Современный ритм жизни с непрерывным потоком информации предъявляет высокие требования к организму человека, в особенности к его нервной системе и органам чувств. Современные дети очень много общаются с телевидением, видео, компьютером. Если предыдущее поколение было поколением книг, то современное получает информацию через видео ряд.

Деструктивное влияние СМИ на психическое здоровье населения вызывает тревогу и озабоченность медицинской общественности и широких кругов общества.

Современный человек много времени проводит за различными мониторами: дисплеями компьютеров, телевизоров, смартфонов, планшетов и электронных книг. Все эти устройства воспроизводят большой объем зрительной информации, которую должен воспринимать человек. Кровавые сюжеты из детективов, телерепортажей, кино помимо того, что зачастую рождены агрессией, сами порождают ее. Этот круговорот, по мнению социальных психологов, уже приводит к бедам. Чтобы мы могли выжить, нашаинформационная устойчивость должна повышаться.

Интернет – это свобода, но слишком много свободы для безусых юнцов – это не очень-то хорошо. Надо ли контролировать Интернет? Бесспорно, компьютер развивает множество интеллектуальных навыков. Но нельзя забывать о золотой середине, о норме. Как и любые занятия, компьютерные игры требуют времени, правильного применения, терпения и заботы со стороны взрослых.

Нежелательный для просмотра детям контент, вызывает в них отрицательные эмоции. Отрицательные эмоции в результате их накопления могут приводить к подрыву психического здоровья, повышению уровня тревожности, нарушениям сна, развитию невротических расстройств.  Родители и другие взрослые должны быть ответственны за любые онлайн сеансы детей – только они могут защитить их от потока неподобающей информации несоответствующего содержания.