρώμε. Ας προσπαθήσουμε να δώσουμε λίγο κίνηση στη μέρα μας, να αλλάξουμε τον τρόπο ζωής μας, γιατί μέσα από αυτή την αλλαγή μπορούμε να εμποδίσουμε την μετάλλαξή μας από ανθρώπους κυνηγούς σε

τηλεκατευθυνόμενα-όντα.

Πηγή: <http://www.iator.gr>



Γ) Κλείστε την TV, χάστε βάρος

Οι επιστήμονες έχουν ανακαλύψει τον ευκολότερο τρόπο να αποφύγετε το πάχος - **απλά σβήστε την τηλεόραση**. Οι ερευνητές από το πανεπιστήμιο του Στάνφορντ, ΗΠΑ, έχουν διαπιστώσει ότι τα παιδιά είναι λιγότερο πιθανό να πάρουν βάρος εάν κλείσουν την τηλεόραση. Απλά η ιδέα στο κλείσιμο του διακόπτη φαίνεται να είναι αρκετά καλή, ώστε να μην χρειάζεται τα παιδιά να αλλάξουν τη διατροφή τους ή να αυξήσουν την άσκησή τους.

Ο ερευνητής και ο παιδίατρος μόλυβδου ο Δρ Thomas Robinson είπαν ότι τα συμπεράσματα είναι σημαντικά επειδή δείχνουν ότι η απώλεια βάρους μπορεί να αποδοθεί απλώς σε μια μείωση της τηλεοπτικής εξέτασης και όχι οποιασδήποτε άλλης δραστηριότητας. Είπε: "Ένα από τα πράγματα που καθιστά αυτήν την μελέτη μοναδική ήταν ότι εστίασε συγκεκριμένα στη μείωση της εξέτασης TV,

μαγνητοταινιών και video-game χωρίς προώθηση οποιωνδήποτε άλλων δραστηριοτήτων ως υποκατάστατα."

Τα ποσοστά παχυσαρκίας έχουν ανέβει .Κατά μέσον όρο, τα αμερικανικά παιδιά περνούν περισσότερο από τέσσερις ώρες την ημέρα μπροστά στην τηλεόραση και τα βίντεο ή παίζοντας τηλεοπτικά παιχνίδια, και τα ποσοστά παχυσαρκίας παιδικής ηλικίας έχουν διπλασιαστεί κατά τη διάρκεια των προηγούμενων 20 ετών.

Τα παιδιά που παρακολουθούν λιγότερες ώρες τηλεόραση παρουσίασαν σημαντικά μικρότερη αύξηση στο μέγεθος μέσης και είχαν το λιγότερο λίπος σωμάτων από άλλους σπουδαστές που συνέχισαν την κανονική τηλεοπτική εξέτασή τους, ακόμα κι αν ούτε η ομάδα δεν έφαγε μια ειδική διατροφή ή συμμετείχε σε οποιαδήποτε πρόσθετη άσκηση .

Μερικές μελέτες έχουν προτείνει ότι η κατανάλωση μπροστά στην τηλεόραση ενθαρρύνει τους ανθρώπους για να φάνε περισσότερο.

Πηγή: <http://news.bbc.co.uk>

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΕΒΔΟΜΟ : ΟΙ ΕΙΔΗΣΕΙΣ ΤΙ ΡΟΛΟ ΠΑΙΖΟΥΝ ;

Τα παιδιά από την πρώτη σχολική ηλικία, συνειδητοποιούν πολύ γρήγορα ότι πολλές από εικόνες και ιστορίες της τηλεόρασης είναι αληθινές. Ένα απλό ρεπορτάζ για μια πυρκαγιά, πλημμύρα (που ίσως έχει και θύματα) κατά το οποίο οι ενήλικες ξέρουν να ξεχωρίσουν ότι δεν κινδυνεύουν μπορεί να προκαλέσει σοβαρές ανησυχίες, ίσως και φοβίες στο παιδί που μπορεί να μην σας εκμυστηρευτεί και να παραμείνει προβληματισμένο. Πρέπει να προσέχετε πολύ ποιες εικόνες βλέπουν τα παιδιά σας, γιατί δεν τις επεξεργάζονται όπως οι ενήλικες.

Να την κλείσω την τηλεόραση όταν μπει το παιδί στο δωμάτιο όταν οι ειδήσεις περιέχουν βία ή είναι τελείως ακατάλληλες για το παιδί (Δυστυχήματα, νεκροί άνθρωποι); Οι ειδικοί δεν είναι σίγουροι. Ορισμένοι υποστηρίζουν ότι είναι χειρότερο το παιδί να νιώσει ότι του κρύβετε κάτι από το να δει μια εικόνα που θα το τρομάξει. Πάρτε το καλύτερα αγκαλιά για να νιώσει ασφάλεια, μιλήστε μαζί του

στην περίπτωση που είδε ή άκουσε κάτι που το τρόμαξε. Μην το στείλετε αμέσως μετά κατευθείαν για ύπνο. Δώστε του την ευκαιρία να παίξει λιγάκι με τα παιχνίδια του στο δωμάτιο του και να αποσπάσει την προσοχή του από αυτό που το τρόμαξε.

A) Τα παιδιά και οι ειδήσεις στα μέσα μαζικής επικοινωνίας.

(Ημερομηνία δημοσίευσης: 21 Ιουνίου 2001)

Μήπως σκεφτήκατε τι επιρροή έχουν πάνω στα παιδιά μας, οι επαναλαμβανόμενες σκηνές βίας, μεγάλων καταστροφών και εγκλήματος που καθημερινά προβάλλονται σαν μέρος των δελτίων ειδήσεων από τη τηλεόραση στα σπίτια μας; Πρόσφατες μελέτες δείχνουν ότι αυτά που βλέπουν ή ακούν τα παιδιά, πολλές φορές κάθε μέρα από τις τηλεοράσεις, τα ραδιόφωνα, τις εφημερίδες, τα περιοδικά και το διαδίκτυο μπορούν να προκαλέσουν στα παιδιά φόβους, στρες και ανησυχία.

Είναι γεγονός ότι ο τρόπος παρουσίασης των ειδήσεων από τα μέσα μαζικής επικοινωνίας έχει αλλάξει ριζικά κατά τα τελευταία χρόνια. Οι αλλαγές αυτές έχουν δημιουργήσει την πιθανότητα πρόκλησης σημαντικών αρνητικών επιπτώσεων στον ευαίσθητο κόσμο των παιδιών. Οι αλλαγές που έχουν γίνει στα μέσα, όσον αφορά την παρουσίαση των ειδήσεων, είναι οι ακόλουθες:

- οι τηλεοπτικοί σταθμοί και διαδικτυακοί χώροι μεταδίδουν πλέον τις ειδήσεις και τα γεγονότα επί 24ώρου βάσεως
- οι τηλεοπτικοί σταθμοί μεταδίδουν ζωντανά τα γεγονότα σχεδόν καθώς εξελίσσονται, σε πραγματικό χρόνο, με όλες τις σχετικές λεπτομέρειες
- υπάρχει λεπτομερής αναφορά στην ιδιωτική ζωή των δημοσίων προσώπων και άλλων επωνύμων ατόμων που βρίσκονται στο κέντρο της προσοχής του κόσμου για διάφορους λόγους
- υπάρχει έντονη ανταγωνιστική πίεση μεταξύ των διαφόρων μέσων της βιομηχανίας ενημέρωσης για να φέρουν γρηγορότερα προς το κοινό ειδήσεις και να πετύχουν πρωτότυπες παρουσιάσεις
- γίνεται μια λεπτομερής και επαναλαμβανόμενη οπτική κάλυψη των σημαντικών γεγονότων και ιδιαίτερα των φυσικών καταστροφών και των βίαιων ή εγκληματικών πράξεων

Οι εξελίξεις αυτές έχουν αρνητικές επιπτώσεις για τα παιδιά και τους έφηβους. Υπάρχει μια τάση στα παιδιά να μιμούνται αυτά που βλέπουν και ακούν. Η επαναλαμβανόμενη και χρόνια υποβολή σε τέτοιες σκηνές βίας και καταστροφών μπορεί να τους δημιουργήσει φοβίες και μια απάθεια για τέτοια δράματα. Σε άλλα παιδιά μπορεί να προκαλέσει σύμφωνα με έρευνες που έχουν γίνει για το θέμα, επιθετική και βίαιη συμπεριφορά. Επίσης, άλλες μελέτες έδειξαν ότι τα μέσα δεν διαλέγουν να μεταδίδουν πάντοτε τα γεγονότα με τρόπο που να ανταποκρίνεται με ακρίβεια στην εκάστοτε υπάρχουσα κατάσταση. Η διάσταση που τους δίνεται κάποτε μπορεί να διαφέρει ανάλογα με την περίπτωση.

Ένα παράδειγμα, σύμφωνα με στοιχεία που μας δίνονται από τις Ηνωμένες Πολιτείες, είναι αυτό της εγκληματικότητας. Ενώ οι στατιστικές δείχνουν ότι υπάρχει μείωση στη συχνότητα του εγκλήματος, εντούτοις ο χρόνος που αφιερώνεται για την προβολή ειδήσεων σχετικών με το έγκλημα έχει αυξηθεί κατά 240%. Υπάρχουν σταθμοί οι οποίοι διακόπτουν άλλες εκπομπές τους με έκτακτες ειδήσεις για να μεταδώσουν εγκλήματα και αφιερώνουν μέχρι και 30% του χρόνου εκπομπών τους για λεπτομερή κάλυψη εγκληματικών γεγονότων.

Το θέμα είναι πως μπορούν οι γονείς, οι δάσκαλοι και οι άλλοι που φροντίζουν τα παιδιά να μειώσουν τις αρνητικές συνέπειες πάνω στα παιδιά από αυτή την κατάσταση; Υπάρχουν τρόποι. Οι γονείς μπορούν να κοιτάζουν τις ειδήσεις μαζί με τα παιδιά τους. Μπορούν να συζητούν και ν' αναλύουν αυτά που βλέπουν ή ακούν μαζί τους. Η ωριμότητα του παιδιού, το αναπτυξιακό του επίπεδο, οι εμπειρίες του και οι ευαισθησίες του πρέπει ν' αποτελούν τα κριτήρια και τον οδηγό για το πόσες και τι είδους ειδήσεις πρέπει να παρακολουθεί το παιδί. Μπορούμε να πάρουμε ορισμένα μέτρα για να ελαχιστοποιήσουμε τις αρνητικές επιπτώσεις που μπορεί να έχει η παρακολούθηση των ειδήσεων στα παιδιά:

- πρέπει να είστε σίγουροι ότι έχετε αρκετό χρόνο και ότι υπάρχουν οι κατάλληλες ήσυχες συνθήκες για να συζητήσετε τις ειδήσεις που πιθανόν να ενοχλήσουν ή ν' αναστατώσουν το παιδί σας
- ρωτήστε το παιδί σας τι έχει δει ή ακούσει για να καταλάβετε καλύτερα τις απορίες που του έχουν δημιουργηθεί
- πρέπει να του δημιουργήσετε ένα αίσθημα ασφάλειας με απλά λόγια δίνοντας έμφαση στο γεγονός ότι θα είστε εκεί για να το προστατεύσετε

- να είστε παρατηρητικοί για να δείτε εάν υπάρχουν σημάδια που να δείχνουν ότι οι ειδήσεις προκάλεσαν στο παιδί φοβίες και αγωνίες όπως αϋπνίες, τρόμους, ενούρηση, κλάμα ή λόγια που λέει το παιδί που δείχνουν ότι είναι φοβισμένο

Είναι γεγονός ότι είναι αδύνατον για τους γονείς να προστατεύσουν πλήρως τα παιδιά τους από τα γεγονότα του έξω κόσμου και του σύγχρονου τρόπου ζωής. Εκείνο που μπορούν όμως να κάνουν, είναι να συζητούν με τα παιδιά τους για να ξέρουν αυτά που έχουν δει ή ακούσει. Με αυτό τον τρόπο μπορούν να μειώνουν τις αρνητικές επιπτώσεις των ειδήσεων, να περνούν στα παιδιά τους τα σωστά μηνύματα και αξίες για την πραγματική ζωή, να τα βοηθούν να καταλάβουν καλύτερα τον κόσμο γύρω τους και να τα κάνουν να νιώθουν την ασφάλεια που τόσο χρειάζονται.

Πηγή : medlook.net

Βιβλιογραφία : American Academy of Child and Adolescent Psychiatry

B) Πρότυπα και αξίες στην τηλεόραση

Η τηλεόραση επηρεάζει χωρίς αμφιβολία τα πιστεύω των παιδιών για την κοινωνία. Σκεφτείτε για λίγο τις ιστορίες που διαδραματίζονται...Δυνατά αγόρια, βοηθάνε φοβισμένα και αδύναμα κορίτσια. Οι περισσότεροι ήρωες είναι αγόρια, ενώ πολλά από τα κορίτσια που χρειάζονται βοήθεια, είναι ξανθά. Μήπως πολλά κλισέ της κοινωνίας μας υπάρχουν και σε παιδικές εκπομπές;

Από πολύ μικρά τα κορίτσια μαθαίνουν ακόμη και μέσω της τηλεόρασης ότι οι ήρωες και οι δυνατοί, είναι τα αγόρια. Μπορούν άραγε τα κορίτσια να φανταστούν ότι η «Ντόρα η εξερευνήτρια» θα μεγαλώσει και θα γίνει γυναικά, θα ερωτευτεί και θα κάνει παιδιά;

Πολλά κορίτσια νιώθουν ανασφάλεια και αναρωτιούνται ... Είμαι πράγματι κορίτσι αν διαφέρω από αυτό που βλέπω στην τηλεόραση; Μην φανταστείτε ότι τέτοιους προβληματισμούς θα σας τους πουν. Είναι όμως πράγματα που περνάνε από το μυαλό των παιδιών!

Περίπου στην ηλικία των 11-12, που τα παιδιά αρχίζουν να βλέπουν εκπομπές που απευθύνονται σε ενήλικες, αποκτούν ίσως πρότυπα από σαπουνόπερες που προβάλλουν έφηβους με σχετικά με την ηλικία προβλήματα. Τα αγόρια δεν ενδιαφέρονται τόσο πολύ για σαπουνόπερες, γιατί τους αρέσει η δράση και όχι οι πολλές συζητήσεις. Δυστυχώς τη δράση πολλές φορές την βρίσκουν σε εκπομπές που περιέχουν βία. Αυτό δεν σημαίνει ότι ενδιαφέρονται για τη βία. Συνήθως σε τέτοιου είδους εκπομπές βρίσκουν το πρότυπο του ήρωα που θα σώσει τον κόσμο. Πολλά αγόρια βρίσκουν τα πρότυπα τους στον αθλητισμό.

Τα προβλήματα στην τηλεόραση λύνονται γρήγορα. Ειδικά σε σαπουνόπερες η αρμονία και η ηρεμία αποκαθίσταται σε χρόνο μηδέν και πολλές φορές οι τηλεθεατές δεν προλαβαίνουν καλά-καλά να καταλάβουν πως λύθηκε μία αντιμαχία. Τα προβλήματα παρουσιάζονται σαν κάτι που αν περιμένουμε θα περάσει. Αυτό δεν αντιπροσωπεύει την αληθινή ζωή και μπορεί να φέρει συνέπειες στις μετέπειτα σχέσεις του παιδιού. Για άλλη μια φορά καλείστε ως γονιός να «είστε από κοντά» και να υπενθυμίζετε στο παιδί ότι ότι βλέπει δεν είναι πραγματικότητα. Καλείστε εσείς να γίνετε **ισχυρό πρότυπο** για το πώς επιλύονται τα προβλήματα και όχι η τηλεόραση.

Γ) Η επιρροή των διαφημίσεων στα παιδιά

(Ημερομηνία δημοσίευσης: 26 Φεβρουαρίου 2004)

Τα παιδιά δεν έχουν τις γνώσεις και τις δυνατότητες για να μπορούν να αντιλαμβάνονται τα διαφημιστικά μηνύματα με τον ίδιο τρόπο που μπορούν οι ενήλικες. Για το λόγο αυτό τα παιδιά είναι ιδιαίτερα ευάλωτα και επηρεάζονται από τις διαφημίσεις.

Το πρόβλημα είναι πολύ πιο έντονο σε παιδιά κάτω των οκτώ ετών τα οποία έχουν την τάση να πιστεύουν ότι οι διαφημίσεις παρουσιάζουν πάντοτε την αλήθεια με αμεροληψία. Η συμπεριφορά τους επηρεάζεται από αυτά που βλέπουν. Το αποτέλεσμα είναι ότι αγοράζουν προϊόντα που τους διαφημίζονται είτε από μόνα τους είτε ζητώντας από τους γονείς τους να τους τα αγοράσουν.

Δεν είναι σπάνιες οι φορές που δημιουργούνται διαφορές μεταξύ των παιδιών και των γονιών τους διότι οι τελευταίοι δεν θέλουν να αγοράσουν προϊόντα που τα παιδιά

απαιτούν διότι τα έχουν δει σε μια διαφήμιση στην τηλεόραση ή αλλού. Σε πολλές περιπτώσεις η αγοραστική συμπεριφορά όλης της οικογένειας επηρεάζεται από τις απαιτήσεις των μικρών παιδιών.

Στην εποχή μας που τα μέσα μαζικής επικοινωνίας έχουν διαδοθεί σε βαθμό που δεν υπήρξε ποτέ προηγουμένως, τα παιδιά υποβάλλονται σε μεγάλο αριθμό διαφημίσεων όπου και αν βρίσκονται. Εκτός από την τηλεόραση στο σπίτι, οι διαφημίσεις στο σχολείο τους, στην τάξη τους, αρχίζουν να παίρνουν μεγάλη διάσταση. Έχει υπολογιστεί ότι ένα παιδί βλέπει κατά μέσο όρο 40.000 διαφημίσεις στην τηλεόραση κάθε χρόνο. Οι διαφημίσεις που στοχεύουν τα παιδιά αφορούν προϊόντα όπως παιχνίδια, σοκολάτες, ζαχαρωμένα δημητριακά, αναψυκτικά, σνακ και άλλα ζαχαρωτά.

Επειδή τα παιδιά δεν μπορούν να αντιληφθούν την πρόθεση που έχει ο διαφημιστής για να τα πείσει, γίνονται εύκολοι στόχοι με αποτέλεσμα η αγοραστική δύναμη της ομάδας αυτής του πληθυσμού να προσελκύει τους εμπορευόμενους. Το φαινόμενο αυτό θεωρείται ότι έχει συμβάλει και συνεχίζει να επιδεινώνει τη μάλιστα της παχυσαρκίας που παρατηρείται στον παιδικό πληθυσμό.

Ακόμη ένα γεγονός που επηρεάζει τα παιδιά, είναι οι διαφημίσεις που απευθύνονται προς τους ενήλικες αλλά τις οποίες παρακολουθούν σε μεγάλο βαθμό και τα παιδιά. Όταν για παράδειγμα κατά τη διάρκεια αθλητικών γεγονότων που προβάλλονται στην τηλεόραση διαφημίζονται μπύρες και άλλα αλκοολούχα ποτά, επηρεάζονται και τα παιδιά. Σε τέτοιες περιπτώσεις, μεταδίδονται θετικές εικόνες σχετικά με την κατανάλωση αλκοολούχων ποτών. Τα παιδιά εξοικειώνονται με την ιδέα του αλκοόλ και αυτό συμβάλλει μεταξύ άλλων στις αυξανόμενες τάσεις που παρατηρούνται για κατανάλωση αλκοολούχων ποτών ακόμη και σε παιδιά ηλικίας 9 - 10 ετών.

Ένα ανάλογο φαινόμενο παρατηρείται και για τις διαφημίσεις που αφορούν βίαια παιχνίδια βίντεο ή κινηματογραφικές ταινίες. Οι καταστάσεις αυτές αυξάνουν την επιθετική συμπεριφορά των παιδιών και μειώνουν την ευαισθησία τους στη βία που υπάρχει στον κόσμο πραγματικά.

Πηγή : medlook.net

Βιβλιογραφία : Psychological Issues in the Increasing Commercialization of Childhood, American Psychological Association

Είναι αδύνατο να προστατεύσουμε τα παιδιά από τη διαφήμιση. Καλό είναι λοιπόν να περιορίσουν οι γονείς την προβολή τους στο σπίτι ή να επεμβαίνουν λεκτικά σε κάθε ευκαιρία («μα είναι δυνατόν να τρως αυτή τη σοκολάτα και να πετάς;»), «και όμως μπορούμε να ζήσουμε και χωρίς αυτό»....)

Τι μπορούν να κάνουν οι γονείς τη στιγμή που τα παιδιά βλέπουν διαφημίσεις :

- Δείτε μαζί με το παιδί σας διαφημίσεις (στην τηλεόραση, σε περιοδικά, εφημερίδες) και μιλήστε για τα προϊόντα που του αρέσουν και γιατί. Συζητήστε για το πόσα από αυτά που διαφημίζονται αποτελούν ανάγκες για την οικογένεια σας.
- Σε περίπτωση που το πρόγραμμα που βλέπετε διακόπτεται για διαφήμιση πείτε το στο παιδί. « Αυτά που βλέπουμε τώρα είναι διαφημίσεις»
- Εξηγήστε στο παιδί σας τι δουλειά κάνει ένας ηθοποιός και τι ρόλο παίζει στη διαφήμιση.
- Εξηγήστε στο παιδί σας ότι ο κύριος σκοπός της διαφήμισης είναι η πώληση του συγκεκριμένου προϊόντος με το οποίο κάποια εταιρία βγάζει χρήματα.
- Εμείς ελέγχουμε για το τι θα μπει και τι όχι στο σπίτι μας. Γιατί μας πείθει μια διαφήμιση; Μπορεί να είναι ωραία, αλλά όσο μεγαλώνουμε μπορούμε να καταλάβουμε τι είναι αλήθεια και τι όχι. *Δεν είναι δυνατόν να πίνουμε έναν χυμό και να γίνεται καλοκαίρι!* Αυτό είναι θέμα διάθεσης για την οποία εμείς είμαστε πάλι υπεύθυνοι.
- Αν το παιδί σας ενδιαφέρεται επίμονα για κάποιο συγκεκριμένο προϊόν συγκεντρώστε περισσότερες πληροφορίες και βοηθήστε το να πάρει απόφαση αν πράγματι του αρέσει.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΟΓΔΩΟ: ΓΟΝΕΙΣ ΣΕ ΑΠΟΓΝΩΣΗ

Πολλοί γονείς ρωτούν εάν η παντελής απαγόρευση της τηλεόρασης είναι ένα καλό προληπτικό μέτρο. Η απάντηση στην ερώτηση είναι όχι, γιατί οι γονείς έχουν

περιορισμένο έλεγχο, καθώς το παιδί μεγαλώνει και δεν μπορούν να επιβάλλουν το μέτρο αυτό σε φιλικά και συγγενικά σπίτια τα οποία επισκέπτεται το παιδί τους. Παράλληλα, η απαγόρευση δημιουργεί μια εντονότερη επιθυμία για το απαγορευμένο προϊόν και συντελεί στη δημιουργία ενός μύθου και συχνά μιας ιδιαίτερα έντονης προσκόλλησης στην τηλεόραση.

Υπάρχουν όμως συγκεκριμένοι τρόποι γονικής παρέμβασης, οι οποίοι μπορούν να κάνουν τη διαφορά και η τηλεθέαση να μην επιφέρει αρνητικά αποτελέσματα. Οι γονείς θα πρέπει να συζητούν με τα παιδιά τους τα προγράμματα που περιέχουν σεξ και βία. Η συζήτηση και οι εξηγήσεις θα πρέπει να είναι στο επίπεδο του παιδιού, με απλή και ξεκάθαρη γλώσσα. Ξεκινώντας από το απλούστερο που γνωρίζουν όλοι οι ενήλικοι, θα πρέπει οι γονείς να εξηγήσουν στα παιδιά ότι το σεξ και η βία που βλέπουν είναι ψεύτικα και σκηνοθετημένα. Ακόμα, θα πρέπει να τονίζουν ποιες οι συνέπειες αυτών των πράξεων στην πραγματικότητα.



A) Οδηγίες για γονείς και εκπαιδευτικούς, όταν τα παιδιά παρακολουθούν τηλεόραση

(Ημερομηνία δημοσίευσης: 14 Ιουνίου 2005)

Οι γονείς:

- Περιορίστε τις ώρες που τα παιδιά παρακολουθούν τηλεόραση σε μια ή το πολύ δυο ημερησίως.
- Μην επιτρέψετε την τοποθέτηση τηλεόρασης στο δωμάτιο των παιδιών.
- Ελέγξτε τα προγράμματα που παρακολουθούν τα παιδιά και αποθαρρύνετε τα από τη παρακολούθηση βίαιων και ακατάλληλων προγραμμάτων.
- Παρακολουθήστε με ιδιαίτερη προσοχή τις παιδικές εκπομπές και τα μουσικά βίντεο καθώς τα περισσότερα περιλαμβάνουν ακατάλληλα και βίαια θέματα.
- Παρακολουθείτε τηλεόραση μαζί με τα παιδιά και συζητάτε τις σκηνές βίας εξηγώντας τους τη πραγματικότητα.
- Δώστε στα παιδιά να καταλάβουν ότι η βία στην πραγματική ζωή έχει σαν αποτέλεσμα το πόνο, τους τραυματισμούς και το θάνατο, ότι η βία φέρνει δυστυχία, δημιουργεί και δεν λύνει τα προβλήματα, και τέλος ότι οδηγεί στη τιμωρία και τη φυλακή. Εξηγήστε τους ότι οι ηθοποιοί δεν παθαίνουν τίποτα.
- Βοηθήστε τα να απομυθοποιήσουν τους τηλεοπτικούς ήρωες. Διδάξτε τα τους πραγματικούς ήρωες.
- Εξηγήστε τους το ρόλο των διαφημίσεων.
- Ρωτάτε τα παιδιά πως αισθάνονται ύστερα από τη παρακολούθηση τηλεοπτικών προγραμμάτων και αν διαπιστώσετε κακές επιρροές προσπαθήστε να τις διορθώσετε με συζήτηση και απομυθοποίηση.
- Προσπαθήστε να έχετε όσο γίνεται λιγότερες ώρες ανοιχτή τη τηλεόραση στο σπίτι.
- Διαβάζετε στα παιδιά βιβλία, ιδιαίτερα εκείνα που δεν περιέχουν εικόνες ώστε να βοηθάτε τη διαδικασία σχηματισμού εντυπώσεων με τη νοητική διαδικασία.
- Ενθαρρύνετε τα στη ζωοφιλία. Επιτρέψτε τους να έχουν ένα ζώο αν αυτό είναι μέσα στις δυνατότητές σας.
- Μην τους αγοράζετε ποτέ παιχνίδια που διαφημίζονται στη τηλεόραση, ιδιαίτερα τα πολεμικά και εκείνα που έχουν σχέση με τη βία.

Οι εκπαιδευτικοί (και οι γονείς):

- Μάθετε στα παιδιά ότι εκτός από τη βία, υπάρχουν άλλοι τρόποι να λύνουν τις διαφορές τους.
- Ενθαρρύνετε τα να παίζουν με άλλα παιδιά αντί να παρακολουθούν τηλεόραση.
- Διδάξτε τους την αγάπη στη φύση. Πάρτε τα μαζί σας στη θάλασσα, στο βουνό, διδάξτε τους να ξεχωρίζουν τα δέντρα, τα φυτά και τα λουλούδια.
- Ενθαρρύνεται τα παιδιά να χρησιμοποιούν τα χέρια τους και το σώμα τους, να κάνουν κατασκευές, να χορεύουν και να παίζουν μουσική.
- Επαινέστε τα για τις επιδόσεις τους στις κατασκευές, το χορό, τη μουσική, τη ζωοφιλία, την αναγνώριση ενός φυτού, το κολύμπι κλπ, και όχι για οτιδήποτε σχετικό με τη τηλεόραση.
- Βοηθήστε τα παιδιά να ξεχωρίσουν την πραγματικότητα από τη φαντασία.
- Διδάξτε τα ότι στην πραγματική ζωή η βία έχει άσχημες συνέπειες.
- Διδάξτε τα πως η τηλεόραση δεν λέει πάντα (σχεδόν ποτέ) την αλήθεια.
- Διδάξτε τα πως η τηλεόραση δεν αποτελεί εκπαιδευτικό μέσο και δεν μπορεί να αντικαθιστά το σχολείο και το διάβασμα.
- Απομυθοποιήστε τους κοινωνικούς φόβους που έχουν προκληθεί από τη τηλεόραση. Εξηγήστε τους ότι ο κόσμος δεν είναι εχθρικός και δεν απειλούνται από το καθετί γύρω τους.
- Απομυθοποιήστε τους μεταφυσικούς φόβους που έχουν προκληθεί από τη τηλεόραση. Εξηγήστε τους ότι οι δαίμονες, τα φαντάσματα, τα πνεύματα και καθετί υπερφυσικό είναι "ψεύτικα" και δεν αποτελούν κινδύνους.

Πηγή: Αντί-Τηλεόραση

Βιβλιογραφία : Υγεία / Παιδιατρική, URL :
http://www.iatronet.gr/article.asp?art_id=616

B) Προτάσεις για το τι μπορούν να κάνουν οι γονείς

Μια καλή ιδέα για τους γονείς είναι να παρακολουθούν τηλεόραση μαζί με τα παιδιά τους, όταν αυτό είναι δυνατό, ώστε να μπορούν να απαντήσουν σε ερωτήσεις και απορίες και να κάνουν επεξηγηματικά σχόλια, όταν το κρίνουν απαραίτητο.

Από μικρή ηλικία τα παιδιά καλό είναι να συνηθίσουν να βλέπουν τηλεόραση για ορισμένο χρονικό διάστημα κάθε ημέρα. Ακόμα, οι γονείς θα πρέπει να τους καλλιεργήσουν την ιδέα ότι βλέπουμε τηλεόραση για να ψυχαγωγηθούμε ή να ενημερωθούμε και επομένως κάνουμε επιλογές και δεν την ανοίγουμε απλώς για να χαζέψουμε κάτι αδιάφορο.

Το παιδί σε μικρή ηλικία θα πρέπει να μάθει να παρακολουθεί σε περιορισμένο χρόνο τηλεόραση, ώστε να αποκτήσει καλές συνήθειες και η διαμόρφωση κακών συνηθειών σε σχέση με τις ώρες τηλεθέασης να περιοριστούν.

Οι ίδιοι οι γονείς θα πρέπει να δίνουν το καλό παράδειγμα και να μην παρακολουθούν τηλεόραση όλη την ημέρα, αλλά να ασχολούνται και με άλλες ψυχολογικές δραστηριότητες.

Οι γονείς θα πρέπει να φροντίσουν ώστε τα παιδιά τους να βλέπουν προγράμματα με χαρακτήρες που αποτελούν θετικά μοντέλα προς μίμηση και αναδεικνύουν κοινωνικά χαρακτηριστικά όπως η καλοσύνη, η φιλία και η συνεργασία.

Οι γονείς θα πρέπει να αποφεύγουν να χρησιμοποιούν την τηλεόραση ως μέμπη σίτερ και εύκολη λύση, προκειμένου να έχουν οι ίδιοι ελεύθερο χρόνο για να κάνουν τις δουλειές τους. Εναλλακτικές λύσεις είναι τα βιβλία, οι χειροτεχνίες, το παιχνίδι, τα σπορ που συμβάλλουν στη δημιουργικότητα και την άσκηση της φαντασίας του παιδιού ενώ παράλληλα του δίνουν τις βάσεις για το τι μπορεί να κάνει μετέπειτα στη ζωή του για να αξιοποιεί ευχάριστα τον ελεύθερο χρόνο του.

Η τηλεόραση έχει τόσο θετικές όσο και αρνητικές επιδράσεις στα παιδιά, ανάλογα με τη χρήση της. Η ενεργός ανάμειξη των γονιών στο πόσο, πότε και τι είδους

τηλεοπτικά προγράμματα παρακολουθούν τα παιδιά τους είναι αυτή που τελικά έχει καθοριστικό ρόλο και μπορεί να προωθήσει τις θετικές επιδράσεις της τηλεθέασης.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΕΝΑΤΟ: Η ΕΡΕΥΝΑ ΜΟΥ



A) Σκοπός και στόχος της έρευνας

Η έρευνα αυτή έχει ως σκοπό την επαλήθευση του θεωρητικού κομματιού δηλαδή της θεωρίας. Ο στόχος της είναι πρακτικά με αριθμούς και με ποσοστά να διερευνήσει τι ακριβώς συμβαίνει σήμερα στα παιδιά της προσχολικής ηλικίας και ποια είναι η σχέση τους με την τηλεόραση.

B) Το δείγμα της έρευνας

Το δείγμα της έρευνας μου αποτέλεσαν 35 παιδιά εκ των οποίων το 51% ήταν αγόρια και το 49% ήταν κορίτσια , ηλικίας 3 – 5 τα οποία κλήθηκαν να απαντήσουν αυθόρμητα σε ερωτήσεις πολλαπλής – εναλλακτικής απάντησης στη διάρκεια του ακαδημαϊκού έτους 2007-2008.



Γ) Όργανα και διαδικασία της έρευνας

Στην έρευνα μου χρησιμοποίησα τη συνέντευξη ως όργανο μέτρησης. Συγκεκριμένα ο τρόπος με τον οποίο έγινε η επαφή ήταν 1) προσωπική 2) ατομική και 3) μονοπρόσωπη επικοινωνία. Ο τρόπος οργάνωσης και διεξαγωγής της συνέντευξης ήταν τυποποιημένος – δομημένος δηλαδή η πορεία , η διαδικασία και το περιεχόμενο της συνέντευξης ήταν προκαθορισμένα , είχα γραμμένες τις πέντε ερωτήσεις που έκανα στα παιδιά έτσι ώστε να έχω τον πλήρη έλεγχο των ερωτήσεων και απαντήσεων κατά τη διάρκεια της συνέντευξης.

Η συνέντευξη μου απαρτιζόταν από επτά ερωτήσεις. Οι δύο αφορούν τα δημογραφικά στοιχεία των παιδιών , ειδικότερα αφορούν το φύλο και την ηλικία των παιδιών. Οι ερωτήσεις ένα και δύο μας δίνουν τα ακόλουθα , από τα 35 παιδιά τα 18 είναι αγόρια και τα 17 είναι κορίτσια , τα 9 είναι ηλικίας 3-3,5 , τα 13 είναι ηλικίας 4-4,5 και τα άλλα 13 είναι ηλικίας 5. Οι υπόλοιπες πέντε αναφέρονται στο πότε βλέπουν τηλεόραση τα παιδιά, στο τι βλέπουν στην τηλεόραση, στο αν παρακολουθούν κάποιο κανάλι, στο αν βλέπει μαζί τους ο μπαμπάς ή η μαμά τηλεόραση και αν βλέπουν πολύ ή λίγο τηλεόραση.

Το είδος των ερωτήσεων που υπέβαλλα στα παιδιά ήταν δεδομένης απάντησης και συγκεκριμένα πολλαπλής και εναλλακτικής απάντησης. Η επιλογή του συγκεκριμένου είδους ερωτήσεων ήταν εσκεμμένη. Τα παιδιά της προσχολικής ηλικίας μπορούσαν εύκολα να απαντήσουν στις ερωτήσεις του είδους αυτού και ταυτόχρονα είχα την αίσθηση ότι δεν έφερνα τα παιδιά σε δύσκολη θέση επειδή ακριβώς τους έδινα τις εναλλακτικές απαντήσεις. Από την άλλη πλευρά είχα τον έλεγχο των αντιδράσεων των παιδιών, γνώριζα το πλαίσιο απαντήσεων και γενικά ήταν πιο εύκολη η ταξινόμηση-ερμηνεία των απαντήσεων που δόθηκαν.

Τέλος, θα πρέπει να προσθέσω πως στη συνέντευξη μου χρησιμοποίησα ως τεχνικό μέσο την κάμερα για να καταγράψω τις απαντήσεις των παιδιών.

Ακολουθούν παρακάτω οι ερωτήσεις της συνέντευξης :

1.ΕΡΩΤΗΣΗ

Φύλο: α) Αγόρι β) Κορίτσι

2.ΕΡΩΤΗΣΗ

Ηλικία : α)3-3.5 β)4-4.5 γ) 5

3.ΕΡΩΤΗΣΗ

Πότε βλέπεις τηλεόραση ;

- α) Το πρωί
- β) Το απόγευμα (όταν γυρνάς από το σχολείο)
- γ) Το βράδυ (πριν κοιμηθείς)
- δ) Συνδυασμός β + γ

4.ΕΡΩΤΗΣΗ

Τι βλέπεις στη τηλεόραση ;

- α) Μίκυ-Μάους και Παιδικά
- β) DVD
- γ) Ταινίες των μεγάλων
- δ) Συνδυασμός β + γ
- ε) Συνδυασμός α + β

5.ΕΡΩΤΗΣΗ

Παρακολουθείς κάποιο κανάλι ;

- α) Ναι
- β) Όχι – δεν ξέρω

6.ΕΡΩΤΗΣΗ

Όταν βλέπεις τηλεόραση, βλέπει μαζί σου ο μπαμπάς ή μαμά ;

- α) Ναι και μου εξηγούν όταν δεν καταλαβαίνω κάτι
- β) Όχι βλέπω μόνος – μόνη
- γ) Βλέπω μόνο με τον αδελφό μου – αδελφή μου

7.ΕΡΩΤΗΣΗ

Βλέπεις πολύ ή λίγο τηλεόραση ;

α) Πολύ

β) Λίγο

Δ) Διαδικασία μέτρησης της έρευνας

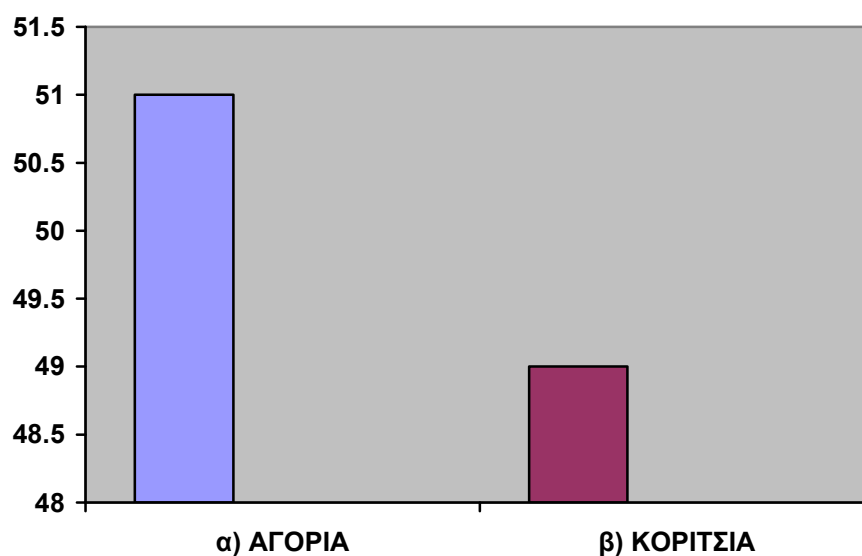
Ο τρόπος με τον οποίο καταχώρισα τα δεδομένα κατά τη διάρκεια της συνέντευξης ήταν με βιντεοσκόπηση της συνέντευξης γιατί έτσι είχα το πλεονέκτημα να αποτυπώσω ολόκληρο το περιεχόμενο της συνέντευξης παρόλο που ήταν χρονοβόρα η διαδικασία της βιντεοσκόπησης και της κωδικοποίησης των απαντήσεων.

Ε) Αποτελέσματα - Απαντήσεις της έρευνας

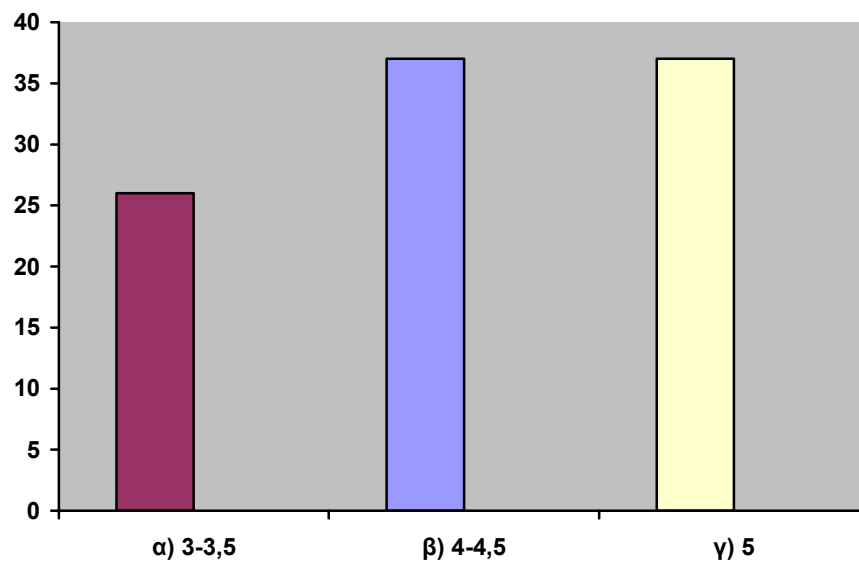
Τα αποτελέσματα – απαντήσεις της έρευνας ακολουθούν αναλυτικά για κάθε ερώτηση :

Σύνολο δείγματος : 35 παιδιά

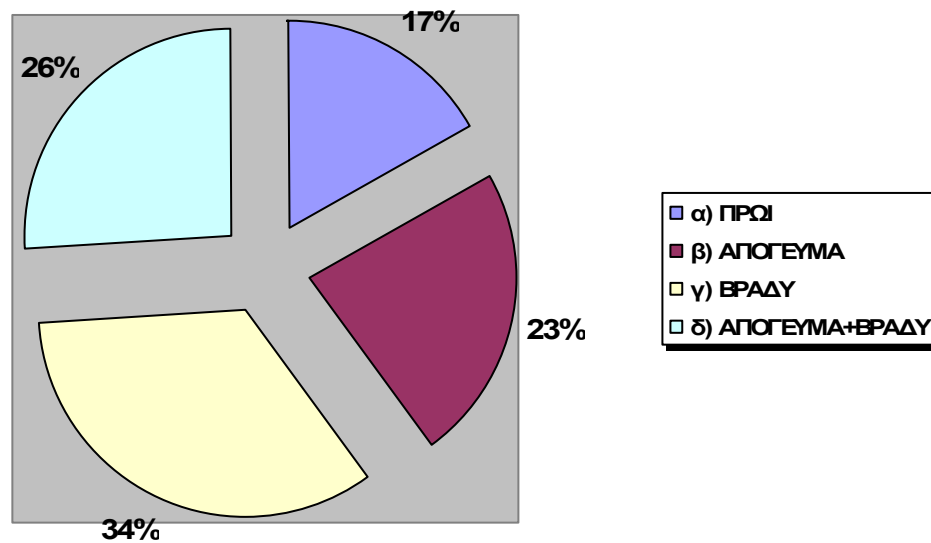
1. Φύλο : α)18= 51% (αγόρια) β)17= 49% (κορίτσια)



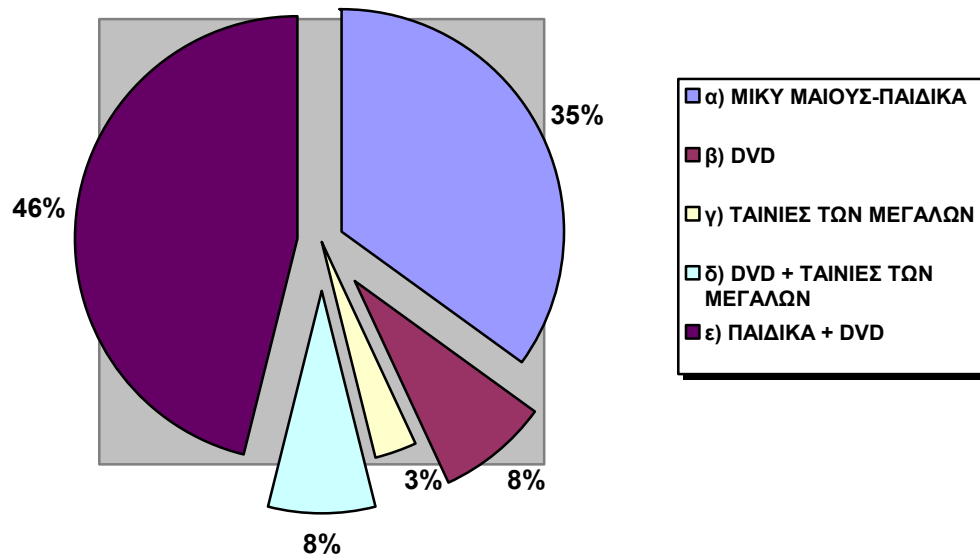
2. Ηλικία : α) 9=26% (3-3,5) β) 13=37% (4-4,5) γ) 13=37% (5)



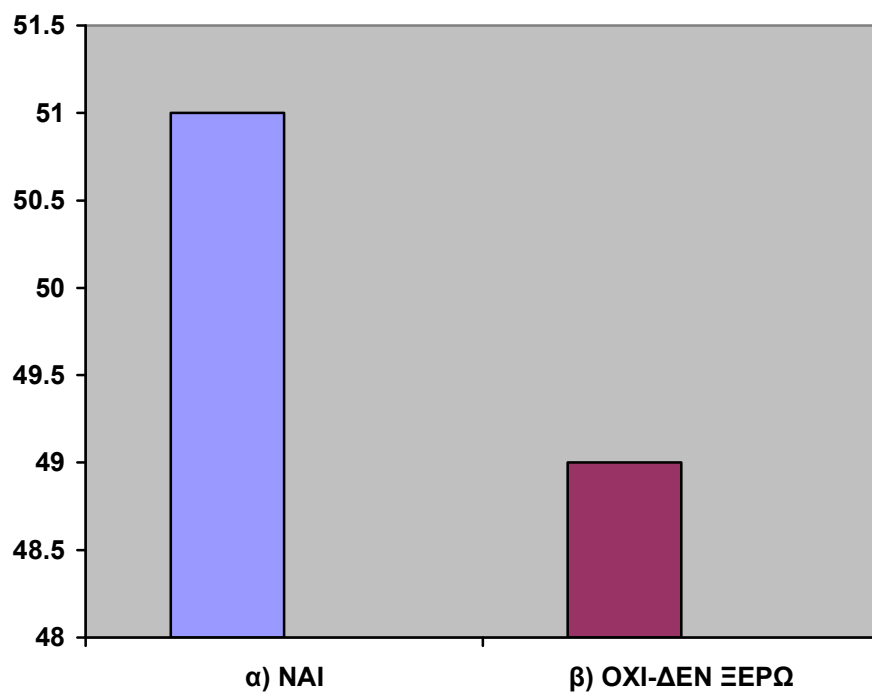
3. Πότε βλέπεις τηλεόραση ; α) 6=17% (πρωί) β) 8=23% (απόγευμα) γ) 12=34% (βράδυ) δ) 9=26% (απόγευμα και βράδυ)



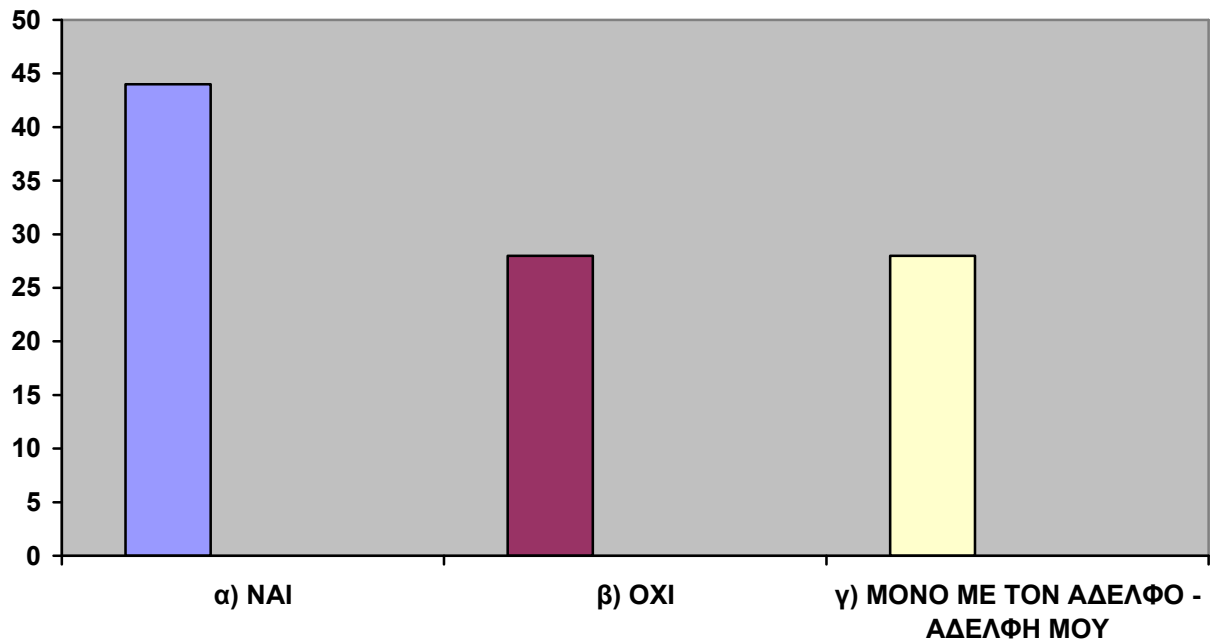
4. Τι βλέπεις στην τηλεόραση ; α)12= 35% (Μίκυ-Μάους-Παιδικά) β)3=8% (DVD)
 γ)1=3% (Ταινίες των μεγάλων) δ)3=8% (DVD και ταινίες των μεγάλων) ε)16=46%
 (Παιδικά και DVD)



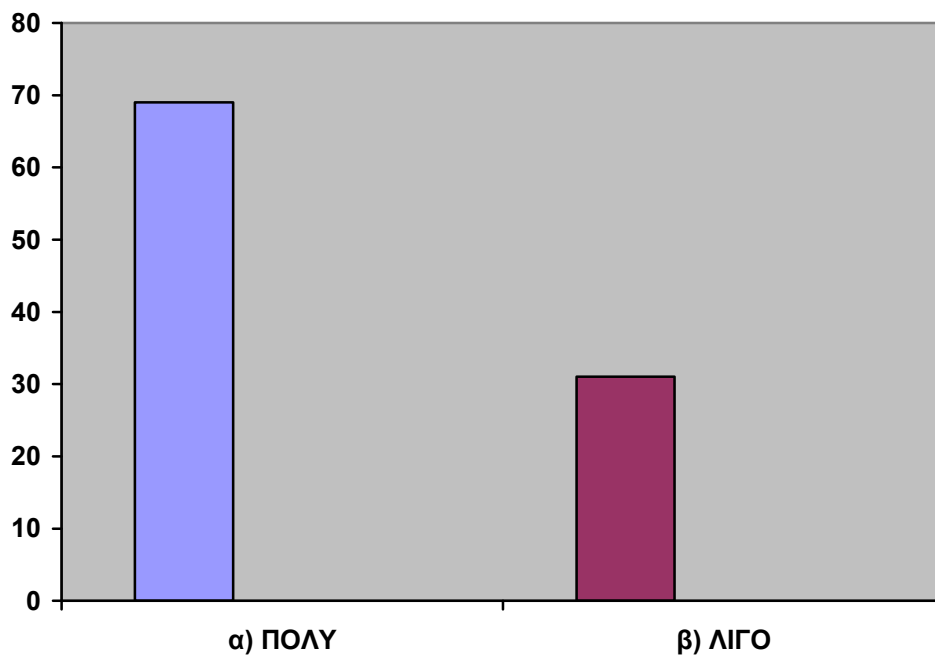
5. Παρακολουθείς κάποιο κανάλι ; α)18= 51% (Ναι) β)17=49% (Όχι-Δεν ξέρω)



6. Βλέπει μαζί σου ο μπαμπάς ή η μαμά τηλεόραση; α)15=44% (Ναι) β)10=28% (Όχι) γ)10=28% (Μόνο με τον αδελφό μου-αδελφή μου)



7. Βλέπεις πολύ ή λίγο τηλεόραση ; α)24=69% (Πολύ) β)11=31% (Λίγο)



Z) Συμπεράσματα της έρευνας

Είναι πλέον σαφές ότι τα παιδιά ηλικίας 3-5 αφιερώνουν πολλές ώρες στην τηλεόραση δηλαδή το 69% παρακολουθεί τηλεόραση κάτι που δεν είναι θετικό, επειδή επιδρά αρνητικά στην ψυχοσωματική ανάπτυξη των παιδιών. Οι γονείς βέβαια από την άλλη μεριά έχουν ελεύθερο χρόνο για να ασχοληθούν με τις προσωπικές τους υποθέσεις χωρίς ωστόσο αυτό να αποτελεί το κατάλληλο μέσο απασχόλησης των παιδιών της προσχολικής ηλικίας.

Επίσης, κάτι εξίσου αρνητικό είναι ότι το 34% των παιδιών ηλικίας 3-5 παρακολουθεί τηλεόραση το βράδυ και συγκεκριμένα πριν κοιμηθεί. Αυτό με οδηγεί στο συμπέρασμα πως οι περισσότεροι γονείς χρησιμοποιούν την τηλεόραση ως μέμπη σίτερ και εύκολη λύση για να αποκοιμηθούν τα παιδιά τους.

Βέβαια το θετικό αυτής της έρευνας είναι πως στην ερώτηση αν βλέπει μαζί σου ο μπαμπάς ή η μαμά τηλεόραση ήταν ότι το 44% απάντησε **ναι**. Αυτό δείχνει πως οι γονείς αρκετά συχνά επιλέγουν οι ίδιοι, ώστε τα παιδιά τους να βλέπουν προγράμματα και DVD με εκπαιδευτικό και ψυχαγωγικό χαρακτήρα. Έτσι οι γονείς μπορούν να απαντήσουν σε ερωτήσεις - απορίες των παιδιών τους και να κάνουν επεξηγηματικά σχόλια όταν το κρίνουν απαραίτητο. Με αυτόν τον τρόπο βοηθούν τα παιδιά να αποκτήσουν σωστή τηλεοπτική συμπεριφορά.

Παρόλο την έρευνα που έκανα πιστεύω πως θα άξιζε να ξεκινήσει μια ποσοτική και ποιοτική έρευνα με δείγμα πιο αντιπροσωπευτικό με στόχο να επιβεβαιώσει, να τεκμηριώσει, να ερμηνεύσει ή και να αποτρέψει τα αποτελέσματα τούτης της έρευνας ρίχνοντας φως στο σημαντικό αυτό ζήτημα της τηλεόρασης.



ΕΠΙΛΟΓΟΣ

Είναι γεγονός ότι η τηλεόραση ανήκει στα σημαντικότερα τεχνολογικά επιτεύγματα του αιώνα μας. Η ραγδαία εξέλιξη της και η εφαρμογή αυτής στο χώρο της εκπαίδευσης άνοιξε για την τελευταία, καινούριους δρόμους και πλατιούς ορίζοντες. Η εκπαιδευτική τους δυνατότητα βρίσκει εφαρμογή και στην προσχολική αγωγή. Η σωστή και κατάλληλη χρησιμοποίηση της τηλεόρασης την καθιστά αποτελεσματικό εργαλείο στα χέρια του εκπαιδευτικού.

Συγκεκριμένα, διαπιστώνεται ότι η σωστή χρήση της τηλεόρασης καθορίζεται από το συστηματικό ποσοτικό και ποιοτικό έλεγχο των τηλεοπτικών εκπομπών και προγραμμάτων από τους γονείς και τους παιδαγωγούς. Αυτοί σχολιάζοντας με τα παιδιά τα προγράμματα της τηλεόρασης, μπορούν να αυξήσουν τα οφέλη και να μειώσουν τις αρνητικές επιδράσεις της. Με τον ίδιο μπορούν να συμβάλουν στην καλύτερη εμπέδωση των γνώσεων που προσφέρουν τα εκπαιδευτικά προγράμματα.

Όταν οι γονείς και οι παιδαγωγοί παρακολουθούν τηλεόραση μαζί με τα παιδιά και κάνουν κριτική συζήτηση μαζί τους κατά τη διάρκεια και μετά το τέλος ενός τηλεοπτικού προγράμματος, λειτουργούν ως ρυθμιστές και συντονιστές της τηλεοπτικής διαδικασίας, βοηθώντας έτσι τα παιδιά να αποκτήσουν σωστή τηλεοπτική συμπεριφορά.

Κλείνοντας συμπεραίνουμε ότι βρισκόμαστε σε μια εποχή όπου η τηλεόραση έχει εισβάλλει στη ζωή μας και ασφαλώς και στην εκπαιδευτική διαδικασία.



ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

Βουϊδάσκης Β. (1992) : Η τηλεοπτική βία και επιθετικότητα και οι επιδράσεις τους στα παιδιά. Εκδ. Γρηγόρης, Αθήνα.

Γουίν Μ. (1991) : Τηλεόραση, ένας ξένος στο σπίτι. Μετ.Τσαλίκη Π., Εκδ.β', Εκδ.Ακρίτας.

Greenfield M.P. (1988) : Μέσα ενημέρωσης και παιδί. Οι επιπτώσεις της τηλεόρασης, των βιντεοπαιχνιδιών και των κομπιούτερ. Μετ.Σταυροπούλου Σ., Εκδ.Κουτσουνμπός, Αθήνα.

Καστόρας Στ. (1990) : Οπτικοακουστικά μέσα μαζικής επικοινωνίας, Επικοινωνιολογία . Εκδ.Παπαζήση, Αθήνα.

Κουτσουβάνου Ε. (1991) : Η γλωσσική ανάπτυξη του παιδιού της προσχολικής ηλικίας και η τηλεόραση. Εκδ.Οδυσσέας, Αθήνα.

Λαζάρου Τ. (1991) : Τηλεοπτική Βία και Παιδί. Σύγχρονο Σχολείο

Λαστρέγκο Κ.-Φραντσέσκο Τ. (1991) : Από την τηλεόραση στο βιβλίο. Μετ.Ααβανίτης Φ., Εκδ.Διάγραμμα, Αθήνα.

Μάραντος Π. (2000) : Εκπαίδευση και μέσα Μαζικής επικοινωνίας, Πατάκης, Αθήνα.

Παρασκευόπουλος Ι. : Εξελεγκτική Ψυχολογία. Αθήνα.

Ρούσση Σ.-Σαλπέα Π. (1991) : Τηλεόραση-Γλώσσα-Μάθηση. Σύγχρονο Σχολείο.

Σαρλικιώτου Π. (1991) : Διαφήμιση και Παιδί. Ψυχολογικό Σχήμα.

Σεραφετινίδου Μ. (1987) : Κοινωνιολογία των Μέσων Μαζικής Επικοινωνίας.Gutenberg, Αθήνα.

Διευθύνσεις από το internet :

<http://www.iatronet.gr/article>

<http://news.bbc.co.uk>

<http://www.parents.gr>

<http://www.iator.gr>

<http://www.kathimerini.gr>

<http://www.in.gr>