

## ДЕТИ В ВЕК ЦИФРОВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ

Мы живём в эпоху технологий. Эта новая реальность принесла с собой определённые удобства и преимущества, однако она же способна вытеснять из жизни наших детей то, что необходимо для их гармоничного развития.

Для современного человека очень важно уметь пользоваться цифровыми технологиями. Это даёт невероятные возможности для хранения, передачи и поиска информации. Вся информация преобразована в двоичный код 0-1, что и дало миру название «цифровой». Многие считают, что цифровая революция изменила общество гораздо больше, чем техническая. Мы как раз находимся в её эпицентре.

Цифровые устройства оказались также и в руках наших детей, дав им возможность иметь доступ к любой информации, пробовать множество сетевых развлечений и круглосуточно общаться друг с другом.

По мнению большинства людей, это прогресс. Тем не менее у родителей возникают сложности с воспитанием детей, проводящих перед мониторами всё больше времени. Но проблема заключается в том, что, с точки зрения теории привязанности, это не то, что нужно нашим детям. Более того, использование цифровых устройств может препятствовать укреплению и углублению привязанности, а также психологическому взрослению. А чтобы реализовать личностный потенциал, нашим детям необходимо:

- \* стать самостоятельными людьми со своими собственными идеями, намерениями, смыслами, стремлениями, предпочтениями и ценностями;
- \* напитаться привязанностью и отделиться от своих взрослых;
- \* адаптироваться к несовершенствам и потерям, чтобы быть способными жить в реальном мире.

### ◆ Влияние прямого доступа к информации на детей

Человеку не нужно слишком много информации, поэтому механизм внимания работает так: 98% поступающей информации отбрасывается в пользу осознания оставшихся 2%. Механизм внимания всегда отфильтровывает лишнее, когда дело доходит до обработки информации при

избыточной стимуляции. Когда дети смотрят в экран, активизируется дополнительная защита от информации, так как экран подобен пожарному шлангу, из которого хлещет информационный поток. Активизируя защитные механизмы, этот поток фактически мешает процессу развития мозга.

Раньше считалось, что мозг похож на процессор, обрабатывающий информацию. Сейчас известно, что мозг работает не так. Мозг решает задачи: связи в мозгу возникают для решения задач, а развиваются они через игру. Давая детям экраны, взрослые препятствуют возникновению игровой деятельности. Игра необходима для развития мозговых связей, которые позднее используются в обучении. Мозг не развивается благодаря знанию алфавита, изучению цифр или через получение информации, потому что может обработать лишь столько, сколько ему нужно для развития. Мозг развивается не через получение информации, а через ее преобразование.

Одно из исследований продемонстрировало обратную зависимость между временем, проводимым у экрана, и развитием речи у дошкольников. Существует много разных исследований о неблагоприятном влиянии экранов на развитие мозга.

◆ Прямой доступ к информации разрушает зависимость детей от взрослых

Важно понять, что заботиться о детях – значит поставить их в зависимое от взрослых положение, а главные области, в которых легче всего установить иерархические отношения, – это еда, компания и информация. Современные дети берут еду из холодильника, общаются друг с другом, а для поиска ответов на вопросы используют «Гугл», свободный доступ к информации в котором душит зарождающуюся индивидуальность и нежные ростки идей, любопытства и размышлений.

Одно из печальнейших исследований университета Южной Калифорнии показало, что время, проведенное ребенком вместе с семьей, за последние десять лет уменьшилось на треть в 30 странах.

Ребенку нужно не больше информации, а больше контакта, близости и приглашение существовать в нашей жизни. Дети должны напитаться этим, и лишь тогда они станут самостоятельными существами. А сейчас у детей беспрецедентными темпами возникает скука, от скуки они ищут больше информации и больше социальной стимуляции, что, в свою очередь, не

помогает с ней справиться. Слово «скука» (bore) в английском языке имеет еще одно значение: «дыра». Это ощущение дыры, которую нужно чем-то заполнить. Некогда человек пытался заполнить ее своим появившимся «я», интересом, любопытством, вопросами о своем мире, а сейчас мы пытаемся заполнить эту дыру информацией и стимуляцией. Однако беда в том, что информация этому не способствует. Она должна быть последней составляющей в уравнении.

#### ◆ Видеоигры и проблемы воспитания детей

Видеоигры не способствуют связи поколений и не ведут к первичной адаптации к потерям и поражениям. Современные игры — это игры на интерес. В них нет проигрыша, а значит, и нет места адаптации, потому что всегда есть новый уровень или новая попытка. Видеоигры не дают возможности совершенствовать умения и мастерство, лишают детей возможности взаимодействовать, перебивают всякий аппетит к сближению и тесному общению. Настоящую тревогу вызывает то, что у человека появляется болезненная тяга к победе, связанная с активацией нейронов, отвечающих за привязанность, что делает человека крайне зависимым от игры.

Чем опасно общество, внутри которого социальное общение построено на цифровых технологиях? Нарушается связь между поколениями, а поиск близкого контакта происходит без заботы и любви, без ритуалов завладения, которые помогают активизировать инстинкты привязанности. Следовательно, общение в социальных сетях поверхностно и направлено на то, чтобы участники не получили травму от общения. Между людьми может не быть никакой эмоциональной близости, в социальных сетях в принципе нет места глубоким эмоциональным переживаниям и психологической близости. Вся энергия распыляется. Взамен остается бешеная активность, направленная исключительно на поиск поверхностного контакта, и конечно же, это мешает истинной привязанности.

В условиях соцсетей отношения между людьми не могут развиваться как следует, так как они не располагают к желанию налаживать связь и идти на близкий контакт. У Шерри Тёркл, ведущего ученого в области цифровых технологий, есть прекрасная книга «Одинокие вместе», в которой говорится о сути такого общения: «Сегодня мы чувствуем себя беззащитными в общении с другими людьми, в то же время в стремлении к этой близости мы

обращаемся к компьютерным технологиям, чтобы вступить в отношения и – чтобы полностью от них защититься».

Елена Фурдак, <http://alpha-parenting.ru/2018/10/08/deti-v-vek-tsifr..>