

Как не стать «TV-зомби»?

Телевидение вошло в нашу жизнь более полувека назад, и теперь мы уже не можем представить себе ни дня без любимой передачи или сериала. Иногда кажется, что сейчас почти все – даже древние старушки – с жадностью всматриваются в сюжеты всяких «Чрезвычайных происшествий», запоминают подробности и потом охотно смакуют их с соседками на скамеечке возле подъезда, якобы сетуя на то, какие кошмары творятся вокруг.

Но, к счастью, я встречала и людей, которые сознались, что уже давно почти не смотрят телевизор, особенно все эти «чернушные» передачи: только расстроишься лишний раз. И вот что занятно: чаще всего это были очень успешные, здоровые люди, с которыми общаться – одно удовольствие! Может, это неспроста?

Люди смотрят взахлеб, как ссорятся до хрипоты в «Пусть говорят», возбужденно привстают с диванов, когда Лолита в своем дневном шоу «Без комплексов» делает очередной выпад в адрес одного из своих мужей, в нескольких выпусках новостей не отрывают глаз от катастроф, произошедших за день, и думают: «Ну, где в этот раз трянуло, взорвалось, залило?».

Такая «культура» оглушает, выматывает. От телевизора уползаешь, уже не способной ни на что – только спать. Может, кому-то хорошо, что собственные проблемы кажутся меньшими, незначительными. Но благодаря этой «замене» отмирают живые эмоции, и мы получаем новый вид человека – бесчувственного, «замороженного» по отношению к себе и своим близким, нервного, издерганного, но все равно тянущегося к экрану, как зомби в поисках чего-то еще, что его «заденет», заставит на время почувствовать себя почти живым...

Людям зачем-то нужны шоковые раздражители: измены, «подставы», торговля детьми, педофилия и сексуальные маньяки, вандализм и сенсационные подробности о звездах. Информация шокирует и цепляет, а завтра ее потребитель снова рыщет в поисках переживаний. Дальше происходит привыкание – только шоковые раздражители могут волновать. Это уже зависимость, наркотик.

Как не стать «TV-зомби»

Автор: admin

14.09.2011 18:01 - Обновлено 29.10.2014 16:14

Сцены насилия на ТВ могут сказаться на психике человека, но в большей степени это относится к категории стрессоустойчивых людей. А в основном, это дети и пожилые люди. Они близко к сердцу принимают события. Дети в силу отсутствия человеческого жизненного опыта более чувствительны к такому мощному воздействию, особенно к телепередачам с насилием.

Это не значит, что смотреть телевизор плохо или вредно. Телевидение обучает, расширяет кругозор, развлекает, расслабляет, уводит от гнетущей действительности, позволяет наслаждаться прекрасным. Однако даже человек, понимающий, что надо бы поменьше времени проводить у экрана, зачастую ничего не может с собой поделаться.

Но важно понять одно: все это «в телевизоре» создано лишь для того, чтобы «схватить» вас и не отпускать, не позволять вам выключить «ящик» или переключиться на конкурирующий канал. Со временем вы отучаетесь чувствовать по-настоящему, настроение начинает меняться волнообразно: шок во время очередного сюжета, а потом – равнодушие...» Сколько-сколько там людей при торнадо в Северной Америке погибло?»...

Когда на душе светло и радостно, когда есть дело, которому отдаешь все силы и помыслы, то потребности в «чернухе» нет. В человеческой глупости, ненависти, грязи нет ничего необычного. Нужны ли они вам? Решайте сами. Пока окончательно не «подсели» на эмоции, которые ничего хорошего вам не принесут.

Я считаю так: жизнь у нас одна, и есть дела поинтереснее, чем тратить время возле «ящика».

Автор - **Ольга Кулакевич**

[Источник](#)