

ВОПРОС О ПАГУБНОМ ВЛИЯНИИ ТЕЛЕВИЗОРА, КОМПЬЮТЕРА И ДРУГИХ УСТРОЙСТВ ВИРТУАЛЬНОЙ РЕАЛЬНОСТИ НА ДЕТЕЙ И ВЗРОСЛЫХ.

Если в настоящее время провести опрос среди населения нашей страны на тему пагубного влияния телевизора и компьютерных игр на детей, то с уверенностью можно сказать, что большинство людей согласятся с тем, что они вредны, но за этой кажущейся осведомлённостью скрывается полная неосведомлённость о сущности и серьёзности причиняемого вреда. Как правило, мы полагаем, что вред заключается в ухудшении зрения, отсутствии физической нагрузки и заражении сознания всякими вредоносными идеями. Однако считается, что если дети проводят долгое время перед экраном, поглощая полезную информацию в виде образовательных программ, мультфильмов, фильмов и т.д., а затем имеют возможность заниматься спортом или играть на свежем воздухе, то вред не существенен. Румынский биофизик Верджилиу Георге придерживается другого мнения и полагает, что чем раньше ребёнок подвергается воздействию экрана, тем больше у него шансов вырасти неполноценным, и если бы родители били его молотком по голове, то они нанесли бы ему меньше увечий, чем подвергая его чрезмерному воздействию экрана. Что скрывается за этой гротескной риторикой? Преувеличение традиционалиста или веские доводы специалиста в области нейропсихологии? Мы попробовали разобраться в этом, и данная статья представляет собой выдержки из его многочисленных лекций и книги о вреде телевизора¹. Итак, приступим.

Для начала мы должны разобраться, как работает наш головной мозг. Нас интересует, главным образом, работа левого и правого полушария, а также префронтальная кора головного мозга, т.е. лобные доли. У них разные функции. Так, левое полушарие отвечает за дедукцию, логику, анализ, критическое мышление, математику, вербализацию, слуховое восприятие, причинно-следственные связи. Правое полушарие отвечает за эмоции, воображение, повествование, цвет, узнавание лиц. Префронтальная кора головного мозга отвечает за внимание, мотивацию, контроль поведения и эмоций, планирование, любопытство, распознавание, предвидение, решение, творчество, агрессивность, контроль инстинкта питания, полового инстинкта.

Для полноценного развития ребёнка эволюцией определены подходящие периоды для формирования тех или иных навыков, и упущенное время нельзя вернуть. Так, первые месяцы жизни более подходят для развития участков мозга, отвечающих за восприятие, слух, речь и т.д. Затем начинается период развития высших умственных способностей и речи. Если в эти важные периоды жизни ребёнок не получает или недополучает необходимые условия для развития соответствующих навыков, он вырастает с недоразвитой корой головного мозга и нейронной сетью. Всем известен пример Маугли, но это не только красивая история о мальчике, воспитанном зверями. Это имя стало нарицательным, и им называют тех, кто в силу каких-либо причин не научился в нужное время (до 5-6 лет) языку, а впоследствии так и не смог полноценно им овладеть². В русском языке для описания этого явления есть замечательная поговорка: «не научился Ванечкой, Иван Ивановичем не научишься». А какое отношение это имеет к вреду телевизора? Прямое. Ведь позволяя ребёнку отвлекаться от активно-творческого взаимодействия с миром на пассивно-отупляющее созерцание экрана, мы сокращаем его физиологический и психический потенциал и создаём предпосылки для сильной

¹ V.Gheorghe. Efectele micului ecran asupra minții copilului. —București: Podromos. — 2007. К сожалению, пока ещё нет переводов его книг и выступлений на русский язык. Те, кто владеет молдавским языком, могут легко найти его лекции на www.youtube.com.

² С. 16-17. Далее ссылки на это издание. В. Георге приводит в пример деревья, выросшие в безветренной местности, у которых неразвита корневая система, так как отсутствовал стимул для её формирования. С этой точки зрения трудности жизни должны восприниматься как благо. «Всё, что нас не убивает, делает нас сильнее».

зависимости от экрана в будущем. Вместо того, чтобы тупо смотреть в экран, ребёнок должен познавать мир и этим развивать свой мозг: иметь возможность трогать, проверять на прочность, вкус всё, что ему вздумается (конечно, в разумных пределах), лазить, в том числе и по деревьям, так как это развивает координацию, бегать, прыгать и т.п., поэтому родители и бабушки и дедушки, чрезмерно опекающие детей, также наносят им непоправимый вред³.

Почему же созерцание экрана действует пассивно-отупляюще на детей? Эксперименты показывают, что уже после двух минут просмотра телевизора даже в мозгу у взрослого происходят глубочайшие изменения. Снижается активность левого полушария и префронтальной коры головного мозга, в то время как работа правого полушария, обрабатывающего поставляемые рецепторами красочные образы, быстро сменяющиеся картинки, звуковые эффекты, чрезмерно стимулируется за счёт выделения в больших количествах нейротрансмиттера⁴ дофамина, который вызывает чувство удовольствия и влияет на нашу мотивацию. Следует сказать, что дофамин выделяется и в других случаях, когда наши рецепторы получают определённую дозу приятных ощущений. Так, некоторые люди испытывают наслаждение от покупок, употребления шоколада и сладостей, блюд ресторанов быстрого питания, громкой музыки и т.д. Мозг получает своеобразное вознаграждение, и даже одно воспоминание о приятной деятельности приводит к выделению дофамина. И вот странное дело: если таким людям предложить взамен что-нибудь, вызывающее менее острые ощущения, они отворачиваются, а если же они не получают продукта, к которому привыкли, у них возникает апатия, депрессия, раздражительность — самая настоящая ломка зависимого человека. Почему это происходит? Дело в том, что наш организм постепенно приспособляется к чрезмерному воздействию на рецепторы, и, чтобы ограничить выброс дофамина, повышается порог, когда этот выброс происходит. Поэтому, когда мы снова употребляем простую еду, дофамин не выделяется, и у нас возникает неудовлетворённость и раздражительность⁵. Таким образом создаётся порочный круг. Итак, при просмотре телевизора, игре на компьютере и т.д. происходит выброс большого количества дофамина, после чего организм уже не выделяет его на такие «тривиальные» и «серые» виды деятельности, как чтение, обучение, спорт и т.д. *Это настолько важная мысль, что мы позволим себе её как следует разжевать: если нам что-то приносит удовольствие и мы видим, что постепенно возникает потребность во всё большем количестве объекта удовольствия (или частоте приёма), причём если, не получая его, мы раздражительны и агрессивны, то нам необходимо серьёзно задуматься над нашим психофизиологическим состоянием и попытаться что-нибудь противопоставить превращению себя в наркомана и объект манипуляций*⁶. Насколько же беззащитны перед экраном дети, мозг которых ещё не сформирован, если даже у взрослых в силу элементарных физиологических причин возникает самая настоящая зависимость! Как мы можем успокаивать детей, когда они не могут усидеть на месте и не слушаются нас, наказывать за плохое поведение, если мы сами способствуем таковому?

³ Придя к друзьям в гости со своими детьми, люди очень часто разрешают детям без ограничений смотреть мультфильмы или играть в компьютерные игры, поскольку в этом случае дети не будут им мешать. Очень удобно с точки зрения контроля. Автор был также свидетелем того, как в поликлинике мама грудного малыша в ожидании приёма врача позволяла ему в течение 30 минут не сводить восхищённых глаз с экрана, на котором проходила какая-то примитивная игра. В тот момент ей было очень легко.

⁴ Нейромедиаторы — биологически активные химические вещества, посредством которых осуществляется передача электрического импульса от нервной клетки через синаптическое пространство между нейронами, а также, например, от нейронов к мышечной ткани. — <https://ru.wikipedia.org>

⁵ Буддисты говорят, что любые радости, удовольствия связаны со страданием. У нас же говорят: «Не смейся так много — будешь плакать».

⁶ С этой точки зрения практика православных религиозных постов как упражнение для контроля над своими мыслями и желаниями приобретает глубочайший смысл, остающийся вне поля зрения нерелигиозных людей.

Даже внешне ребёнок, сидящий перед экраном, отличается от занятого каким-то своим делом — рисованием, лепкой, строительством. Первый почти полностью пассивен и напоминает загнипнотизированного. И эта пассивность ребёнка, которая наблюдается во время телесеанса, часто также сохраняется и после в виде отсутствия мотивации, нежелания заняться какой-либо деятельностью, играми, спортом, чтением. Впоследствии у них, да, впрочем, и у взрослых, которые также помногу смотрят телевизор, отсутствует способность принятия самостоятельных решений, они не способны противиться несправедливым политическим, социальным решениям, они не желают вмешиваться в социальную жизнь или решать семейные проблемы⁷. В. Георге рассказывает об одном реальном случае, когда ребёнок, мама которого позволяла ему с дошкольного возраста смотреть телевизор, а позже в школе ещё и играть в компьютерные игры, после третьего класса стал раздражительным, нервным, грубым с учителями, ему приходилось даже пить успокоительные, так как у него возник синдром гиперактивности и дефицита внимания; он с трудом окончил школу и не собирался поступать в университет, он не мог найти работу, да и желания у него не было; у него были проблемы с лишним весом, так как спортом ему заниматься не хотелось; обзавестись семьёй он также не смог из-за того, что имел целый букет комплексов, и не последнюю роль в этом сыграло посещение порнографических сайтов. И вот такой тридцатилетний ребёнок остался на шее у мамы, которая сама была виновата в том, что в нужное время не проявила жёсткость и твёрдость, а пожалела своего сыночка, разрешив ему смотреть телевизор и играть в компьютерные игры без ограничений.

Что представляют собой эти нейронные связи? В. Георге даёт очень запоминающийся пример. Представьте себе непроходимый лес. Вот вы первый раз прошли по нему и протоптали едва видимую тропиночку. Обратное также пошло по ней. После этого её стало легче заметить, и есть большая вероятность, что и другие люди воспользуются ею. Скоро она сможет превратиться в хорошую лесную дорогу, а со временем даже асфальтированную, по которой с большой скоростью будут пронесутся машины. Занимаясь определённым видом деятельности, мы прокладываем определённые маршруты в головном мозге, которые впоследствии помогут нам решать даже те вопросы, которые внешне никак с этой деятельностью не связаны. Например, все мы в школе решали задачи с производными и интегралами, и хотя многие их позабыли, но созданные благодаря этой деятельности нейронные связи, помогают, хотя порой мы это не осознаём, творчески решать совершенно другие задачи⁸.

Мы отметили, что уже после двух минут просмотра телевизора работа левого полушария притормаживается, в то время как правое чрезмерно стимулируется. Однако для нормального развития мозга ребёнка необходима такая деятельность, которая предполагает одновременную работу обоих полушарий, например, лепка, рисование, бег, лазание по деревьям, плавание, любая физическая работа. Связь между полушариями головного мозга и обмен информацией между ними обеспечивается так называемым мозолистым телом (лат. *corpus callosum*), которое представляет собой сплетение нервных волокон. Мозолистое тело заканчивает формироваться достаточно поздно — до четырнадцати лет, поэтому если мы не только не стимулируем его вышеуказанными активными видами деятельности, но ещё и подавляем телевизором его развитие с такого раннего возраста (иногда уже в 1-2 года!), то мы наносим непоправимый вред нашим детям⁹.

⁷ С. 22.

⁸ Система образования СССР была направлена на формирование всесторонне развитой творческой личности, в то время как Запад ещё со школы формировал и формирует узконаправленного специалиста-потребителя, который не способен к нестандартным решениям проблем, а в случае кризиса в отрасли просто не способен достаточно безболезненно найти новую работу.

⁹ Не случайно дети менеджеров высшего звена из компаний сферы информационных технологий обучаются в частных школах, в которых работа с малым экраном отодвигается как можно дальше, порой именно до 14 лет, при этом огромное внимание уделяется развитию творческих способностей через обыкновенную лепку,

Каковы же для ребёнка последствия длительного времяпровождения перед экраном? Во-первых, это так называемая *неспособность к обучению* (learning disabilities). Впервые этот термин появился в 70-х годах, когда повзрослело первое поколение, выросших на телевизоре детей. Многие дети оказались не способны усвоить тот материал, который для их родителей не представлял труда, причём в большинстве случаев дети, у которых обнаружен был синдром неспособности к обучению, в обычной жизни не проявляют признаков ущербности. Только тогда, когда от них требуется выучить что-нибудь целенаправленно, возникают проблемы.

Другой проблемой «поколения экранов» является резкое снижение интереса детей к чтению. Просмотр телевизора и компьютерные игры не требуют усилий; они, наоборот, расслабляют, в то время как чтение книги предполагает упорство, терпение, усидчивость. Чтение также развивает воображение, так как ребёнок должен соотнести в своём сознании смысл слов и образов, в то время как телевизор предлагает уже готовые образы. К тому же, разве можно утверждать, что именно эти образы являются верными. Особенно это касается области сказочного, мифа, глубинных переживаний, вопросов о запредельном и о Боге. Чтение предполагает медленный ритм обработки данных, в то время как телевизор обстреливает нас информацией с такой быстротой, что наш мозг не успевает её анализировать, а наряду с торможением работы левого полушария, которое отвечает за критическое мышление и логику, это создаёт возможность внедрения не только в сознание ребёнка, но и в сознание взрослого каких угодно ценностей и фактов. Различное действие чтения и телевизора на работу мозга было доказано при помощи магнитно-резонансной томографии мозга. Было выявлено, что при чтении активизируются волны бета, указывающие на напряжение работы мозга, в то время как при просмотре телевизора активизируются волны альфа и тета, соответствующие стадии расслабленности, пассивности и лёгкого сна соответственно. Чтение предполагает сосредоточенность ума, развитие внимания, в то время как телевизор наоборот расслабляет. Поэтому дети, привыкшие смотреть телевизор, в котором всё красочно, быстро, и всё готово, и не нужно думать над ответами, после одной страницы книги теряют терпение.

Далее, исследования показывают, что телевизор не является подходящим инструментом для обучения, так как в процессе просмотра телевизионных программ люди запоминают гораздо меньше информации, чем при прочтении книги. Так, в одном исследовании было установлено, что 51% людей не смогли вспомнить ни одного заголовка новостей через две минуты после просмотра новостной ленты. Этим объясняется провал образовательной программы «Улица Сезам» (Sesame Street) в США. Её история следующая. Ещё в 70-х годах прошлого века в Соединённых Штатах была создана комиссия специалистов в области образования для разработки телевизионных образовательных программ. К всеобщему удивлению, дети, которые по настоянию родителей регулярно смотрели эти программы, показали самые плохие результаты успеваемости в школе; у них были проблемы с речью, правописанием и изложением мыслей. Они не читали книги, так как динамика речи на экране была совершенно другая, и они уставали от простого чтения. В школе им было скучно слушать учителя, так как его объяснения не сопровождались картинками и спецэффектами. И самая главная причина — выработанная привычка оставлять всё без ответа. Когда дети видят что-то новое на экране, они инстинктивно пытаются разобраться в увиденном, но так как скорость смены кадров, обстрел образами и информацией выше возможностей мозга, понимание и погружение в смысл увиденного оказывается невозможным. Даже взрослым не под силу обработать всю информацию телевизионных сюжетов, ведь скорость обработки информации у мозга 5-10 секунд для одного кадра, однако в ТВ передачах она гораздо быстрее, достигая в рекламных объявлениях скорости одного кадра в 2 секунды. И мозг

ребёнка постепенно привыкает к этому состоянию необязательного понимания увиденного, а значит, впоследствии он не будет утруждать себя поиском смысла сказанного в другой ситуации, например на уроке¹⁰. В настоящее время учителя предпринимают невероятные усилия для того, чтобы школьники смогли сосредоточиться на теме урока, ведь дети привыкли к тому, что их внимание всегда направляется внешними стимулами, раздражителями, они привыкли к тому, что у них пустая голова, т.е. у них не успевают возникать мысли. *Синдром дефицита внимания и гиперактивности (СДВГ)*¹¹ — болезнь, которой, по данным статистики, болеют третья часть детей в США. Но и в других развитых странах ситуация не лучше. Симптомами СДВГ являются постоянное умственное возбуждение, неспособность прилагать усилия для решения задач, неспособность чтения более сложных, нежели школьные учебники, книг или неспособность выполнения какой-нибудь серьёзной работы. Это очень серьёзное заболевание. Также среди симптомов СДВГ отмечают отсутствие терпения, мотивации, сложность самоорганизации, неспособность закончить начатое дело, выполнение действий без предварительного обдумывания. Однако в настоящее время мы часто встречаем и взрослых с подобными симптомами. По выражению доктора В. Георге, эти взрослые дети похожи на помидоры, которые были помещены в специальный раствор для покраснения, но они покраснели только сверху, а внутри же они остались несозревшими. Более того, если мы попробуем оставить такие помидоры на солнце, чтобы они дозрели, у нас ничего не получится: они никогда не дозреют. Это очень серьёзная проблема нашего времени. Дети быстро взрослеют, но взрослеют они внешне. Через телевизор и другие экраны они раньше времени узнают о тех вещах, на которые эволюцией им отпущено другое время, и раньше времени покраснев, как помидор, они больше не смогут созреть до конца и так и останутся навечно несовершеннолетними¹². И хотя учёные считают, что, кроме телевизора, на инфантильность современного поколения влияют также пищевые добавки, гормоны, сидячий образ жизни, тем не менее, главной причиной всё же является экран.

Почему наше внимание так удерживается телевизионным экраном? Было установлено, что характерные черты телевизионной программы: нарезка кадров, повороты камеры, быстрое движение, неожиданные звуки, — создают у человека так называемую *направленную реакцию*. Наш мозг реагирует на увиденное и услышанное по телевизору как на сигнал потенциальной опасности, доказательством чего также является изменение сердечного ритма в процессе телевизионного сеанса — так мы реагируем на агрессию в реальной жизни. У нас, как у собак И.П. Павлова, выработался условный рефлекс на телевизор. Гиперактивность детей есть следствие накопления этой «телевизионной агрессии». При просмотре телепередач мозг ребёнка находится, с одной стороны, в состоянии пассивности, с другой стороны, он постоянно подвергается обстрелу образами

¹⁰ Другая причина, по которой обучение с экрана оказывается малоэффективным, заключается в отсутствии обратной связи. Лучше всего мы запоминаем тогда, когда делаем какие-нибудь записи. Просмотр телевидения не предполагает такой обратной связи, более того, информация проникает в наш мозг непосредственно и бесконтрольно, и, возможно, мы реагируем на неё, но позже, сами того не осознавая. По этой же причине у современных студентов, привыкших не писать конспекты, а делать ксерокопии экзаменационных тем, информация задерживается только на очень короткое время.

¹¹ Attention deficit with or without hyperactivity Disorder or ADHD (англ.).

¹² О несовершеннолетии человека писал Н.Ф. Фёдоров, видя в нём причину небратских отношений, войн, голода и других бедствий. В современном мире созданы оптимальные условия для того, чтобы каждого человека увлечь каким-нибудь жутко интересным, но совершенно бесполезным делом (хобби), лишив его возможности осознания своей ответственности за происходящие на земле беды и объединения в общем деле. Как могут люди устраивать различные карнавалы и швырять друг в друга тонны овощей и фруктов, тратя миллионы, в то время как в других странах такие же, как они, люди страдают от войн и голода?! Телевизор смешал в наших головах настоящий голод и войны с постановочными, наши рефлексы отупели от обилия взрывов, насилия и крови — мы уже не испытываем ни шока, ни сострадания при виде происходящих с другими людьми ужасов, и равнодушно переключаем канал с репортажем о войне в соседней стране на трансляцию футбольного матча.

и звуками. Потом, когда аппарат уже выключен, ребёнку необходимо высвобождение накопленного, отсюда и происходят хаотические бессмысленные движения, кривляния, вскрики и т.д. Повторяем, это очень серьёзная проблема: в некоторых странах до 50 % детей принимают успокоительные для снижения гиперактивности.

Далее, цветовая гамма и телевизионные сюжеты могут вызвать даже припадочное состояние у ребёнка. Все помнят случай с японским мультфильмом покемон, который произошёл 16 декабря 1998 г. Около 700 детей с припадками эпилепсии были доставлены на скорой помощи в больницу. Свыше 200 детей остались на более долгий срок в больнице, так как им понабилось более длительное лечение. Всего одна сцена, в которой монстр Пикачу находился в центре взрыва света, вызвала у многих детей эпилептический припадок. Тем более удивительно, что после непродолжительного запрета, по многочисленным просьбам зрителей был возобновлён показ серий этого мультфильма, но уже без чрезмерно ярких образов. Следуя этой логике, можно заключить, что если детям сразу же после просмотра телевизионного сюжета не становится дурно, то он не представляет опасности, но это равносильно тому, как если бы кто-нибудь разрешил детям проводить время перед включённым рентгеновским аппаратом на том основании, что нет видимых признаков вреда¹³!

Часто родители, полагающие, что телевизор может способствовать развитию ребёнка, приводят в качестве довода освоение ребёнком новой лексики из телевизионных программ. Родители прямо-таки умиляются, когда их чадо лепечет умные фразы из реклам, репортажей и фильмов. Как это ни парадоксально звучит, но и в этом случае телевизор ухудшает речь ребёнка. Сначала это не так заметно, но уже к третьему классу, когда необходимо показывать языковые навыки более высокого уровня в виде создания сложноподчинённых конструкций, возникают серьёзные ~~трудности~~ языковые проблемы. Дети нуждаются в диалоге, а не монологе, который предлагает им телевизор. Самыми лучшими учителями в отношении преподавания языка являются родители, так как они знают уровень своих детей и могут приспособить объяснение того или иного явления к уровню восприятия своих детей, а телевизор этого не делает¹⁴. Кроме того, мы уже говорили об образности. Если ребёнок получает уже готовые образы при просмотре телевизионных передач, у него недостаточно хорошо развивается абстрактное мышление, так как для его развития необходимо воображение. Было отмечено, что те дети, которые в дошкольном возрасте провели больше всего времени, слушая сказки, показывали лучшие результаты в школе, так как сказки стимулируют мышление и воображение. У телевидения диаметрально противоположное действие.

Одним из характерных отличий человека от животного является его способность к планированию своей жизни, стратегическое мышление. Весной происходит посадка сельхозкультур, урожай которых поспеет только через несколько месяцев; деревьям вообще нужны годы, чтобы вырасти и плодоносить; люди учатся, чтобы овладеть той или иной профессией. У современных детей, которые проводят много времени перед экраном, отсутствует способность к планированию даже на очень короткий промежуток времени — им необходимо немедленное вознаграждение. Если вы желаете повысить их заинтересованность в выполнении какого-то задания и обещаете им в конце недели некое вознаграждение, то они очень легко могут отказаться, если требуемые от них усилия велики. И этому есть физиологическое объяснение. Исчезновение способности к планированию связано с торможением деятельности лобной доли головного мозга, которая является как бы центром управления в головном мозге и которая отвечает за

¹³ Более реалистичным примером нашей близорукости в отношении нашего здоровья и здоровья наших детей является питание едой быстрого приготовления и выращенной на химических удобрениях. Как говорят продавцы картошки на рынке: «Ну и что, что мы добавляем селитру при выращивании? Мы ели и наши дети ели эту картошку. И ничего, никто не отравился. Все здоровы!». Да, здоровы, пока...

¹⁴ Ни в коем случае родители не должны игнорировать вопросы детей, так как ответы на них очень часто мировоззренчески значимы и для ребёнка, и, как это ни удивительно, для взрослого.

обучение, мышление, планирование поведения, мотивацию, контроль эмоций, контроль инстинктов, решение проблем и многое другое. Люди с повреждённой в результате травмы лобной долей испытывают трудности с мотивацией, контролем своих эмоций, особенно связанных с половым инстинктом. Можно сказать, что благодаря этому участку мозга человек, собственно, и отличается от животного. Тогда русское слово «человек», в состав которого входит слово «чело» открывает нам ранее неизведанный смысл! Если это не случайность, то получается, что наши предки были очень тонкими психологами, если определили, что благодаря тому, что находится в челе человека, последний отличается от животного. Формирование лобной доли головного мозга заканчивается к двадцати одному году. Таким образом, подвергая наших детей воздействию различного рода экранов, мы, по выражению доктора В. Георге, действительно как бы бьём их по лбу или челу молотком.

Другим вредным воздействием телевизора специалисты считают свойство телевизора вызывать гипнотическое состояние¹⁵. Реакция коры головного мозга во время просмотра телевизора соответствует состоянию сна или сомнабулизма, а также гипноза — мозг работает в диапазоне волн альфа. Последние исследования показывают, что чем больше у человека выражены волны альфа, тем более он подвержен внушению. Состояние, когда человек уставился в экран и не видит ничего вокруг себя, соответствует состоянию транса. Чем опасно это состояние транса или внушаемости? ***В это время возникает повышенная толерантность, терпимость к искажению реальности и ценностей, так называемая логика транса, согласно которой кажутся логичными вещи, которые в реальной жизни казались бы абсурдными.***

Выше мы писали об ограниченной способности мозга обрабатывать информацию. В этом кроется одна из причин возникновения гипнотического состояния. Одна из техник гипнотизирования так и называется — «замешательство», когда человеку даётся очень много заданий, так что у него нет возможности сделать что-либо вообще. Причём постоянно перемещается внимание с одного на другое. Когда перегрузка достигнута и внимание отключается, внушаемому предлагается что-нибудь успокаивающее, и пациент входит в состояние гипноза¹⁶.

У телевизора и СМИ вообще также есть функция повестки дня. Они сообщают нам о том, что нам нужно делать, о чём нам думать, какие самые важные проблемы в мире. Они воспитывают у нас определённые ценности, создают у нас иллюзорный мир символов. Как зайцы, попавшие в луч фар ночных браконьеров, мы видим лишь в диапазоне направленного на нас прожектора, и мы не в силах увидеть что-либо за границей этого «света», а тем более выпрыгнуть из него. Почему же мы так управляемы средствами массовой информации? Почему мы соглашаемся с заведомо абсурдными вещами? Почему мы не видим, что король голый? Для объяснения этого явления была выдвинута теория, называемая «диктатура общественного мнения или спираль молчания». Её суть заключается в том, что большинство людей имеют склонность присоединяться к точке зрения общества независимо от своей точки зрения. *Эта теория показывает, что если точка зрения, которую разделяет меньшинство, показана как мажоритарная, тогда миноритарная превратится в мажоритарную, что, например, уже случилось на*

¹⁵ Почему-то сразу вспомнились телевизионные сеансы Кашпировского и Чумака, на которые водили и детей, прерывая школьные занятия. Получается, что телевизор усиливал эффект этих проходимцев. Возможно, кое-кому они и помогли, но не всем. Нам довелось общаться на эту тему с человеком, знакомым с организатором сеанса Кашпировского в Кишинёве. Он рассказал, что после этого сеанса организатору пришло 7 мешков писем на имя Кашпировского: один с восторженными отзывами, а шесть с плохими. На вопрос организатора, что ему делать с этими письмами, Кашпировский якобы ответил: «Плохие сожги, а хорошие пришли мне».

¹⁶ Обратите внимание на наши новости. Мы иногда даже просто не успеваем услышать, что нам говорят, не то что анализировать, однако наше подсознание это улавливает и впоследствии мы можем реагировать на различные скрытые команды.

Западе в отношении вопроса о педерастах и лесбиянках. Согласно этой теории, только 20% общества сохранит свою точку зрения, но и они будут молчать.

Итак, СМИ навязывают поведенческую модель, с которой большинство молчаливо соглашается, но и в самом человеке есть нечто, что делает его более восприимчивым и уязвимым. Это нечто уходит в глубины психики и веков эволюции, поэтому так легко его эксплуатировать — мы имеем в виду половой инстинкт. Наряду с инстинктом питания и самосохранения, он является основным инстинктом человека, и в настоящее время усилиями средств массовой информации практически всё вращается вокруг него. Содержание телевизионных программ также вывязывает много вопросов. По данным В. Георге, в США дети или подростки видят на экране ежегодно около 14 000 сюжетов, прямо или косвенно указывающих на половую жизнь, и менее 150 указаний на положительное действие воздержания и девственности, на риск заражения заболеваниями, передающимися половым путём (ЗПП), и ответственности, которую предполагает половая жизнь. Большинство сюжетов телевизионных романов показывает любовную связь до брака в восемь раз чаще, а 94% любовных сцен происходит между неженатыми. Почти никогда герои сюжетов не заболевают ЗПП. Получается, что ТВ представляет нам половые отношения как основную цель существования человека; другой человек рассматривается как объект, источник удовольствия, а опасности и ответственности никакой. Просмотр такого рода сюжетов заставляет молодых людей думать, что все это уже прошли и только они отстали от большинства, что в последние 20 лет привело к понижению возрастного порога, когда молодые люди вступают в половую связь. *Более того, из-за вышеупомянутого эффекта спирали молчания дело дошло до того, что в школьных коллективах стыд не быть таким, как все заставляет подростков заявлять, что у них уже был опыт половой жизни, даже если это ложь.* Если раньше стыд перед другими не позволял молодым людям вести аморальный образ жизни, то посредством ТВ начала устанавливаться новая «норма». Молодые люди соотносят себя с «героями» ТВ и не удовлетворены тем, что они ещё не живут половой жизнью. Тот же, кто уже создал себе свой «телевизионный» образ второй половины, в будущем будет испытывать огромные трудности, так как он не будет отвечать их (героев ТВ) требованиям. Сегодня мы видим примеры анорексии, пластических операций в погоне за тем, чтобы быть похожими на своих кумиров, причём иногда эти кумиры вовсе даже не люди, а мультипликационные персонажи. Так, одна невменяемая молодая девушка в США удалила себе две пары рёбер, чтобы сделать себе талию уже, как у героини своего любимого мультфильма. В песнях, в газетных статьях, в фильмах, в экономике и войнах, всё вертится вокруг «любви», но любовь сводится к половому инстинкту, к глубоко эгоистичным¹⁷ отношениям.

Семейные ценности разрушаются через телевидение и другие средства информации, сообщающие о половом воспитании. Не так давно нам довелось читать статью одного «специалиста» в этой области, защищающего необходимость более раннего и обязательно сексуального воспитания подростков в России на том основании, что у нас больше аборт, чем на Западе. Однако это же подмена понятий! Он предлагает устранять не причину, а следствие. Вместо того чтобы устранять то, что приводит к преждевременным и внебрачным связям, а именно содержание видеопрограмм, мы боремся со следствием. Это равносильно тому, как если бы мы, обеспокоенные большим количеством ВИЧ-инфицированных среди наркоманов, устраивали для них семинары по гигиене и профилактике и бесплатно раздавали бы им шприцы, в то время как государство через СМИ проводило бы политику легализации наркотиков. Абсурд? Такое государство обречено на вымирание! Но разве не обречено на вымирание государство, разрушающее семьи — ячейки общества? Согласно статистике, чем больше у девушки было партнеров до замужества, тем больше у неё шансов развестись. На Западе 60% браков заканчиваются

¹⁷ В выпуске №7, 2015 журнала «Общее Дело» мы рассматривали этот вопрос в статье «Любовь — опустевшее понятие или суровый подвиг человечества».

разводами именно по этой причине. В настоящее время подростки и даже дети легко могут столкнуться при посещении интернет-сайтов с материалами эротического содержания. Морально они абсолютно не готовы к этому: у них только начинает просыпаться этот мощный инстинкт, но вместо чистых, возвышенных чувств, им предлагается животная и продаваемая страсть. Проецируя её на свою жизнь, они в возрасте создания семьи приходят к цинизму, пресыщению, поэтому не способны создать прочные длительные семейные взаимоотношения. Более того, поскольку при просмотре эротических материалов возникает очень сильная зависимость, даже быстрее, чем от употребления кокаина, многие взрослые продолжают делать это всю жизнь¹⁸. Исследователями было установлено, что при просмотре порнографии активизируются те же участки мозга, что и при наркотическом стимулировании. Высвобождается очень большое количество нейромедиаторов, так как это основной инстинкт и он связан с активизацией жизненных сил человека для передачи жизни. Как выразился В. Георг — горит всё! Это приводит к неудовлетворённости своим партнёром, раздражительности, депрессии, насилию, отсутствию желания создавать семью и рожать детей. У мужчин, кроме этого, при просмотре эротических материалов выделяется огромное количество тестостерона, нормальный уровень которого в среднем восстанавливается только через одну неделю, поэтому в реальной жизни мужчины оказываются неспособными по-мужски принимать ответственные решения и перекладывают эту задачу на женщин. И женщины вынуждены занимать руководящие посты на работе и в семье¹⁹.

Другим инстинктом, который активно эксплуатируется телевидением и виртуальной реальностью вообще, является инстинкт самосохранения. Выше мы уже писали, что наше внимание приковано к экрану телевизора, потому что мы реагируем на быструю смену кадров и изменение звуков, как на источник агрессии. Если кто-нибудь напротив вас резко махнёт рукой в вашу сторону, вы невольно вздрогнете, и ваше внимание к действиям этого человека резко возрастёт. Телевизор и видеоматериалы вообще обстреливают наши рецепторы и сознание как при помощи технических методов (поворот камеры, краски, смена кадров, фокусировка, усиление звука)²⁰, так и при помощи содержания материалов насильственного характера. Особенно мальчики и мужчины не могут оставаться равнодушными, когда видят драки, убийства и насилие вообще, потому что в природе мужчины заложен инстинкт защиты своей семьи от агрессии, и этот инстинкт нещадно эксплуатируется²¹. С точки зрения физиологии эта реакция объясняется выделением гормона кортизона, который обостряет наше восприятие и стимулирует внимание. У детей же постоянное выделение кортизона тормозит развитие и приводит к повреждению коры головного мозга и понижению уровня серого и белого вещества²². Что касается взрослых, которые имеют пристрастие к просмотру сцен, содержащих насилие, например бои без правил, бокс и т.д., то, как и в случае с

¹⁸ Было установлено, что зависимость возникает уже после двух недель просмотра, в то время как после двух недель принятия кокаина её нет.

¹⁹ В странах с исламским населением проблема мужественности мужчин и женственности женщины почти отсутствует, хотя, безусловно, мы не согласны с радикальным ограничением прав женщин в исламе. Выход видится в гармоничном распределении обязанностей согласно природе, как это было, например, у древних славян.

²⁰ У технологий 3D ещё больший потенциал манипулирования сознанием, ведь при этом человек полностью отключён от реальной жизни.

²¹ Девочек не интересуют драки и бои, их интересуют любовные романы, поэтому они так охотно смотрели и смотрят латиноамериканские сериалы и мыльные оперы. Следует отметить, что мальчики больше страдают от влияния телевизора и других видов экрана, так как они сильнее реагируют на насилие и связанные с половыми инстинктами образы. Вот почему такой большой уровень зависимых среди мужчин (карты, казино, бросают учёбу).

²² Действие агрессии и гнева было подмечено в Бхагавадгите: «У того, кто о предметах чувств помышляет, привязанность к ним возникает; привязанность рождает желанье, желание гнев порождает. Гнев к заблуждению приводит, заблужденье помрачает память; от этого гибнет сознание; если ж сознание гибнет — человек погибает.»

просмотром эротических материалов, они становятся менее мужественными в реальной жизни. Они не могут защитить себя от агрессии, так как они уже среагировали на агрессию при просмотре видео с таким содержанием, у них выделился их запас кортизона и на противостояние настоящей агрессии у них не хватает порогу²³.

Но ещё больший вред заключается в том, что человек возвращает эту агрессию и насилие в реальную жизнь. Фильм «Человек с бульвара Капуцинов» — лучшая иллюстрация того, как телевидение может моделировать сознание людей. Однако есть и факты. В США были проанализированы статистические данные количества преступлений и было установлено, что после пятнадцати лет с начала эпохи телевидения в США произошёл всплеск насилия. Почему через пятнадцать? Потому, что выросло первое поколение, воспитанное на телевидении. К примеру, в Южной Африке, где телевидение было внедрено только к 1973-му году, уровень насилия остался неизменным, зато через пятнадцать лет у них тоже произошёл всплеск. Причём было подмечено, что уровень насилия возрос больше в городе, чем в сельской местности, среди обеспеченных слоёв населения²⁴. Растет уровень насилия и среди детей, т.к. дети запоминают поведенческие модели и часто не могут провести чёткой границы между виртуальной реальностью и настоящей жизнью, не чувствуют чужой боли, находятся под влиянием сцен малого экрана²⁵. Здесь следует сказать о неуязвимости персонажей ТВ и компьютерных игр. Дети, подростки переносят игру на себя, и им кажется, что они могут делать всё, что им вздумается, и это сойдёт им с рук. Так, в СМИ есть сообщения о так называемых «зацеперах» — подростках, путешествующих на крыше электричек. Они снимают себя на видео и выкладывают его в интернет, а то, что это опасно для жизни и многие подростки уже погибли или остались калеками из-за таких трюков, их не останавливает: им кажется, что с ними этого не произойдёт. Такое же несоответствие реальности и видеосюжета актуально и для самоубийств. В виртуальной реальности жизнь субъекта продолжается: субъект — это объектив камеры, который после произошедшего показывает, как жизнь идёт своим чередом, а вовсе не как настоящий субъект оказывается преждевременно и насильственно выключенным из этой жизни.

И не последним доводом против культуры телевизора является создание последним нигилистического отношения к миру. Телевизор создаёт либеральную позицию синкретического типа. В качестве ценностей интерес представляет магическое, секретное и непознанное. Неудивительно, что книжка о Гарри Поттере пользуется такой популярностью и у детей, и у взрослых. Однако почему соответствующие государственные органы не потрудились сделать лингвистическую экспертизу на предмет вредного влияния этой книги и фильма на детей? Книга знакомит нас с демонами, магами, колдунами, которые устраивают жертвоприношения, в том числе и человеческие. Кроме того, автор книги заявила, что является членом церкви сатаны.

В. Георге на одной из передач был задан такой провокационный вопрос: «Вас могут назвать традиционалистом, вы просто противитесь прогрессу. Мы живём в мире новых технологий, мы же не можем отказаться от них и вернуться в каменный век?» На что В. Георге ответил, что не призывает вернуться в каменный век, более того он всегда интересовался открытиями и изобретениями. Ими можно и нужно пользоваться, но необходимо осознавать опасность, которую они несут для наших детей. Мы пользуемся ножом, но только безумец будет давать ребёнку нож раньше положенного времени. Мы часто восхищаемся: вот какой маленький ребёнок, а уже знает, как обращаться с

²³ Бывает другая крайность, когда на незначительную угрозу мальчики или мужчины реагируют чрезмерным проявлением насилия именно в результате срабатывания в их сознании заложенной ранее в результате просмотра подобного видеосюжета программы.

²⁴ Ещё один довод в пользу жизни в селе как оптимальной среде для воспитания детей.

²⁵ В. Георге рассказывает один случай, как ехавший в машине со своим папой ребёнок, увидев переходящих по пешеходному переходу людей, был очень удивлён тем, что папа их пропускает, а не давит, как сам ребёнок многократно делал в компьютерных играх.

компьютерами, смартфонами и планшетами; если он может это уже сейчас, то вырастет настоящим хакером. Почему же тогда в частной школе в Канаде дети менеджеров высшего звена компаний Майкрософт и Гугл и т.п. не работают с компьютерами до четырнадцати лет, а занимаются рисованием, лепкой, танцами и другими творческими видами деятельности? Потому что их родители знают, что такие занятия наиболее полно разовьют способности их детей, их нейронные связи, а компьютер будет тормозить их развитие.

Наконец следует сказать о влиянии экрана и его культуры на людей в возрасте. Жизнь было устроено так, чтобы в старости человек переключил своё внимание на другое: ухудшается зрение, слух, половой инстинкт слабеет для того, чтобы подготовить человека к размышлению над другими вопросами, о переходе в иной план. То есть ему необходим своеобразный покой, отсутствие фона сансары, или суеты жизни, для подведения итогов своей жизни и определения задач на следующий этап. Что же происходит в настоящее время? Нигилистическо-гедонистическое мировоззрение через рупор экранов телевизоров навязывает старикам другую точку зрения. В погоне за модой они возвращают себе зрение и слух, вставляют зубы и волосы, делают пластические операции и употребляют афродизиаки, чтобы продлить свою молодость. Однако благодаря этому они всё больше и больше отождествляют себя с телом, которое является просто оболочкой для нашего духа. Тем страшнее для них будет расставание с ним, и ради продления своей никчёмной жизни тела они готовы поступаться своими моральными ценностями и, как доктор Фаустус, продать душу дьяволу ради удовольствий.

Что мы можем сделать, чтобы оградить наших детей от пагубного влияния телевизора, компьютера и других устройств виртуальной реальности?

Во-первых, необходимо ограничить доступ детей к экранам, однако нужно объяснить причину, поговорить с детьми как со взрослыми, чтобы они сами поняли серьёзность опасности²⁶.

Во-вторых, необходимо провести беседы со знакомыми, родственниками, учителями, чтобы как можно большее количество людей знало и решало эту проблему на практике, не дожидаясь пока государство позаботится об этом.

В-третьих, необходимо противопоставить отупляющему воздействию экрана нечто важное для жизни человека. Это физический труд, выходы на природу, общение с детьми, диалог, поделки, новые игры, музыка и спорт. Музыка вообще имеет огромный потенциал для развития мозга ребёнка. Уже после одного года занятия музыкой у ребёнка происходят значительные изменения в координации движений, восприятии пространства и работе полушарий головного мозга. Занятия спортом также способствуют гармоничному развитию нейронных связей коры головного мозга. На следующем месте стоят поэзия, грамматика и математика, которые способствуют развитию образности восприятия и мышления, воображения, логических связей. Для этого же необходимо читать и рассказывать детям сказки.

В-четвёртых, взрослые должны сами себя перевоспитывать. Мы не можем заставить детей читать, если сами не читаем, не можем заставить детей не смотреть телевизор, если сами смотрим его часами.

В-пятых, мы должны организовывать совместный труд с детьми. Очень часто родители не хотят, чтобы их ребёнок им мешал, когда они занимаются какой-то работой, опасаясь, чтобы он что-нибудь не разбил или не повредил, поэтому предлагают детям смотреть ТВ или играть в компьютерные игры. Однако тем самым мы лишаем наших детей возможности развиваться, повторяя за нами и общаясь с нами. Главная цель семьи — воспитание детей, а не благоустройство быта.

²⁶ Когда мы поговорили с нашими детьми об этом, они сказали: «Мы, как пластилин. Что вы (взрослые) из нас вылепите, тем мы и будем». И ещё они сказали: «А мы скажем другим детям об этой опасности?»

В-шестых, мы должны серьёзно отвечать на вопросы детей, потому что в этом периоде у детей формируется мировоззрение и ценности²⁷. Вопрос «почему?» очень серьёзен как для детей, так и для самих взрослых.

В-седьмых, мы должны быть готовыми к тому, что наших детей и нас назовут белыми воронами, но мы можем сами создавать поведенческую модель, не боясь и не стыдясь нашей позиции. Так, если давать детям с собой в школу фрукты вместо денег на чипсы или другую вредную еду, то другие дети обратят на это внимание и сами захотят попробовать так питаться в перерывах между уроками, особенно если наш ребёнок — лидер коллектива. Но чтобы быть лидером коллектива, ему нужно больше знать, больше уметь и быть физически и психологически сильнее. Наша задача — обеспечить ему для этого наилучшие условия!

Редакция журнала «Общее Дело»,

Январь 2016 г.

²⁷ Понятие «мама» и «папа» являются мировоззренческими столпами для будущей личности, поэтому удаление этих понятий из западного общества через отмену соответствующей графы в свидетельстве о рождении является социально-культурной диверсией.