

Dopad televize na vývoj dítěte

prof. MUDr. Vladimír Mihál, CSc.

Dětská klinika LF UP a FN v Olomouci

Děti v nejranějším období svého vývoje tráví v posledních letech nadměrně mnoho času při sledování televize a jiných elektronických médií. Tento článek uvádí, jaký negativní vliv může mít televizní sledování na mnohé oblasti dětského vývoje zahrnující řeč, poznání a schopnost pozornosti.

Klíčová slova: média, televize, negativní efekt, vývoj dítěte.

The effects of media usage on child development

These days total media exposure time for most of very young children exceeded the time spent in all other activities. This article reviews what is known about the negative effects of TV viewing on multiple domains of child development including language, cognition and of attention capacity.

Key words: media, children, negative effect, child development.

Pediatr. praxi 2012; 13(4): 281–282

Rádio, televize, videohry, internet, mobilní telefony a počítač přebírají i u nás ústřední roli v denním životě našich dětí. Bylo potvrzeno, že média mají potenciálně nesmírný vliv, pozitivní i negativní, na poznávací, sociální i behaviorální rozvoj dítěte. V současnosti stráví průměrné dítě nebo adolescent v USA více než 21 hodin týdně sledováním televize. Tento údaj nezahrnuje čas strávený sledováním filmů, posloucháním nebo sledováním hudby a videa, hraním komputerových her a surfováním po internetu. Čas strávený s televizí často vytlačuje angažovanost v kreativních, aktivních a sociálních činnostech.

Média mohou ovlivnit i rozvoj řeči, schopnost pozornosti (porucha pozornosti doprovázená hyperaktivitou), kvalitu spánku a koncentraci dítěte ve škole. Mnoho času stráveného před obrazovkou má rovněž souvislost s narůstající agresivitou a s velkou mírou se podílí i na pandemii obezity. Existují seriózní důkazy o tom, že sledování televize může malým dětem škodit. Mnoho rodičů přiznává, že nechávají děti sledovat televizi, když chtějí mít pro sebe chvíli volna (televize v roli chůvy). Mediální a technologická vybavenost dětí žijících v internetových domácnostech je značná (výzkum proběhl na reprezentativním vzorku prostřednictvím internetu). Knihovnu, televizi, CD a internet má doma k dispozici drtivá většina českých dětí. Naprostá většina dětí (94 %) z internetových domácností má vlastní pokoj nebo pokoj dohromady se sourozenci. Umístění elektronických médií v dětských ložnicích se z důvodů jejich nadměrného sledování a často i nevhodných programů nedoporučuje. Předškolní děti se špatně koncentrují na hraní, když v místnosti běží jako pozadí te-

levize, i když televizi přímo nesledují, může rušit, dokonce poškodit jejich vývoj. Televizní průmysl se v zahraničí v posledních letech zaměřil i na výrobu tzv. „dobrých“ speciálních 24hodinových vysílání a DVD programů typu Brainy Baby nebo Baby Einstein, které měly pozitivně ovlivnit duševní rozvoj dítěte. Tyto „vzdělávací“ programy jsou prodávány ve velkém počtu i na základě nejistoty rodičů. Speciální programy pro děti v kojeneckém a časném batolecím věku totiž nabízejí lepší kapacitu vzdělanosti, nebo vliv na rozvoj řeči. Zisky z tohoto obchodu byly obrovské – v hodnotě stovek milionů amerických dolarů. Tento business nenechal dlouho v nečinnosti Americkou pediatriickou společnost. Bylo provedeno mnoho výzkumných sledování. Výsledky těchto studií jednoznačně potvrdily, že neexistuje důkaz, že sledování programů pro kojence a batolata je vůbec něco naučí. Naučná videa pro děti tohoto věku nebyl tak dobrý nápad, výzkum naopak prokázal horší slovní zásobu dětí sledujících speciální TV programy a videa. Dlouhodobé sledování TV programů může poškodit schopnost dětí učit se, navodit problémy s pozorností a koncentrovaností již v průběhu prvních školních let (soustředit se na učitele nebo domácí úkol). Nemáme žádné vědecké důkazy, že děti ve věku do 30 měsíců se dovedou cokoliv naučit z elektronické obrazovky. V průběhu prvních dvou kritických let se mozek dítěte prudce vyvíjí a jakékoliv rušivé vlivy mohou negativně ovlivnit jeho optimální vývoj. Kreativní, problémy řešící hra je mnohem lepší než ten nejlepší naučné vzdělávací software. V tomto věkovém období se stabilizuje sociální dynamika, pouto, které vzniká, a intimita, ke které dochází mezi matkou a dítětem.

Tato skutečnost zakládá vazbu důvěry a základy pro celé nadcházející období „učení se“. Jestli obětujeme důvěru, pouto a náklonnost kvůli „TV edukaci“, pak nám uniká velké poznání dětského vývoje. Prostor, který je potřebný k přemýšlení, je ohrožen, dítě je pohroužené samo do sebe, mimo sebe. Svobodná a neomezená hra je nezastupitelná pro rozpoznávací, fyzické, sociální i emocionální dobro dětí. Množství času, které 6–8leté děti tráví kreativní hrou, v posledním období dramaticky ubývá. V zahraničí (USA) jsou nezvratné výzkumy, že ve stejném věkovém období u 9–12letých kreativní hra ustoupila o šokujících 94 %. Kreativní hra je základem učení, kreativního myšlení, schopnosti řešit problémy a soucitit s jinými. V počítačových hrách děti napodobují nějakého hrdinu, nerozvíjejí si svou představivost, a hra tak krade vlastní hru. V době, kdy ji děti nejvíce potřebují, aby byly šťastné. V mnohých „novodobých“ hrách je všechno hotové, připravené, není nutné nic skládat, lepit, barvit nebo vystřihovat. Hračky se hrají vlastně samy, baví dítě. Vytváříme tím budoucí generaci superkonzumentů.

Existuje mnoho argumentů, které se snaží zdůvodnit nutnost sledování televize již od útlého věku: dítě, které se nedívá na televizi, je ve škole v nevýhodě oproti jiným dětem, poněvadž ve škole se píše slohové práce vztahující se k nějaké televizní relaci. Negativní vliv médií na rozvoj dětí byl opakovaně vědecky dokumentovaný. U dětí s poruchou koncentrace či bolestmi hlavy bychom měli naši anamnézu rozšířit i o dotaz na délku sledování TV pořadů, hraní elektronických her apod. Rodiče jsou v posledních letech bdělejší než dříve. Jsou kritičtí k výběru potravin a dbají na jejich kvalitu, ma-

minky začínají ve velké míře kojit, snaha o ochranu přírody je samozřejmostí. Je naší povinností informovat rodiče i o nevhodnosti nadměrného sledování televize a všech konsekvencích, které z ní vyplývají (brzdí vývoj řeči, schopnost čtení, schopnost koncentrace, schopnost kreativně hrát si, omezuje pohybovou aktivitu, snižuje socializaci v kolektivu, podílí se na epidemii obezity). Existují nesporná rizika spojená s nadměrným a nevhodným sledováním televize v časném dětském věku. Role pediatriů je ve výchově a usměrňování rodičů nezastupitelná.

Je možné formulovat několik zásadních doporučení:

1. Pediatri by měli vysvětlit rodičům, že sledování TV (a jiných elektronických médií) **děťmi mladšími 2 let má negativní vliv** na rozvoj řeči, na rozvoj fantazie, koncentrace, schopnost hrát si a jiné.
2. Pediatri by měli upozorňovat na škodlivost/zdravotní rizika elektronických médií na svých konferencích prostřednictvím tištěných edukačních materiálů.
3. Pediatri by měli iniciovat diskuzi a edukovat rodiče, učitele, ředitele škol o škodlivosti

předčasného a nadměrného sledování televize.

4. Pediatri by měli upozornit na nevhodnost umístění TV v dětských ložnicích. V dětských nemocnicích bychom měli mezi trvalému vysílání TV (pokoje, čekárny). Pediatri by měli podporovat volnou hru jako zdravou a neodmyslitelnou součást dětství.
5. Rodiče by měli dětem dopřát dostatečný, nevázaný, nezávislý časový prostor pro kreativní hru, která snižuje napětí a v níž se děti realizují. Tato priorita by měla být ze strany rodičů stejně silná jako bezpečnost hrajících si dětí.
6. Pediatri by měli zdůrazňovat, které hračky jsou ty „pravé“ (kostky, panenky) a rozvíjejí představivost.

Literatura

1. Christakis DA. The effect of infant media usage: what do we know and what should we learn? *Acta Paed* 2009; 98: 8–16.
2. Ray M, Jat KR. Effect of electronic media on children. *Indian Ped* 2010; 47: 561–568.
3. Browne KD, Hamilton-Giachritsis C. The influence of violent media and children and adolescents: a public-health approach. *Lancet* 2005; 365: 702–710.

4. Miller I, Krahé B. Exposure to violent video games and aggression in German adolescents: a longitudinal analysis. *Aggr Behav* 2009; 35: 75–89.

5. Mendelsohn A, Berkule SB, Tomopoulos S, et al. Infant television and video exposure associated with limited parent-child verbal interactions in low socioeconomic status households. *Arch pediatr Med* 2008; 162(5): 411–417.

6. Ginsburg KR. The importance of play in promoting healthy child development and maintaining strong parent-child bonds. *Pediatrics* 2007; 119: 182–191.

7. AAP: Council on communications and media. Media violence. *Pediatrics* 2009; 124: 1495–1503.

8. AAP: Committee on public education. Media education. *Pediatrics* 1999; 104: 341–343.

9. Volnému času českých dětí vládnou televize, počítač a zájmové kroužky. www.mediaesearch.cz/2009.

prof. MUDr. Vladimír Mihál, CSc.

Dětská klinika LF UP a FN
Puškinova 5, 775 20 Olomouc
vladimir.mihal@fnol.cz

