

Телевидение и дети



О влиянии телевидения на развитие ребенка, его психику уже написано множество статей и даже книг, регулярно проводятся семинары для родительской аудитории в центрах, образовательных учреждениях, что порой начинаешь сомневаться – действительно ли проблема до сих пор требует повышенного внимания? Но общение со

знакомыми на детской площадке, а также примеры из собственной психологической практики заставляют снова возвращаться к обсуждению данной темы. Кому не знаком отвлекающий прием: дитя не хочет кушать, и мама включает телевизор, чтобы протолкнуть очередную ложку с едой в открытый от удивления ротик? Или другой пример: малыш излишне подвижен и разговорчив, у родителей иссякли предложения по проведению досуга, и, чтобы высвободить хотя бы часик для неотложных домашних дел, усаживают чадо перед телевизором. Однако для того, чтобы родители приняли сознательное решение – будут ли их дети смотреть телевизор и в каких случаях – необходимо познакомить их с современными результатами физиологических и психологических исследований. Для этого обратимся к книге Райнера Пацлафа «Застывший взгляд. Физиологическое воздействие телевидения на развитие детей». Первый аргумент, который высказывается автором в пользу негативного воздействия ТВ на жизнедеятельность человека, состоит в том, что просмотр телевизионной передачи блокирует активность, прежде всего, глаз. Так, при естественном акте зрения (рассмотрении картины, чтении книги, наблюдении за окружающими объектами), наши глаза постоянно двигаются за счет сокращения и расслабления мышц, удерживающих глазное яблоко. Однако, изображение на тв-экране весьма специфично. Как известно, экранная сетка поделена на строчки и квадраты/сегменты. Светящаяся точка мгновенно обходит все заданные координаты, и хаотичные движения наших глаз бессильны зафиксировать ее на экране. Глаза телезрителя оказываются в очень сложной ситуации: «куда бы они ни направлялись, целая картина от них всегда ускользает. Тут мы имеем дело со странным явлением — постоянно светящиеся точки раstra, которые взгляд тщетно ищет на экране, появляются на сетчатке, но при этом собственная активность глаз в значительной степени отключена. Сюда добавляется и полное замирание аккомодационных движений, т. е. вращений глазного яблока, направленных на приспособление к смене расстояний до объектов, как происходит, к примеру, в театре, когда нужно четко видеть находящихся на разных расстояниях от зрителя актеров и кулисы. При телепросмотре же расстояние до экрана остается неизменным, и потому глаза, приспособившись к нему один раз, уже не делают аккомодационных

движений, пока взгляд направлен на экран». Отсюда и возникающий эффект «застывшего взгляда». Однако физиологическое воздействие телевидения не исчерпывается блокировкой активности глаз. Сдерживающее воздействие оказывается и на движения. Телезритель впадает в гипнотическое состояние между сном и бодрствованием. Расход энергии при телепросмотре является меньшим, чем при полной бездеятельности. А если учесть тот факт, что телезрители любят еще и чем-нибудь перекусить - распространение проблемы ожирения весьма оправдано. Все это говорит об отсутствии личностной активности самого человека, угнетении его волевых действий. Действительно, ведь не зритель выбирает – как ему смотреть и на что (какой объект предлагаемого изображения), а режиссер, управляемая извне камера выхватывает образы, ракурсы, перспективу. Человек же становится пассивным потребителем предлагаемого ему содержания, впадая в состояние «сна наяву». На сегодняшний день все чаще можно слышать опасения ученых относительно того, что СМИ становятся способом манипулирования массовым сознанием. И эти опасения не беспочвенны. ТВ-технология такова, что введению человека в трансовое состояние должно противопоставляться нечто, что будет пробуждать его внимание, «встряхивать» его. Отсюда и резкие смены кадров, обстановки, ракурсов, перепады громкости звука во время перехода от художественного фильма к рекламному блоку. Эта мощная бомбардировка сознания не дает человеку паузы для осмысления (настройки, подготовки, предвосхищения), которая всегда существует в естественных условиях деятельности и общения. Кроме того, при подобных эффектных «втрясках» в организме человека происходит регулярное выделение гормона кортизола (гормон надпочечников), который предназначен для угрожающих ситуаций в естественной жизнедеятельности человека. Но, поскольку никакой двигательной разрядки не происходит, (телезритель продолжает оставаться у экрана телевизора), то постепенное накопление данного вещества ведет к возникновению токсического эффекта. Человек находится в состоянии постоянного подпорогового (несознательного) стресса. Поэтому «телемания» должна рассматриваться в одном ряду с маниями другого рода (наркотики, алкоголь и др.), так как и в этом случае мы имеем дело с психической и органической зависимостью человека. Второй аргумент в пользу негативного воздействия ТВ на жизнедеятельность человека заключается в том, что познавательный эффект от телевизионных просмотров весьма низок, а эмоциональная сфера субъекта испытывает серьезные нагрузки. Обратимся к книге Райнера Пацлафа: «По прошествии трех недель обнаружилось, что знания, полученные через телевидение и радио, были забыты..., а вот вызванные масс-медиа эмоциональные переживания остались в первозданном виде». Можно предположить, каков будет эффект от просмотра фильма ужасов (или даже отдельных сцен, показанных в анонсе и случайно подсмотренных малышом) у ребенка дошкольного возраста (и не только у ребенка). Эмоциональные образы могут всплывать еще долго после этого события с поразительной яркостью и живостью, а родители подчас недоумевают – откуда взялся этот непонятный страх? Контрастные, эмоциональные рекламы детских товаров и игрушек порождают непреодолимое желание у

малышей купить, приобрести эти объекты – они словно становятся частью образа жизни карапузов - с какой легкостью дети выдают рекламные слоганы и песенки (чего не заметишь при заучивании стихотворений, например).

Потенциальная угроза телевизионного воздействия на психику человека, и, в частности, ребенка заключается в блокировке познавательной активности субъекта. Как отмечает Райнер Пацлаф, «этот носитель информации, в отличие от газеты или телефона, используется главным образом не для передачи объективной информации, а для развлечения, сулящего оттеснить чувства скуки, внутренней пустоты и одиночества и потому отвоевывающего себе все больше места в повседневной жизни. Телевидение с его ток-шоу, новостями и спортивными репортажами, мыльными операми и боевиками превратилось для современного человека в рассказчика-балагура и клоуна. Но оно же превратилось и в культовое средоточие жизни, задающее ритм дня, предоставляющее шаблоны для практической жизни...». Яркие, личностно окрашенные, осознанные и переработанные впечатления от реальной жизни заменяются полуфабрикатами массового потребления. Для ребенка телевизор опасен еще и тем, что экранные образы начинают доминировать над работой собственного творческого воображения. Проиллюстрирую данный посыл сценкой из собственной практики. В группе детей провожу упражнение «Походка» - необходимо пройти по кругу индивидуальной походкой, т.е. так, чтобы не было похоже на движения остальных. Мальчик 4-5 лет прошел, выставив указательный палец и мизинец, резко поднимая-опуская их по ходу движения. «А что ты изображал руками?», - интересуюсь я, - «может быть, подбрасывал мячик?» «Нет, это так ходит Человек-Паук, он выбрасывает паутину...» и далее последовало подробное изложение того, кто это такой, с кем он воюет и что делает, с перечислением специфических имен и приспособлений. Образ Человека-Паука преследовал нашу группу еще несколько встреч... Кроме всего прочего, притягательность телевидения заключается в ярких, динамичных образах. Но как раз они мешают усвоению логической, смысловой информации, причинно-следственных связей. Этот посыл вдвое верен для детей – ведь, просматривая передачу или мультфильм, далеко не всегда дошкольники, а часто и школьники отдают себе отчет, о чем тот или иной сюжет.

Мама 3-летнего сынишки искренне бушевала, когда после месячного ежедневного просмотра мультфильма «Мадагаскар» он не смог воспроизвести имен любимых героев (!!!). Это послужило необходимым сигналом для того, чтобы взрослый задумался над необходимостью обсуждения увиденного с малышом. А ведь гораздо важнее мудреных имен понять, о чем эта история, каковы взаимоотношения героев. И, конечно, необходимо, чтобы предлагаемое содержание было по силам вашему малышу. На мой взгляд, современные зарубежные и отечественные мультфильмы (типа «Ледниковый период», «Мадагаскар», «Алеша Попович и Тугарин-Змей» и др.) скорее рассчитаны на взрослую аудиторию, чем на детскую. Своеобразный (прямолинейный) юмор, сленг и взаимоотношения, взятые прямо из жизни (чернушной ее стороны) – не лучший пример для подражания и повод для совместного анализа с малышом... В моей

семье мы долго искали те [мультфильмы](#), с которых стоит начинать знакомство нашей дочери с этим жанром (мы используем для этого компьютер). В 2 года она игнорировала любые экранные рисованные изображения. И мы пришли к общему решению – начать показ с советских кукольных мультфильмов. Это были «Ушастик», «Козленок, который считал до десяти», «Как ослик счастье искал», «Кто сказал Мяу?», «Домовенок Кузя», «Лошарик». «Ушастик» прошел на ура – ведь в нем предлагаются простые, знакомые малышам истории (как познакомиться, как играть вместе), озвученные короткими, доходчивыми предложениями-рассуждениями. И все звери удивительно трогательные и притягательные. Из современных мультфильмов хочется порекомендовать обучающую серию "[Уроки тетушки Совы](#)", где добрая и мудрая учительница лесной школы рассказывает детям о временах года, о Чудесах света, проводит утреннюю гимнастику и даже обучает иностранным языкам. Полезным будет и знакомство с мультяшной энциклопедией "[Большое приключение](#)". А вот «Том и Джерри» так и остается лежать на полке (думаю, до младшего школьного возраста). Конечно, малыш может увидеть серию на тв-экране, будучи в гостях, в местах массового отдыха. Но обратите внимание, как реагирует ребенок на подобные сюжеты. Моя дочь начинает переживать, кукситься, спрашивать, что происходит, почему кота ударили и как же он теперь будет... Постепенно привыкая к подобным мультипликационным оборотам, утешаясь уговорами взрослых («Да все хорошо. Смотри: он встал и побежал дальше!»), ребенок формирует совершенно неадекватное представление о ценности жизни как таковой, о степени агрессии, у него притупляется восприимчивость к сценам насилия. А в школьном возрасте (хотя, как было видно из вышеприведенных примеров, у многих и гораздо раньше) подросткам предлагают уже полнометражные ленты с реалистическими сюжетами террора или сериалы с бесконечно повторяющимся сюжетом – одиночка или горстка героев противостоят бесчисленной армии тьмы. И единственное средство борьбы со злом – физическое уничтожение. Как правило, дети подражают образу жизни родителей. И если последние сами являются заложниками телеэкрана, телевизор присутствует в их жизни в «фоновом» режиме, то начинать необходимо прежде всего со взрослых! Рекомендую обратиться к книге Райнера Пацлафа, в ней можно найти несколько практических советов, как освободиться от тв-зависимости. Также о правильном подборе телепередач и предотвращении телезависимости у детей читайте в книге "Медиадиета для детей". Необходимо организовывать сюжетно-ролевые (совместные и самостоятельные) игры, читать [книги](#) и беседовать о прочитанном, совершать экскурсии в музеи и на выставки, поддерживать познавательную активность ребенка, предлагая различные виды деятельности ([рисование](#), [лепка](#), [аппликация](#), [вышивка](#), [плетение](#), музицирование, [театрализация](#)), спорта. Все это в совокупности позволит грамотно построить досуг ребенка, развить в нем творческий потенциал и снизить негативное влияние современного телевидения.