

Je těžká, a přesto vděčná úloha, říci:

➤ Nechte dítě prožít dětství pod co nejmenším vlivem médií! Nechte působit přírodu a život v okolí a na cestách takové, jaké opravdu jsou, aby se vytvořil pevný vztah, který vydrží po celý život. Bavte se se svými dětmi, hrajte si s nimi, nedopusťte, aby se přístroje staly nejmilejšími přáteli a průvodci vašich dětí!

Proč není televize pro děti?

Proč škodí právě televize vývoji nervového systému a smyslových orgánů tak intenzivně?

Nefyziologický vývoj zraku a dezintegrace činnosti smyslů

Při dívání se na televizi jsou oči pevně upřeny na obrazovku, zatímco se na ní pohybují obrazy. Dítě sedí před obrazovkou, ze které se na něj valí příliv vizuálních smyslových vjemů, v typicky strnulé pozici. Nehybné držení očních svalů se přenáší na svalstvo celého těla. Vidění probíhá abnormálně, protože při normálním vidění se svaly pohybují rozdílně podle sledovaného předmětu. Kromě toho nesouhlasí se skutečností ani barvy, ani proporce a vše prostorové je promítáno plošně. Zapojeny jsou jen dva smysly: zrak a sluch, zatímco ostatní jsou stimulovány jen minimálně, a tak je podporována desintegrace jejich funkcí. Obrazně řečeno jsou nejen oční partie, nýbrž celé tělo jako „v sádře“. Tato skutečnost je terapeuticky využívána na očních klinikách, kdy pacientu po operaci očí naordinují několik hodin sledování televize. Je to jediná možnost, jak udržet svalstvo v klidu. A klid svalstva je důležitou podporou pro zhojení operovaného svalu. Co ale, když se na světě nespočet tří- až dvanáctiletých dětí čtyři až šest hodin denně dívá na televizi? Při průměrně osmi hodinách spánku a dobou strávenou jídlem a školní docházkou má dvanáctileté dítě zhruba šest hodin denně volného času na hraní, vlastní aktivitu a pohyb. V těchto oblastech se odehrávají nejdůležitější procesy, které podporují jejich vývoj (viz str. 315). Vycházíme-li spíše z nižší hrani-

ce dvou hodin sledování televize denně, můžeme říci, že dvanáctileté dítě nejenže ztratilo téměř jeden rok svého života, ale k tomu ještě neaktivní a špatnou stimulací centrální nervové soustavy.

Pasivní příjem a zpracování podnětů centrální nervovou soustavou

Mozkové zpracování dojmů přicházejících z obrazovky neprobíhá stejným způsobem jako při normálním, aktivním sledování. Tehdy jsou oči v neustálém pohybu a vnímají všechny barevné stupně a opravdové předměty všemi smysly. Přísun informací z obrazovky mnohokrát překračuje schopnost dítěte je přijmout a samostatně zpracovat. Přijme někdy to, jindy ono a nedokáže si vytvořit souvislost mezi vnímanými obrazy a větami. Mozek je povzbuzován ke zlomkovitým a asociativním myšlenkovým pochodům, což se musí projevit až do nejjemnějších nervových spojení. K tomuto se přidá ještě negativní vliv na regenerativní, učební a upevňující se nervovou činnost během spánku. Sledování televize a hraní počítačových her prokazatelně narušuje průběh a kvalitu jednotlivých fází spánku, což má za následek deficity v regeneraci a v učení.¹⁰⁵ (viz doporučená literatura na str. 512).

Podpora agresivního a neklidného chování

Po sledování televize dochází hojně k nepřirozenému pohybovému neklidu, stejně jako bývá dítě při sledování nepřirozeně klidné. V první řadě to nezávisí na obsahu vysílaného pořadu (jestli byl krutý, hloupý nebo přínosný), ale na druhu vynuceného klidu před obrazovkou, který vyvolává v dětech po sledování televize spíše neklid bez nálady, děti nevědí, co mají dělat a tíhnou k agresivitě.

Další symptomy a zkušenosti z poradny

- Děti, které se pravidelně dívají na televizi, jsou oproti ostatním dětem v poradně nápadné tím, že
 - přistupují k ostatním lidem s menším respektem a odstupem,
 - mají potíže navázat osobní kontakt,
 - dělají rády grimasy a nedívají se člověku přímo do očí,