

Мультфильмы и психологическое благополучие дошкольника



Сегодня педагоги и специалисты работающие с детьми отмечают, что современные дети все чаще нуждаются в психологической помощи. Уже у дошкольников отмечается симптомы повышенной тревожности, нервозности, депрессии.

Ученые и специалисты в области детской психологии уверены, что одна из причин подобных нарушений скрыта в... современных мультфильмах.

Согласно данным исследований, за последние 10 лет количество детей с невротами разной степени выраженности выросло колоссально. Среди симптомов, на которые жалуются родители **на первом месте стоят разного рода невротические проявления**: навязчивые движения, плохой сон, страхи, тревожность.

На втором — повышение реактивной агрессивности. Сегодня в детском саду никто из детей не собирается мириться с не очень удобной ситуацией, не пытается договариваться, все сразу готовят кулаки или ругаются, закидываются на обиду. Это нормальное поведение для ребенка 2–3 лет, когда у него особый период агрессивности, но сейчас отмечается сохранение этих паттернов поведения в течение всего дошкольного возраста и речь идет не о единичных случаях.

По мнению специалистов, причина подобного поведения кроется в том, что современные дети транслируют и воспроизводят некие усвоенные нормы. **И одна из ведущих причин, которую называют ученые - мультфильмы.**

Безусловно, причина не только в мультфильмах, но **сегодня мультфильмы играют большую роль в воспитании детей.** По данным исследований, **современные родители разрешают детям смотреть мультфильмы и компьютерные игры в возрасте до года.** Например, включают мультфильм, чтобы ребенок спокойно поел, спокойно посидел на горшке, просто спокойно посидел, пока мама занята своими делами. **Это настоящая катастрофа, потому что есть рекомендации ВОЗ, где говорится: любой цифровой контент категорически противопоказан детям до 2,5 года, а некоторые специалисты увеличивают порог до 3 лет, потому что это принципиально важно с точки зрения развития мозга.**

«Ребенок рождается с определенной генетической программой ожидания от окружающей среды. И все невротические нарушения по своей сути имеют одну-единственную причину: несоответствие среды ожиданиям ребенка. Мозг маленького ребенка еще не сформирован, каждую минуту в течение 6 месяцев у него рождается порядка 20 тысяч глиальных клеток. Если рядом есть мама и вокруг спокойная обстановка, все пройдет замечательно. А вот если возникает какая-то травмирующая ситуация, это моментально сказывается и на физиологии центральной нервной системы.

Есть исследования, которые показывают, что как только мама уходит, у ребенка вырабатывается гормон стресса (кортизол). Если же мама ушла и включила мультфильм, то значит, что его внимание переключается на яркую картинку, но при этом переживания, в том числе на уровне гормонов, никуда не деваются. Так что, когда мультфильмы включают для успокоения, это неверно».

Часто можно услышать, что мультфильмы — это хорошо, потому что они нравятся детям.

Восприятие ребенка в раннем возрасте непосредственное, ему все равно, на что смотреть, если это что-то яркое и движется. Но дело в том, что по заложенной генетической программе ожидания он должен смотреть на человеческое лицо. Это лицо должно с ним взаимодействовать, выражать в ответ эмоции, передавать звуки с определенным речевым укладом и так далее. Через выражения на лице взрослого ребенок может получать тепло, нежность, ласку, одобрение своим поступкам — базовую информацию о том, что вообще все хорошо. **Ни один мультфильм ему этого не дает!**

Кроме того, **ребенок в раннем возрасте должен познавать мир тактильно, если он не пощупал что-то руками, он не понимает, что происходит.** Поэтому для развития так важны все различные бирюльки, кубики и пирамидки, а мультфильмы такую деятельность перекрывают.

Еще одним отрицательным фактором влияния мультфильмов на развитие детей является увеличение числа детей с многочисленными нарушениями в произношении звуков, которые связаны не с поражением центральной нервной системы, а с функциональными нарушениями.

В течение первых двух лет жизни ребенок наблюдает за тем, как разговаривают с ним взрослые, отслеживает, как образуется каждый звук, какие мышцы работают и так далее. Но это абсолютно невозможно, если перед глазами ребенка мультипликационный речевой уклад. Если подставить звуки под мультяшную анимацию получится совершенная каша, и с этой кашей во рту дети и приходят к логопеду.

Сегодня можно встретить много развивающих мультфильмов и программ, иногда предназначенных для самого раннего возраста... и разработчики уверяют, что если ребенок будет их смотреть, то он вырастет гением.

Для раннего возраста важнее всего эмоциональное взаимодействие со взрослыми, игра, тактильные ощущения. Если же ребенку постоянно включают мультфильм, все, что у него возникает зависимость от видеоряда. Потому что любое яркое мелькание актуализирует у ребенка дофаминовую систему, происходит выброс дофамина — гормона удовольствия, ребенку это нравится, он уже не может без этого существовать и требует себе очередную порцию.

Сегодня целые телевизионные мульт-каналы маркированы как 0+, то есть с рождения. Родители, к сожалению, склонны доверять таким вещам и уверены, что перед телевизором можно сажать годовалого малыша, что неправильно и абсолютно безграмотно.

Конечно, качество мультфильмов в данном случае играет колоссальное значение. Если родителям кажется, что содержание мультфильма примитивно и подходит для годовалого ребенка, как, например, в мультфильме «Свинка Пеппа», то для раннего возраста содержание не является критерием оценки видеоряда. Мультфильмы, а тем более другие взрослые передачи, смотреть нельзя совсем. **А в более позднем возрасте упомянутый мультфильм будет затормаживать развитие малыша своей примитивностью.**

Нужно понимать, что если до 2,5 года мы руководствуемся жестким запретом на любой видеоконтент, то после этого возраста у специалистов возникает много разногласий и споров. Сейчас существует огромное количество мультфильмов, которые на самом деле предназначены для взрослых. В них содержится далеко не детский юмор, поднимаются вопросы, которые не соответствуют уровню восприятия ребенка.

Сегодня во всем мире до сих пор не выработаны критерии для мультипликации, и родители выбирают мультики по принципу, что нравится им, взрослым. На что же нужно обращать внимание при выборе мультфильмов?

- ✚ В первую очередь должны быть понятные, хорошо прорисованные персонажи, потому что абстракция в раннем возрасте ребенку совершенно не нужна.
- ✚ Важным фактором являются художественные особенности, потому что именно в дошкольном возрасте у ребенка формируются критерии красивого-некрасивого.
- ✚ История должна хорошо заканчиваться и проходить в спокойном темпе, добро и зло не должны перемешиваться.

Например, Баба-яга должна быть вредной и совершать плохие поступки, не должно быть противоречия, иначе у ребенка возникает внутренний конфликт.

Сейчас же в мультфильмах персонажи с чудовишной внешностью и ужасающими выражениями лиц могут совершать что-то прекрасное и наоборот. Если взрослым кажется, что они так просвещают ребенка относительно того, что зло может выглядеть по-разному, они очень ошибаются. Эта категория понимания доступна только со школьного возраста. **А для маленького ребенка мир становится непонятными и запутанным, он вызывает тревогу, тоску, в конце концов — депрессию.** Надежда Владимировна Мазурова отмечает, что для дошкольников добро должно обязательно побеждать зло. Они должны воспринять базовое откровение о мире как о чем-то добром и хорошем, где добро и красота побеждают. Это чрезвычайно важно, потому что тревожность, недоверие к миру, склонность к депрессии может передаваться из поколения к поколению — сегодня известны механизмы регуляции работы генов, когда под влиянием внешних обстоятельств изменения закрепляются в генетической памяти.

Среди **«опасных»** мультфильмов Н.В.Мазурова называет мультфильмы «Корпорация монстров» и «Гадкий я», где смешиваются категории злого, смешного и привлекательного, что для дошкольников делать категорически нельзя.

Среди диснеевских мультфильмов, называет «Холодное сердце», где воспроизведен очень долгий эпизод одиночества и тоски. Если такой мультфильм смотрит подросток, то в этом нет ничего страшного, потому что он в своей «оперативной» памяти удерживает весь фильм, а дошкольник погружается в каждый эпизод целиком, поэтому у него возникает ответная ипохондрическая реакция, стимулируется депрессия, суицидальные мысли. Неслучайно после выхода этого мультфильма появилось огромное количество дошкольников с депрессивными нарушениями. **Отдельно Н.В.Мазурова называет мультфильм «Маша и Медведь»** — мультфильм, который популярен во всем мире и который стал головной болью для психологов. Дело в том, что по своему содержанию он совершенно подростковый. «Перед нами хулиганка, которая активно издевается над ранимым и трепетным Медведем. На экране это вызывает смех, поэтому дети пробуют повторить подобное поведение в детском саду, но там почему-то никто не смеется. Забавные издевательства над лирическим героем могут быть понятны и смешны взрослым или подросткам, которые, общаясь друг с другом, постоянно проверяют границы дозволенного, а родители думают, что это мультфильм для дошкольников, и тем самым травмируют им психику», - отмечает Надежда Владимировна.

Что делать, если ребенок уже привык ко всем этим травмирующим супербыстрым ярким мультфильмам

В этой ситуации важно постепенно переключать ребенка на медленное восприятие. Потому что искусственно увеличенные скорости — это один из тяжелейших стрессовых факторов современного мира. Сейчас подача информации в новостных программах не соответствует человеческой экологии, она не только ускорена, но еще и подается под тревожную музыку и поэтому вызывает стресс, даже если ребенок не вслушивается в содержание. То же самое мы зачастую видим в мультфильмах, когда сюжетные перемещения происходят с такой скоростью, что ребенок не успевает осмыслить происходящее, у него перегружается эмоциональная сфера, возрастает уровень адреналина, появляется ощущение опасности и так далее.

Мультфильмы для детей должны быть медленные. И чем меньше ребенок — тем медленнее должна быть эта скорость. Если говорить о детях 3–4 лет, то самое большее, что малыш может воспринять одновременно, — три объекта, если же картинка постоянно сменяется, то остальное у него воспринимается как цветовые пятна, как объем, который его переполняет.

Что можно сделать, если он уже привык? Не нужно запрещать что-то любимое революционными мерами. Нужно набраться терпения и переключать интерес в игровой форме. Самое правильное — выбрать спокойный мультфильм и проигрывать с ребенком какие-то его кусочки, делать персонажей-кукол на руку, сочинять свой сюжет и так далее. Если есть желание изменить ситуацию, то абсолютно все в ваших руках.

Консультацию подготовила: педагог-психолог Кузьмичева И.А.

(по материалам статьи Н. В. Мазуровой, доктора психологических наук, профессора кафедры психологии семьи и детства Института психологии им. Л.С. Выготского РГГУ «Мультимики — это серьезно»)