ការមើលទូទស្សន៍ច្រើនពេកអាចមានផលវិបត្តដល់ការរៀនសូត្រ
TV Hurts Kids' School Performance: Study

សមាជិកក្រុមគ្រួសារជា គំរូមួយដ៏ល្អសំរាប់ក្មេងៗ ប៉ុន្តែទូរទស្សន ក៏ជាឧបករណ៍មួយ សំរាប់ឲ្យក្មេងរៀនសុត្រតាមដែរ។ ទូរទស្សនអាចជួយផ្តល់ពត៌មាន, ការកំសាន្ត, និងបង្រៀនឲ្យយើងចេះដឹង។ ប៉ុន្តែ អ្វីៗដែលទូរទស្សន បញ្ចាំងឲ្យឃើញ ក៏ពុំគួរឲ្យក្មេងរៀនយកដំរាប់តាមទាំងអស់ដែរ។ កម្មវិធីនិងការផ្សាយពាណិជ្ជកម្ម ក្នុងទូរទស្សនខ្លះ អាចបង្ហាញឲ្យឃើញអំពីអំពើឃោឃៅ, ការសេបសុរាឬគ្រឿងញៀន, និងការអះអាភាស ដែលពុំសមស្របទៅតាមអាយុរបស់ក្មេងតូចៗនិងក្មេងជំទង់។ ការសិក្សាមួយ បានបង្ហាញឲ្យដឹងថា ការមើលទូរទស្សន អាចនាំមកនូវចរិកសាហាវឃោឃៅ និងរាងកាយស្មុកស្មាញ ពុំសូវរៀសរវៃ។ ការជ្រាបអំពីឥទ្ធិពលនៃកម្មវិធីក្នុងទូរទស្សនទៅលើក្មេង និងការកំរិតពេលវេលា មើលទូរទស្សន អាចឲ្យលោកអ្នកជួយបុត្រាបុត្រី ចេះមើលកំសាន្តទូរទស្សនដោយមានគុណសម្បត្តិល្អប្រសើរផង។

ការស្រាវជ្រាវពីរ ក្នុងសហរដ្ឋអាមេរិក ក្នុងពេលថ្មីៗបានឲ្យដឹងថា ការចំណាយពេលច្រើនពេកនៅមុខទូរទស្សនអាចទាញការសិក្សារៀនសូត្ររបស់ក្មេងៗ ឲ្យចុះអន់ថយ ហើយងាយជួយឲ្យក្មេងកាន់តែមានទំលាប់ទទួលទានចំណីអាហារ ខុសរបៀប ដែលជាហេតុបណ្តាលឡើងទម្ងន់ធាត់ហួសកំរិត។

ការស្រាវជ្រាវទីមួយបានរកឃើញថា ការមើលទស្សនច្រើនពេកនៅថ្ងៃរៀន គឺពីថ្ងៃច័ន្ទដល់ថ្ងៃសុក្រ នាំឲ្យចំណេះវិជ្ជាចុះថយ ជាពិសេស ចំពោះក្មេងដែលមានឪពុកម្តាយរវលពេក ពុំសូវមានពេលយកចិត្តទុកដាក់ ដាក់កំរិតវិន័យឲ្យកូនក្នុងការមើលរឿង និងកម្មវិធីផ្សេងៗក្នុងទូរទស្សន។

វេជ្ជបណ្ឌិត Iman Sharif ដែលជាសាស្ត្រាចារ្យជំនួយនៃមហាវិទ្យាល័យពេទ្យ Albert Einstein និងមន្ទីរពេទ្យ Children's Hospital of Montefiore នៅទីក្រុងនូវយ៉កបានមានប្រសាសន៍ថា អ្នកស្រីបានរកឃើញអំពីទំនាក់ទំនងរវាងការចំណាយពេលមើលទូរទស្សនយូរពេកនៅថ្ងៃរៀននឹងការចុះថយគុណភាពនៃការរៀនសូត្រ។ ហើយជាពិសេសវាអាចមានគុណវិបត្តខ្លាំងថែមទៀតចំពោះ ក្មេងដែលមើលកុន Rated R សំរាប់តែមនុស្សមានអាយុ 18 ឆ្នាំ ឡើងលើ ឬកម្មវិធីដទៃទៀតទាំងអសឲ្យតែក្មេងចង់មើល។

ឯការស្រាវជ្រាវទីពីរគឺសំរាប់ប្រមាណមើលគំរិតនិងប្រភេទនៃការផ្សាយលក់ម្ហូបចំណីសំរាប់ក្មេងដែលរៀននៅសាលាមតេយ្យដ្ឋាន។ គេបានរកឃើញថា ការផ្សាយទាំងនេះ ភាគច្រើន គឺដើម្បីឲ្យក្មេងដក់អារម្មណ៍ ទៅលើម្ហូបប្រភេទណាមួយ។

អ្នកស្រី Susan Connor ដែលជាអ្នកសិក្សាស្រាវជ្រាវ នៅមន្ទីរពេទ្យកុមា Rainbow Babies និង Children Hospital នៅទីក្រុង Cleveland មានប្រសាសន៍ថា ការផ្សាយលក់ម្ហូបដែលសំរាប់ឲ្យក្មេងមើលនេះ ហាក់ដូចជាផ្ចង់អារម្មណ៍ទៅលើអ្នកដែលអាចទិញ ចំណីអាហារទាំងនោះ ឲ្យបានយូរអង្វែង។ ការផ្សាយទាំងនេះ ចុះផ្សាយនៅក្នុងសាពត៌មាន ពេទ្យកុមារ Pediatrics នៅក្នុងខែ តុលា ឆ្នាំ 2006 នេះ។

យោលទៅតាម បណ្ឌិតសភាអាមេរិកាំងផ្នែកពេទ្យកុមារ ហៅថា American Academy of Pediatrics (AAP) បានឲ្យដឹងថា ក្មេងៗចំណាយពេល អង្គុយមុខទូរទស្សនមើលរឿងផ្សេងៗ ជាមធ្យមចំនួនប្រហែល 4 ម៉ោង ក្នុងមួយថ្ងៃៗ។ រយៈពេលនេះ គឺមើលយូរ ច្រើនជាងរយៈពេល ដែលបណ្ឌិតសភាបានផ្តល់យោបល់ឲ្យមើល គឺមិនឲ្យលើសពីរយៈពេល 2 ម៉ោងក្នុងមួយថ្ងៃៗ គឺរួមទាំងការលេង Game និងការប្រើកុម្ប្យូទ័រទាក់ទងជាមួយមិត្រភ័ក្ត on Line ផងដែរ។

សាស្ត្រាចារ្យ Iman Sharif បន្តរទៀត ការសិក្សាឯទៀតពីមុនៗ បានរកឃើញអំពីទំនាក់ទំនងនៃការមើលទូរទស្សន ទៅនិងការឡើងទម្ងន់ធំធាត់ខុសធម្មតា, ការមានចរិកឃោឃៅ និងឥរិយាបថដែលនាំមកនូវគ្រោះថ្នាក់ផ្សេងៗ។ ប៉ុន្តែ ការសិក្សាទាំងនោះ បានផ្ចង់អារម្មណ៍ ទៅលើតែក្មេងតូចៗប៉ុណ្ណោះ។ ការសិក្សារបស់ក្រុមអ្នកស្រី គឺផ្ចង់អារម្មណ៍ទៅលើក្មេងដែលធំរៀននៅសាលា Middle School គឺក្មេងពីអាយុពី 11ឆ្នាំ ទៅ 13 ឆ្នាំ។

សាស្ត្រាចារ្យ Iman Sharif សរុបសេចក្តីថា ចំណុចសំខាន់បំផុតសំរាប់មាតាបិតា គឺជ្រាបអំពីពេលវេលាដែលកូនចំណាយពេលនៅមុខទូរទស្សន និងកម្មវិធីផ្សេងៗដែលកូនមើល។ អ្នកស្រី ផ្តល់យោបល់ថា ក្មេងៗពុំគួរចំណាយពេលឲ្យលើសពី 2 ម៉ោងក្នុងមួយថ្ងៃៗ សំរាប់មើលទូរទស្សននេឡើយ ហើយវាកាន់តែប្រសើរទៀត ប្រសិនបើ មាតាបិតាក៏រិតឲ្យកូនមើលតិចជាងមួយម៉ោងក្នុងមួយថ្ងៃ។ គឺពេលនោះហើយ ដែលមាតាបិតា អាចសង្កេតឃើញការចំរើនលូតលាស់រៀនសូត្រ របស់ក្មេងប្លែកមែនទែន។

ចំពោះពត៌មានបន្ថែម ស្ដីអំពីការអប់រំកូនទាក់ទងទៅនឹងការមើលទូរទស្សន សូមអានវិបសៃរបស់ សភាបណ្ឌិតអាមេរិកាំងផ្នែកពេទ្យកុមារ American Academy of Pediatrics www.aap.org/family/tv1 ។

អត្ថបទនេះ ដកស្រង់និងបកប្រែចេញពី Healthfinder ដែលជាកម្មវិធីនៃក្រសួងសុខភាពនិងមនុស្សធម៌នៃសហរដ្ឋ អាមេរិក (Department of Health and Human Services) ដោយ មណ្ឌលមេត្តាសុខភាព នៃមណ្ឌលសុខភាព សហគមន៍ក្រុងឡូវែល។

http://www.healthfinder.gov/news/newsstory.asp?DocID=535259