

## Перед экраном. Когда ребенок сталкивается с современной жизнью

- Как телевидение влияет на ребенка: хорошо или плохо, или истина посередине?
- Нужны ли образовательные программы?
- Полезны ли видео и DVD, выпускаемые специально для младенцев и малышей?
- Могут ли компьютерные игры для детей улучшить их умственные способности?

«Смотреть что-нибудь» по телевизору — теперь означает много больше, чем тридцать лет назад, когда я растила дочерей или вы были ребенком.

Восьмимесячный ребенок удобно устраивается за папиным ноутбуком на кухне и смотрит на танцующие фигурки на экране, тыкая пальцами в клавиатуру, сконструированную специально для малышей.

Пятнадцатимесячный «ползунок» направляется к DVD-проигрывателю, стоящему в детской комнате, с новой любимой «игрушкой»: диском про животных.

Тридцатимесячный ребенок, сидящий за домашним компьютером, спрашивает маму: «А не сходить ли нам на сайт [pbskids.org](http://pbskids.org)?»

Сегодняшние родители, поддавшись на обещания производителей и программистов, ожидают от электронных СМИ всех видов — телевидения, компьютеров, DVD и видео, которые дети

интенсивно потребляют, прорыва в области интеллектуального воспитания. За последние годы выпущена масса продукции «игрового обучения», предназначенной для малышей; созданы даже программы для портативных компьютеров — специально для младенцев. Целевой аудиторией телевизионных каналов стали самые маленькие. Специально для новорожденных производят высоко популярные видео и DVD, известные как «обучающие» или «развивающие» видео.

*При этом не существует научных доказательств того, что такая продукция действительно помогает детям!*

Несмотря на это, в Европе и Америке

- в течение дня телевизор смотрят 69% детей младше трех лет;
- каждый день телевизор смотрят 43% детей младше двух лет;
- в среднем дети от шести месяцев до трех лет каждый день проводят у телевизора не менее часа и еще сорок семь минут — у компьютеров, за просмотром видео и видеоиграми;
- более чем у четверти детей младше двух лет в спальне стоит телевизор;
- в большинстве домов телевизор работает 7 часов и 44 минуты в день;
- треть детей в возрасте трех лет и меньше пользуется компьютером;
- доходы от продаж «развивающих» видео и DVD для младенцев и малышей превысили 1 миллиард долларов.

Все эти факты объясняются тремя популярными убеждениями (ни одно из которых, к сожалению, наука не поддерживает).

**1. Если первые два года так важны для создания «архитектуры» мозга, почему бы не стимулировать ребенка по максимуму?**

По иронии судьбы, последние исследования в области работы мозга подтвердили, что ничем не обоснованная практика (разработанная хитрыми маркетологами и применяемая работниками образования!) интенсивной стимуляции мозговых клеток создает неприятный побочный эффект. Как ни измеряй, а бомбардировка растущего мозга, идущая с экрана, ребенка умнее не делает.

2. *Почему бы не попробовать все, что можно, если это поможет ребенку стать в школе первым?*

Мыслят подобным образом очень многие родители, однако доказательств пользы телевизионной стимуляции для растущего мозга не существует. Точно известно, что чрезмерное нахождение у экрана оказывает негативное влияние на ребенка в раннем возрасте. И если на мозг школьника такое воздействие будет полезным или, в крайнем случае, безвредным, то его отрицательные последствия для мозга младенца или малыша могут проявиться только через несколько лет и бороться с ними будет уже гораздо труднее.

3. *Да ладно! Я же смотрю все это и замечательно себя чувствую.*

Последние исследования подтвердили влияние телевизионного экрана на взрослых — на кого-то хуже, на кого-то лучше — и на детей детского возраста. Однако на развивающийся мозг новорожденного или младенца он оказывает эффект совершенно иного характера.

### **МНЕНИЕ УЧЕНЫХ: СОБЛЮДАЙТЕ ОСТОРОЖНОСТЬ!**

Миллионы матерей искренне считают, что телевизор — это безопасная и надежная сиделка или, по крайней мере, безвредное занятие для младшего члена семьи. Ну, сами посудите, если ваш малыш не торчит каждый день часами у экрана, то как, скажите на милость, принять душ или помыть голову? Ведь в отсутствие любимых детских программ за ребенком и присмотреть некому будет... А так — привязан к экрану прочнее любой веревки. Да и потом, даже самые заботливые мамы должны хотя бы изредка душ принимать! И что будет служить в доме постоянным фоном? То есть как это без телевизора? Да что себе эти педиатры позволяют? Просто возмутительно!

Но важно помнить: *никакого телевизора...до двух лет.*

Экран, похоже, в разных возрастах производит на мозг различные эффекты, но особенно высоки ставки в первые месяцы жизни ребенка.

## Как телевизор может влиять на структуру мозга?

Я думаю, что телевидение — это экзамен для современного мира, и что в этой новой возможности видеть далеко за пределами нашего зрения мы можем найти либо новое и невыносимое нарушение общего покоя и мира, либо спасительное сияние в небесах. При помощи телевидения мы можем как подняться, так и рухнуть на самое дно.

*Е. Б. Уайт*

Большинство взрослых и детей смотрят телевизор слишком много, и если на взрослого это никак не влияет, то на структуру мозга ребенка может оказать существенное воздействие: разницу должны понимать каждый родитель и каждая нянечка.

Необходимо помнить, что структура и функционирование мозга каждого человека зависят от того, как он его использует.

Задняя часть мозга, отвечающая за зрение, включается довольно быстро. Далее, процесс продолжается даже во взрослом возрасте, пока полностью не подключатся лобные доли (где обрабатываются более сложные мысли, фокусируется внимание и удерживается текущая информация). В лобных долях находится оперативная, или рабочая, память. Это часть системы внимания, которая удерживает оперативную информацию, необходимую для выполнения какой-либо задачи. Например, чтобы набрать новый номер телефона, вы на него смотрите, а затем удерживаете в памяти, пока не наберете. Если в процессе вы не будете его повторять, то запросто можете забыть пару цифр, и все придется начинать сначала.

Со временем, когда подрастут и сформируются лобные доли, мозг будет лучше сохранять необходимую информацию в течение коротких промежутков времени; также разовьется его способность одновременно рассматривать несколько позиций или ситуаций. С возрастом человек учится запоминать и одновременно удерживать в уме довольно большое количество информации.

Мозг новорожденного или малыша к таким «подвигам» еще не готов. Получая отрывки развлекательных сообщений из типичной телевизионной программы, маленький ребенок не может «видеть

вещи» такими, какими их видит мозг взрослого. Он привыкает к таким «клипам» и потом может включать внимание только на очень короткие отрезки времени. В буквальном смысле, его мозг развивается по иной траектории.

Рассмотрим такую ситуацию. Вы — взрослый — смотрите по телевизору любимую комедию. Проходит представление персонажей, начинается забавная история. Затем — рекламный клип. Еще один, еще и еще. Затем комедия начинается с того места, где она прервалась, и вы — опять участник этой забавной истории. Это — то, что видит и ощущает взрослый.

А вот, что видит мозг младенца или «ползунка». Проходит представление персонажей, начинается забавная история. Затем... начинается другая история. Затем еще одна, еще и еще. Ведь младенцы и малыши не различают рекламные клипы и собственно телепередачу. Лобные доли юного мозга еще недостаточно хорошо развиты, чтобы на протяжении кучи рекламных роликов сохранить в памяти то, откуда все начиналось. Соответственно, когда после рекламы опять начинают показывать ту же комедию, мозг маленького ребенка видит ее как очередной новый сюжет. Возможности рабочей памяти ребенка еще слишком ограничены, и он не может удерживать в памяти сюжет, когда на его голову сваливается такое количество рекламы.

Развитие детского мозга в таких условиях будет направлено преимущественно на сканирование и переключение, но не на внимательность, а если такой паттерн закрепится, то в дальнейшем он будет тормозить способности к обучению. Некоторые ученые считают, что если в раннем возрасте ребенок чрезмерно много смотрит телевизор, то вероятность возникновения СДВГ существенно возрастает. Учителя постоянно видят детей, которые отвлекаются от учебного процесса — на шум кондиционера, белку за окном, шепот одноклассников. Они гораздо хуже сосредоточиваются на поставленной задаче, даже если диагноз СДВГ ставить им еще рановато.

По данным ученых, в Европе и Америке у детей, которые в возрасте 1–3 лет сидели перед телевизором, в дальнейшем возникают проблемы со вниманием. Каждый час, проводимый в день перед телевизором ребенком до 3 лет, на 10% увеличивает вероятность возникновения у него симптоматики СДВГ в семилетнем возрасте.

До тех пор, пока не будут проведены специальные исследования, невозможно ничего сказать о долговременных эффектах,

оказываемых телевидением на функции мозга. К тому же не все типы электронных СМИ воздействуют одинаково: возможно, неспешное обучающее видео действует на мозг иначе, чем дневные мыльные оперы для взрослых.

### **ОБРАТНАЯ СТОРОНА МЕДАЛИ СУЩЕСТВУЕТ ДЛЯ ЛЮБОГО ВОЗРАСТА**

Хотя исследования влияния телевидения на обучение проводятся в Европе и Америке уже несколько десятилетий, их большая часть выполнялась на дошкольниках, а чаще — на детях старшего возраста, но не на младенцах. Тем не менее установлено, что излишнее сидение перед экраном телевизора вызывает:

— проблемы веса. Дети, которые слишком много смотрят телевизор или у которых он стоит в комнате, чаще страдают от лишнего веса или ожирения, так как на активную бегодную им остается меньше времени;

— страхи. Дети в возрасте от 2 до 7 лет не могут отделить фантазию от реальности, и их чаще страшат или вызывают у них тревогу насилие и ужасы, которые они видят на экране;

— агрессию. Дети, которые увлекаются фильмами ужасов, боевиками или приключениями, имеют больше проблем с поведением в школе, чем те, кто смотрит спокойные, позитивные программы.

## **Чего телевидение НЕ делает**

Конечно же, определенное положительное влияние телевидения и компьютера было обнаружено, но — на детей старшего возраста. Так, например, некоторые эксперименты подтвердили, что просмотр образовательных программ может помочь детям старшего возраста увеличить словарный запас, получать лучшие оценки в школе и показывать более высокие результаты при тестировании на интеллект. Иное дело — младенцы и «ползунки».

Доказано, что дети лучше учатся «вживую», чем с экрана, так как обоюдный контакт глазами, происходящий при живом общении, помогает мозгу обрабатывать информацию иным — наилучшим — образом. Обучение улучшается при социальном взаимодействии, возможно, потому, что, когда рассказ читает сидящий рядом человек,

его взгляд периодически переключается на текст в книге и ребенок, в свою очередь, следит за этим. Такое направленное совместное внимание расширяет возможности обучения.

Поэтому, если вы задумаетесь, а не запустить ли образовательную видеозапись, чтобы научить ребенка, например, алфавиту или счету (образы на экране могут быть самыми обворожительными), просто вспомните, что он лучше все усвоит, если этим займетесь лично вы. Даже работа с интерактивным экраном все-таки менее эффективна, чем живое общение!

Несмотря на последние достижения в области интерактивности компьютера, «общение» с ним, скажем честно, не вызывает *реальных* ощущений. Удар по бейсбольному мячу на экране компьютера не дает обратной связи с организмом, ощущений в мышцах, когда вы весь вытягиваетесь в броске мяча! К тому же даже самые «симпатичные» образовательные видео — не более чем плоскостное отображение объекта. Малыш, смотрящий видео, на котором заснят, например, цветок, вне зависимости от того, насколько профессионально выполнена съемка, не испытывает ничего похожего на реальные ощущения, которые у него возникают при прикосновении к настоящему цветку. Чувствовать его мягкие, бархатистые лепестки и крепкий, гибкий стебель, сорвать цветок и ощутить на руках его кусочки, нюхать его аромат... Аналогичным образом, когда он смотрит видеозапись, на которой ребенок резвится под струями оросителя, это даже отдаленно не напоминает возникающие ощущения, когда на коже блестят капли холодной воды, а босые ноги касаются колючей и мокрой травы. Взрослый с большей вероятностью почерпнет что-то полезное из видеозаписи, поскольку он-то уже знает, что за предмет изображен на экране. Если же вы первый раз видите цветок или поливальную машину, то вы еще не знаете, что это такое. Сенсорные системы учат много большему, чем самый дорогой экран.

Известно, что, когда дети заняты пассивным просмотром, сами они гораздо менее активны. Чем больше времени они проводят с телевизионными персонажами, тем меньше общаются с родителями и сверстниками.

Хотя многие вопросы пока остаются без ответа, безопаснее всего использовать видео разумно и умеренно. Я несколько не удивлюсь, если лет через десять ученые выяснят, что «умное видео» для самых маленьких на самом деле «отключает» мозг. Полагаю, что ребенок не должен становиться объектом для экспериментов!