

Застывший взгляд. Влияние телевидения и интернета на развитие ребенка

Хромова И.П.
педагог-психолог МБДОУ «Детский сад № 40 «Русалочка»
г. Тамбов



Всего 20 лет назад дети целыми днями играли на улице, катались на велосипедах, занимались спортом и строили крепости. Мастера воображаемых игр, дети прошлого создали свою собственную форму игры, которая не требовала дорогостоящего оборудования или родительского присмотра. Дети прошлого двигались... много, и их чувственный мир был основан на природе и прост.

В прошлом семейное время часто проводилось за домашними делами. Обеденный стол был центральным местом, где семьи собирались вместе, чтобы поесть и поговорить о своем дне, а между приемами пищи стол был центром выпечки, ремесел и домашних заданий.

Сегодняшние семьи отличаются. Влияние технологий на семью 21-го века разрушает ее саму основу и вызывает распад основных ценностей, которые раньше держали семьи вместе. Жонглируя работой, домом и общественной жизнью, родители теперь в значительной степени полагаются на коммуникационные, информационные и транспортные технологии, чтобы сделать свою жизнь быстрее и эффективнее. Технологии развлечений (телевидение, интернет, видеоигры, айподы) развивались настолько стремительно, что семьи едва ли замечали значительное влияние и изменения в их семейной структуре и образе жизни [3].

«Педагог – это человек, который держит в своих руках завтрашний день, будущее страны»
Почепцов Г.

«Но все настойчивее вмешивается во все сферы нашей жизни телевидение, которое в дома и души входит без стука ...»
Сапнак В.

Взаимосвязь развития детей младшего возраста и телевидения начинается в начале жизни, что делает воздействие телевидения одним из наиболее устойчивых и последовательным опытом детства, и, возможно, одним из самых мощных»
Роан К.



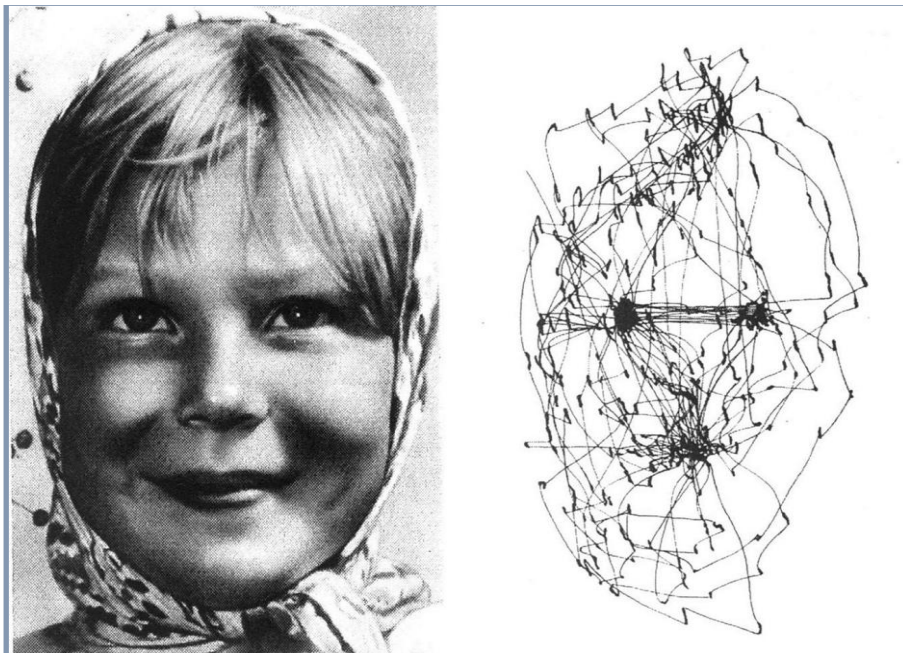
Влияние телевидения и интернета на физиологическое развитие ребенка [4]

- Снижение активности глаз
- Снижение обмена веществ
- Альфа состояние, оцепенение тела
- Двигательный застой
- Сильные эмоциональные переживания

Зрение - процесс в высшей степени активный [4, 3, 5]

Зрение — процесс отнюдь не пассивный и глаза не просто воспринимают то, что в виде световых раздражений предоставляет им внешний мир. Образам действительности приходится подвергаться «обработке» в ходе сложных движений зрительной мускулатуры — и лишь после этого они осознаются.

И все же нам удастся получить ясную, четкую картину благодаря тому, что глазные мускулы по очереди фокусируют глаза на различных фрагментах целого. И так продолжается, пока этими отдельными фиксациями глаза не просканируют достаточное для получения четкой общей картины объекта число участков.



Слева - фотография, рассматриваемая в течение нескольких секунд.

Справа - схема движения взгляда по ней: скачки от одного пункта фиксации к другому прочерчены линиями.

И только когда произошли все эти бесчисленные сканирующие движения глаз, человек «видит» то, на что смотрит. Картина, которую он теперь осознает, столь же устойчива и неподвижна, как только что законченная художником картина на мольберте. Но художнику, прежде чем возникла вся картина, пришлось сделать руками тысячи движений: и точно так же в беспрестанном движении были глаза зрителя, пока он по видимости «одним взглядом» не охватил весь образ вполне ясно и четко. То, что он при этом увидел, — отнюдь не фотография объекта, а образ, активно созданный им самим.

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.

Телевзгляд [4]

Что же происходит, когда сканирующие усилия нигде не находят опоры, а растровая картинка и без них возникает на сетчатке? Столь оживленная в других случаях деятельность глаз становится ненужной и почти целиком сменяется пассивностью. Взгляд цепенеет, превращаясь во всем знакомый «телевзгляд».

В 1979 г. американская группа экспериментаторов исследовала число саккад (скачкообразных движений глазных мускулов) при телепросмотре, констатируя заметное снижение активности глаз: в ходе 15-минутного просмотра (показывали голливудское шоу) у всех испытуемых за промежуток в 20 секунд имели место лишь от 5 до 7 саккад. Если сравнить это число с 2—5 саккадами в секунду при свободном разглядывании природной среды (что для 20 секунд дало бы частоту в 40—100 саккад), то снижение составит в среднем 90%.

Другое свидетельство существенного снижения активности глаз при телепросмотре — диаметр зрачков, который толкуется исследователями как показатель степени активности мозга («кортикальной активации», стимуляции деятельности коры головного мозга) и соответственно как индикатор бодрствующего сознания. В 1980 г. при показе одного и того же фильма с одними и теми же размером и яркостью изображения было обнаружено «заметное сокращение диаметра зрачков» в том случае, когда фильм демонстрировался не на кино, а на телеэкране.

Впрочем, телевидение уже и внешними факторами вызывает снижение естественной деятельности органов чувств вдвое: во-первых, оно приводит к полной остановке аккомодации глаз, поскольку выбранное зрителем расстояние от экрана во время просмотра, как правило, не меняется. Во-вторых, оно надолго ограничивает поле зрения крошечным участком. Ведь при нормальном осмотре окружающего пространства человеческие глаза по горизонтали охватывают угол в 200 градусов и могут свободно двигаться в этих пределах. А если с обычного расстояния смотреть на телеэкран средних размеров (12 x 16 дюймов), то поле зрения оказывается суженным до 6—7 градусов, т. е. сокращается на 97%¹⁵. Даже при чтении книги глаз получает в пять раз большее поле зрения. А в пределах 6—7 градусов глаза не имеют возможности совершать свободные движения.



Исследование числа саккад при телепросмотре

Исследование числа саккад при разглядывании природной среды

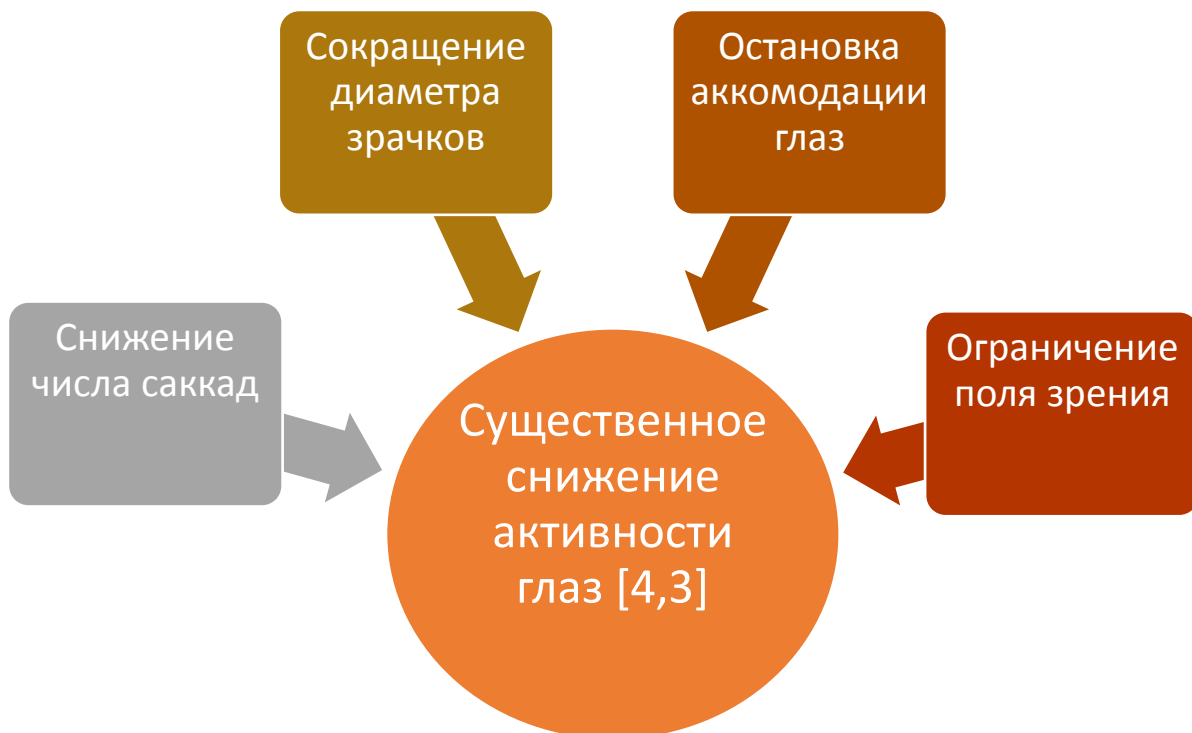
5-7 саккад
в течение
20 секунд

2-5 саккад в
течение 1
секунды

Снижение активности глаз составляет в среднем 90%

Таким образом, существенное снижение активности глаз происходит благодаря:

- снижению числа саккад
- сокращению диаметра зрачков
- остановке аккомодации глаз
- ограничению поля зрения



Но если активность глаз сводится на нет, то их оцепенение передается и всему телу, и даже самые непоседливые детишки часами сидят перед телевизором неподвижно. Врачи называют такое двигательным застоем — но это сильно преуменьшающая опасность формулировка, заставляющая задуматься, в чем тут дело — просто ли в бездумности или в сознательном введении в заблуждение.

Расход энергии меньше, чем при безделье [3, 4]

После того как в США достоянием общественности стал факт, что распространяющееся подобно эпидемии ожирение детей и подростков напрямую зависит от количества проведенных у телевизора часов, американские исследователи в 1992 г. впервые задались вопросом, как, собственно, телевидение воздействует на обмен веществ в организме телезрителя.



У всех детей во время телепросмотра зафиксировано снижение основного обмена веществ в сравнении со значением начального измерения в среднем на 14 %



За проведенный у телевизора вечер в зрителе сжигается гораздо меньше калорий, чем при абсолютном безделье. Часто, сидя перед экраном, он еще и съедает что-нибудь вкусное и сладкое, насыщенное калориями.

Но если активность глаз сводится на нет, то их оцепенение передается и всему телу, и даже самые непоседливые детишки часами сидят перед телевизором неподвижно. Врачи называют такое двигательным застоем — но это сильно преуменьшающая опасность формулировка, заставляющая задуматься, в чем тут дело — просто ли в бездумности или в сознательном введении в заблуждение [3, 4].

Активность глаз
сводится на нет

Оцепенение
передается
всему телу

Двигательный
застой [3,4]



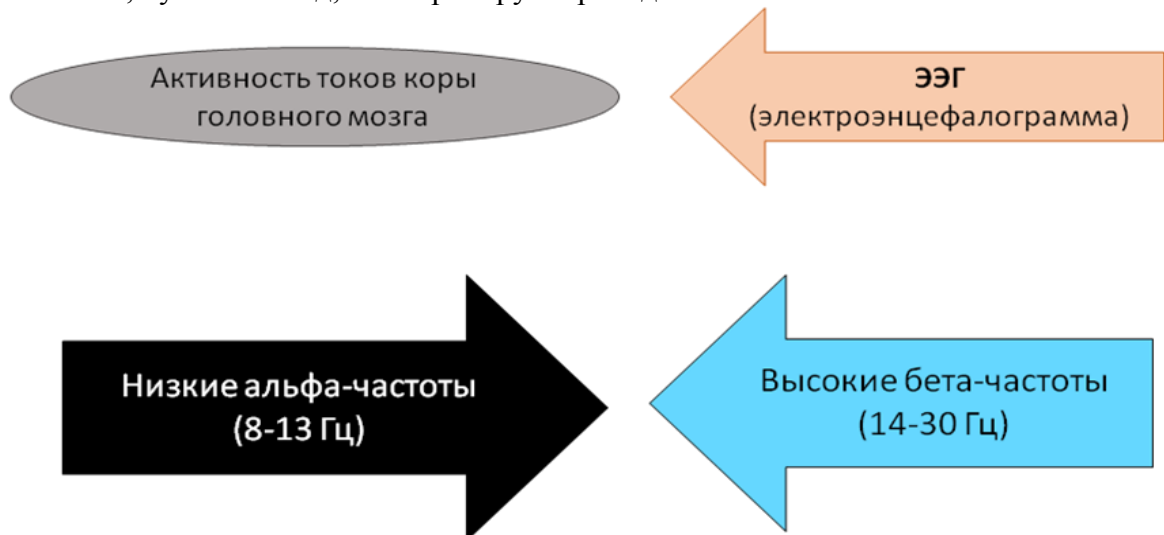
Альфа-состояние [4]

Парализующее глаза воздействие телевизора выражается в измеримом изменении активности токов коры головного мозга. Инструментом их измерения стала уже давно известная электроэнцефалограмма (ЭЭГ), а, в общих чертах уже было известно и то, что различные ритмы колебаний мозговой активности, фиксируемые ЭЭГ, соответствуют различным состояниям ясности сознания.

Преобладание альфа-частот исследователи единодушно расценивают как признак снижения визуального внимания. Альфа-частоты, как оказалось, вовсе не обязательно связаны с пассивностью — они могут возбуждаться и активно, скажем, в состоянии медитации. Поэтому не удивительно, что в определенных ситуациях усиление альфа-частот наступает даже при открытых глазах. Такое бывает, к примеру, когда человек предается мечтам и «спит с открытыми глазами». Тут глаза, правда, глядят, как если бы они что-то замечали, но взгляд «отсутствует», в нем нет признаков активности, потому что все внимание обращено вовнутрь, на субъективные картины и мысли. Такое состояние близко к трансу. Но если стремление смотреть покидает глаза, потому что человек хочет, скажем, отдохнуть или его сознание полностью занято субъективной деятельностью, то глаза, лишённые руководства, принимаются блуждать, а взгляд становится оцепеневшим и стеклянным.

Именно в этом положении глаза оказываются перед телевизором: изображения, как мы видели, возникают тут в целостном виде не на экране, где их ищет взгляд, а в самом зрителе, на сетчатке его глаз. Таким-то образом складывается парадоксальная ситуация: взгляд постоянно должен оставаться фиксированным вовне, на экране, а в то же время двигательная активность глаз уже не управляется волевым усилием, поскольку настоящего изображения вовне им не найти.

Эти изображения не генерируются собственной активностью человека, как при медитации. И все-таки они столь же живые, как если бы добывались собственным волевым усилием при нормальном чувственном восприятии. Полностью бодрствуя, человек тем не менее находится под чарами потока образов, текущего на сетчатку через безвольный, пустой взгляд, как через трубопровод.



При гипнозе ЭЭГ обнаруживает совершенно те же симптомы, что и при телепросмотре

Эмоции, записанные на жестком диске [4]



Интересен эффект, обнаруженный и подтвержденный Гертой Штурм в ходе множества крупных лабораторных экспериментов. Результаты оказались неожиданными для всех участников. Штурм сообщает: «По прошествии трех недель обнаружилось, что знания, полученные через телевидение и радио, были забыты в соответствии с уже давно известными кривыми забывания (скорость забывания со временем замедляется), а вот вызванные масс-медиа эмоциональные переживания остались в первозданном виде. В эмоциональных

переживаниях не обнаружено никаких изменений, никаких коррекций; эмоции реципиентов, возникшие у них в ходе первой передачи, не подверглись забыванию.

«Телевидение как масс-медиа вызывает эмоциональные переживания, в силу своей устойчивости равнозначные эмоциональным привязанностям». Такой вывод подтверждается экспериментом Маттенклота (1991), показавшим эмоциональную управляемость телезрителя, и выясняется весьма тревожная ситуация: экран не только ведет взгляд, словно марионетку, но и направляет эмоции в совершенно определенные стороны, где они намертво застывают с прямо-таки принудительной силой. Оцепенение тела продолжается в оцепенении и соответственно консервации души.



Эпоха телевидения и цифровой информации [4, 1, 2, 3]

Сегодня телевидение с большим отрывом лидирует среди способов проведения досуга — как у подростков, так и у взрослых. Одну из важнейших причин этого явления (наряду с растущим голодом по изображениям) надо, конечно, видеть в том факте, что 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, расширяющее ограниченный кругозор, связывающее индивида с человечеством и внушающее даже беднейшим из бедных ощущение личного участия в ходе общей жизни. Поэтому американский исследователь масс-медиа Джордж Гербнер сравнил роль телевидения с ролью церкви в средние века.

Чем больше телевидения, тем меньше знания [4,5,6,7].

Ловушка для времени: стресс вместо свободного времени

Какой медиапотребитель не пришел уже на своем опыте к выводу, что мнимое наслаждение в конце концов оборачивается непреднамеренным способом *убить, растратить время*? Опашовски сообщает: «Интенсивное использование мультимедийных средств в формировании личного досуга не дает никакой экономии времени, а, напротив, действует, скорее, как ловушка для времени. Взаимодействие с мультимедиа расхищает временные ресурсы их потребителя. Последствия этого — стресс и хронический цейтнот».

Немаловажный мотив такого поведения — страх упустить что-нибудь важное: «Подрастает целое поколение вскормленных дешевой пищей масс-медиа детей. Уже сегодня каждый второй человек по привычке читает во время еды. А при включенном телевизоре читают и едят, гладят и чинят, развлекаются, говорят по телефону с друзьями или играют с детьми и кошками. Всё хочется увидеть, всё хочется услышать, всё испытать, а главное — не упустить ничего в жизни»



Социальные дистанции растут [4]

Да и различия между социальными слоями отнюдь не сглаживаются телевидением. «Население с низким уровнем образования предпочитает телевидение, с более высоким — газету, журнал, книгу», — гласит итог долголетних исследований. А вот и другой итог: заядлые читатели гораздо лучше разбираются в масс-медиа, чем заядлые телезрители, а значит, много лучше умеют использовать телевидение. Потому-то «пропасть в знаниях» между богатыми и бедными, как выражаются авторы исследования, грозит неуклонным расширением. При этом важно, по словам Элизабет Нелле-Нойман, что «речь идет вовсе не только о знаниях — речь идет и о воображении, памяти, интуиции, фантазии, а ведь только они и есть, думается, подлинное богатство».

Заядлые медиапотребители все хуже успевают в школе [1,4,5,6]

Во всех сферах (кроме спорта) знаний у человека тем меньше, чем больше он смотрит телевизор или интернет. Значит, о том, что телевидение или интернет-телевидение способствует образованию, не может быть и речи.

Разумеется, этой оценке прямо противоположна самооценка завязанного телезрителя: вопреки всем научным результатам он упрямо остается при мнении, будто лично он «понял все», что передавали, да и вообще, «понимает то, что показывают по телевизору, легче всего». В этой связи Герта Штурм приводит **результаты следующего эксперимента**: 100 подростков и взрослых просмотрели передачу на тему «бережливость». «Передача была весьма трудная: речь шла о значении бережливости для всей экономики, а также о международной интеграции. Авторы очень гордились передачей, особенно, как они думали, по причине ее доходчивости. (...) Результат: все испытуемые сказали, что поняли передачу. Но при детальной проверке обнаружилось, что подавляющее большинство не поняло ничего; и именно претензии авторов прояснить международные взаимосвязи оказались зрителям явно не по плечу».

Штурм констатировала, что все они двигались по цепочке отдельных конкретных образов, от одного к другому, но совсем не обращали внимания на сопровождающий текст. Действовали по принципу наименьших затрат: цепочка образов уже сама по себе внушает ощущение, будто все «понятно», — так зачем еще тратить силы на усвоение слов, по большей части абстрактных! Эта форма поведения — воспринимать только образный ряд, а текстовой в той или иной степени игнорировать — засвидетельствована в многочисленных научных исследованиях как типичная для телепросмотров.

Стало быть, телевидение препятствует подлинному усвоению знаний как раз тем самым, что" в нем ценится больше всего — картинами, как будто бы совершенно реалистическими.

Нарушения развития речи у дошкольников [4.5.6]

В 1990 году американскими учеными было проведено исследование, очень жестокое по своим результатам. Младенцев из приютов пытались научить говорить... с помощью телевизора. Взрослые обслуживали малышей, но не общались с ними. Все разговоры с крошками вела электронная техника. Дети не научились разговаривать, более того, от недостатка эмоционального контакта очень пострадало их психическое и физическое здоровье.



В 1996 году англ. ученый Селия Вард опубликовала результаты десятилетних исследований. Она убедительно доказала: если родители в качестве няни использовали телевизор и компьютер, то к девятимесячному возрасту у 20 %детей наблюдалось отставание в развитии. В трехлетнем возрасте 30 %малышей отставали в развитии уже на один год. У них была речь двухлетнего ребенка, отклонения в координации движений, нарушения двигательной сферы и сенсорного развития (сферы чувств).

Важно помнить: то, что окружает ребенка в детстве, определяет всю его последующую жизнь.

Психофизиологические последствия просмотра мультфильмов и телевизора в раннем возрасте [5, 6]

- Недоразвитие корковых отделов мозга
- Нарушения зрения и зрительного восприятия
- Дефицит общения с близкими взрослыми
- Проблемы с крупной и мелкой моторикой

- Нарушения осанки
- Недоразвитие мышечной массы
- Общее недоразвитие речи (ОНР) (за 20 лет число нарушений речи возросло с 4 до 32%)
- Снижение познавательной активности
- Быстрая утомляемость, апатия
- Синдром дефицита внимания (СДВ)
- Экранная аддикция , блокада собственной воли и активности
- Гиперактивность, агрессивность
- Несформированность границ своего «Я»
- Аутизация, нарушения общения
- Искажённая картина мира



Телевизор — аппарат для выключения детей?

Вывод: детский возраст, по-прежнему слишком чувствительный, чтобы позволять детям бесконтрольно пользоваться телевизором или интернетом. В этом возрасте они еще полностью зависят от ничем не заменимого многообразия чувственных раздражений, исходящих от естественной среды, и нуждаются в огромном количестве поводов для применения всего богатства своей фантазии в свободной, спонтанной игре, чтобы как можно полнее раскрыть свои душевные и умственные способности. И не в последнюю очередь им нужны все мыслимые возможности для формирования тонкой моторики, осязания, чувства равновесия, двигательного чувства, координации движений конечностей, которые только и могут довести их телесное развитие до здоровой зрелости.

Нынешние условия жизни — тесные жилища, плотные потоки транспорта в городах, долгое сидение в машине — настолько ограничивают игровое пространство для большинства детей, что и без массмедиа возникает серьезный дефицит движения. А уж если к этому еще приложат руку взрослые, неумолимо прерывая всякую живую игру малыша и на неограниченное время усаживая его перед телевизором или планшетом, только чтобы избавиться от тягостных и шумных перипетий детского роста, то развитие ребенка принимает роковой оборот. В угоду собственному комфорту взрослые лишают детей радости движения, а такая блокада движения со временем оборачивается серьезной блокадой развития, о печальных последствиях которой можно прочесть в научных отчетах. Известные американские исследователи Дороти и Джером Сингер десятилетиями изучали воздействие телевидения на детей, и каждый раз, за редкими исключениями, были вынуждены констатировать, что телевидение негативно сказывается на способности к игре, на школьной успеваемости, чтении и развитии речи. Они пишут: «Фактически наши исследования четко показали, что дети, часто пользующиеся телевизором, подвержены серьезному риску остаться без глубоких знаний о мире; они хуже умеют читать, хуже отличают реальное от вымысла; у них хуже развито воображение; они с большим страхом воспринимают мир; им свойственна повышенная тревожность сознания в сочетании с большей агрессивностью. Все это приводит к тому, что, когда ребенок идет в школу, он меньше приспособлен к жизни».



Список использованных источников:

1. Бабаева Ю.Д., Войскунский А.Е. Психологические последствия информатизации / Психологический журнал, Т.19, N 1, 1998, С.89-100
2. Добренское В.И., Кравченко А.И. Фундаментальная социология: В 15 т. Т. 9: Возрасты человеческой жизни. - М.: ИНФРА-М, 2005. -1094 с.
3. Комарова Т. С., Комарова И. И., Туликов А. В. Информационно-коммуникационные технологии в дошкольном образовании. Пособие для педагогов ДОУ.М.: 2011.
4. Пацлаф Р. Застывший взгляд. —М.: *evidentis*, 2003. — 224 с.
5. Смирнова Е.О..Как преодолеть экранную зависимость — URL <http://www.psytoys.ru/articles/kak-preodolet-ekrannuyu-zavisimost>(дата обращения: 19.10.2019)
6. Смирнова Е.О., Соколова М.В Кино для младенцев: осторожно, развитие! — URL <http://www.psytoys.ru/articles/kino-dlya-mladencev-ostorozhno-razvitiie> (дата обращения: 19.10.2019)
7. Смирнова Н. Н. Влияние гаджетов на развитие детей дошкольного возраста // Молодой ученый. — 2018. — №48.1. — С. 35-36. — URL <https://moluch.ru/archive/234/43009/> (дата обращения: 19.10.2019).