

UZALEŻNIENIA

SZKOŁA PODSTAWOWA

Mass media a uzależnienia,
jak chronić dziecko przed
nadmiarem informacji
Spotkanie z rodzicami
uczniów klas 1-3 szkoły
podstawowej

Co charakteryzuje uzależnienia?

Cechą charakterystyczną uzależnień są zachowania o charakterze kompulsywnym, czyli wiążących się z przymusem oraz ze stanem niepokoju.

Jeżeli czegoś nie zrobię, to czuję niepokój i myśli obsesyjnie krążą wokół tego.

Czynnikiem od którego można się uzależnić jest w zasadzie wszystko.

Od czego można się uzależnić?

- od jedzenia – szczególnie słodczy
- picia – kawy, herbaty, alkoholu, napojów energetyzujących
- używek - papierosy, narkotyki
- Internetu – przeglądania stron, poczty
- obecności na portalach społecznościowych
- gier komputerowych
- seriali telewizyjnych
- zakupów
- posiadania kolekcji zabawek, odzieży
- mycia się itp.

Podatność na uzależnienia

W przypadku dzieci mówimy raczej o pewnej podatności na uzależnienia, niż o samych uzależnieniach.

Nie każde zachowanie kompulsywne musi być uzależnieniem – uzależnienie jest ściśle związane z ponoszeniem kosztów w innych dziedzinach.

Kompulsywne zachowania a uzależnienia

Uzależnienie:

Dziecko spędza przed komputerem całe wieczory zamiast spać, przychodzi do szkoły nieprzygotowane i zmęczone, na próbę przerwania reaguje histerią – to jest uzależnienie bo widoczne są koszty.

Kompulsywne zachowanie:

Dziecko musi sprawdzać np. co 30 minut na komputerze np.: czy postać, którą gra – jakiegoś wojownika, nie została w czasie jego nieobecności okradziona itp. W przerwach między przymusem sprawdzania odrabia lekcje – tu jest zachowanie kompulsywne, bo nie ma kosztów.

Podatność na uzależnienia a mass media

Mass media żyją ze sprzedaży swoich produktów, czyli programów, artykułów, filmów, bajek, gier, wiadomości itp., ale też reklam

Celem massmediów jest stworzenie produktów, które będą miały największą oglądalność, bo wtedy zarabiają.

Uzależnienie od produktu jest najprostszą formą zdobycia stałych klientów.

Techniki uzależniające

Opieka nad postacią w grze

Gra odbywa się w czasie rzeczywistym – ciągłe zadania, potrzeba sprawdzania i związane z tym emocje tworzą uzależnienie.

Gracz aby lepiej wyposażyć swojego wojownika kupuje najpierw za zdobyte punkty, a potem już nie wirtualnie, ale faktycznie płacąc SMS-em, wyposażenie swojej wirtualnej postaci.

Techniki uzależniające

Reklama

Wiązanie towaru lub usługi ze świetną zabawą, poczuciem bycia w atrakcyjnej grupie lub bycia osobą nieprzeciętną.

Osoba utożsamiająca się z takim obrazem sięga po reklamowany towar (np. napój), który nie daje obiecywanej satysfakcji, ale za to ma w sobie tyle cukrów prostych, które natychmiast wpływają na poprawę humoru i samopoczucia, że pozornie poprawia nasze spostrzeganie i w efekcie uzależnia.

Naśladownictwo

Pierwsze klasy szkoły podstawowej są okresem, kiedy naśladownictwo i identyfikacja są jeszcze podstawowymi formami uczenia się, szczególnie w obszarze zachowań społeczno-emocjonalnych.

Dziecko może odwzorowywać różne wzory kreowane przez massmedia.

Ponieważ dziecko nie ma w tym czasie jeszcze wykształconego myślenia abstrakcyjnego, dlatego też odwzorowanie często jest bezrefleksyjne.

Przyzwyczajanie

Nie pozwól, aby Twoje dziecko było przygotowywane przez wielkie koncerny przemysłowe do bycia konsumentem dóbr uzależniających.....

Przygotowywaniem do uzależnień są:

- gumy w kształcie papierosa – tworzą się skojarzenia fajne, smaczne, poprawia humor
- bezalkoholowy „alkohol” dla dzieci – czyli na dobrej imprezie musi być alkohol

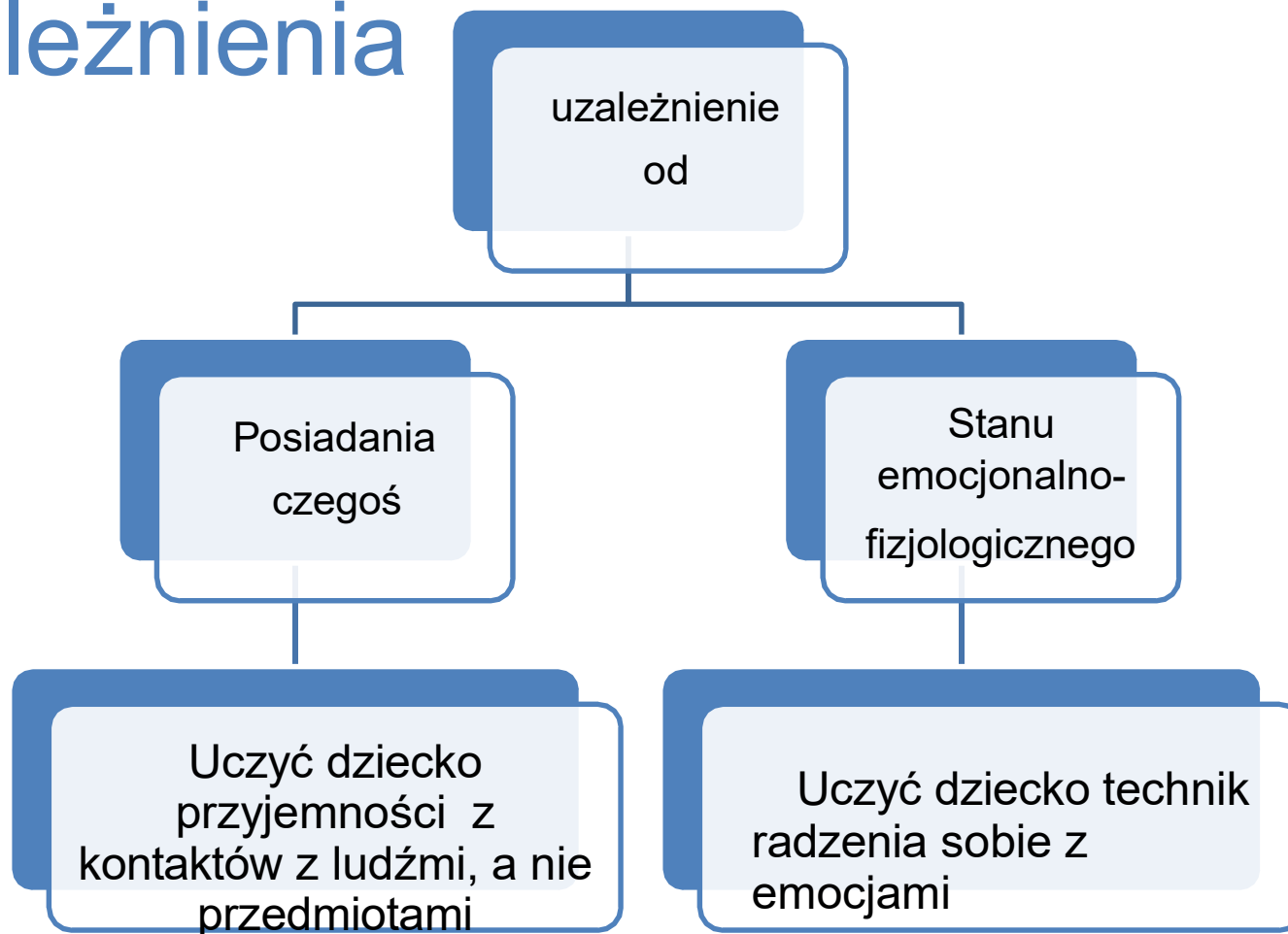
Podatność na uzależnienia wynika z braku umiejętności

Brak
umiejętności
funkcjonowania
w grupie

Brak umiejętności
radzenia sobie z
emocjami i
rozdzielania
emocji u innych

Brak
umiejętności
komunikacyjnych

Co robić aby dziecko było silne i odporne na uzależnienia



Co robić aby dziecko było silne i odporne na uzależnienia

- Nagradzaj swoje dziecko swoim własnym czasem, a nie przedmiotami
- Kupuj zabawki dziecku, po to, aby się nimi razem z innymi bawiło lub się rozwijało, a nie po to, aby je mieć.
- Rozmawiaj z dzieckiem o tym co czuje, pozwól mu przeżywać gniew i frustrację w sposób akceptowany społecznie.
- Kiedy dziecko się nudzi, proponuj mu zabawy, pomoc Tobie i koniecznie rozmowę z Tobą, zamiast bajek.

Dziękujemy