

## Τηλεόραση: Μια

[Ορθοδοξία και Ορθοπραξία / Ο](#)



Από: Άννα Δάλλα

Το 45% όσων απάντησαν σε έρευνα του [imommy.gr](#) δήλωσαν ότι τα παιδιά τους βλέπουν κατά μέσο όρο μία έως τρεις ώρες την ημέρα τηλεόραση. Ποιες είναι όμως οι «οδηγίες χρήσης» που δίνουν οι ειδικοί;

Σύμφωνα με την Αμερικανική Παιδιατρική Εταιρεία, ο χρόνος που αφιερώνουν καθημερινά τα παιδιά σε καθιστικές δραστηριότητες (τηλεόραση, ηλεκτρονικός υπολογιστής) δεν πρέπει να ξεπερνάει τις δύο ώρες (μάλιστα κάποιιοι πιο «σκληροπυρηνικοί» συστήνουν να περιοριστεί στη μία ώρα).

Αυτή η σύσταση έχει να κάνει τόσο με την προσπάθεια αποφυγής της υπερβολικής καθιστικής ζωής (που οδηγεί σε παχυσαρκία και σε άλλα προβλήματα υγείας) και την προσπάθεια να συνειδητοποιήσουν οι γονείς ότι η τηλεόραση δεν μπορεί να αποτελεί το μόνο μέσο ψυχαγωγίας για τα παιδιά τους, επειδή μπορεί να αποβεί επικίνδυνη για τη διαμόρφωση της προσωπικότητας και των συνηθειών τους.

Ωστόσο, λαμβάνει υπόψη και αποτελέσματα ερευνών (από το Κέντρο Έρευνας για Οικογένειες και Παιδιά των ΗΠΑ) που δείχνουν ότι η μέτρια παρακολούθηση τηλεόρασης (επιλεγμένων προγραμμάτων) έχει οφέλη για τα παιδιά σχολικής ηλικίας, καθώς σχετίζεται με καλύτερες σχολικές επιδόσεις συγκριτικά με την υπερβολική ή τη μηδενική παρακολούθηση.

Όσον όμως αφορά τα παιδιά κάτω των 2 ετών, η τηλεόραση απαγορεύεται εντελώς. Σύμφωνα μάλιστα με βρετανούς επιστήμονες, είναι απαραίτητο να μην επιτρέπεται η τηλεθέαση ούτε στα τριχρονα παιδιά. [\(περισσότερα...\)](#)