

Что происходит, когда работа над информацией сводится к двум–трём движениям «мышки»? Происходит упрощение головного мозга! Процесс усложнения головного мозга происходит посредством глубокой аналитической обработки информации, сопостав-

## ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОЕ ПОКОЛЕНИЕ БУДЕТ НЕ ТОЛЬКО БОЛЕЕ ГЛУПЫМ, НО И БОЛЕЕ БОЛЬНЫМ

ления и обдумывания данных. В это время формируются дополнительные взаимосвязи между нейронами, так называемые синапсы, что было выявлено при помощи современных методик исследования головного мозга — нейровизуализации.

Мозги умственно отсталого и эрудита в первую очередь различаются количеством взаимосвязей между клетками. Необдуманное и бесконтрольное пользование интернетом (особенно детьми и подростками) ведёт к значительному нарушению мыслительной деятельности, недоразвитию головного мозга за счёт обеднения межклеточных взаимодействий.

При этом необходимо понимать, что интернет-зависимое поколение будет не только более глупым, но и более больным. Высокий интеллект, как было продемонстрировано в ряде исследований и наблюдений, во многом определяет здоровье индивида, его благополучие, умение адаптироваться к быстро меняющемуся условиям окружающего мира.

Нам необходимо воспользоваться опытом стран Европы, Америки, Азии и не повторять их ошибки. Так, по данным американских ученых, за последние 10 лет временные затраты на цифровые технологии у американских школьников увеличились на три часа в день и составляют около восьми часов. При этом время «крадётся» у живого межличностного общения, сна и, конечно, учёбы.

Первоначально считалось, что чем больше компьютеров в школах, тем лучше дети будут учиться. Жизнь демонстрирует обратное. Анализ успеваемости школьников показал, что



ноутбуки, смартборды снижают эффективность учёбы за счёт режима многозадачности; увлечение компьютерными играми формирует поверхностное мышление.

Сегодня очевидно: выиграла те страны, которые вкладывали не в компьютерные технологии в образовании, а в педагогов. Уровень образования в этих государствах выше. Компьютер у школьника — это в первую очередь увеличение времени на игры, «блуждание» по безбрежному информационному океану, «псевдообщение» в социальных сетях с беспокойным отслеживанием количества друзей, лайков и т. д.

Сегодня можно аргументированно утверждать, что для детей и подростков цифровые технологии оказываются не бесполезными, а вредными. Если ребёнок, не овладев в совершенстве письмом и чтением, учится сразу набирать текст на компьютере, это приведёт к задержке развития! Дело в том, что формирование навыков чтения и письма — тесно взаимосвязанные процессы. Для того чтобы запомнить произношение буквы, слога, их необходимо неоднократно прописать при помощи карандаша или ручки. Только этот механизм формирует необходимые для чтения и письма нейронные ансамбли.

С другой стороны, обучающие программы взамен живому человеческому общению также крайне вредны для развивающегося головного мозга. В настоящее время никто не знает в деталях, как происходит обучение речи, прямохождению и другим базовым навыкам, обсуждается механизм импринтирования или запечатления. Давайте сравним ситуации: ребёнок воспитывается любящими его родителями, волчьей стаей и компьютерной программой. Сегодня мы знаем, что дети-маугли, которые до трёх лет не взаимодействовали с людьми, уже никогда не будут социализированы, их мозг «застынет» на уровне животного восприятия мира.

А что насчёт воспитанников компьютеров? Неутешительные перспективы. В качестве яркой иллюстрации — пример из жизни. Недоношенные дети, которых нянечки в нарушение правил профилактики инфекционных осложнений брали на руки, обнимали и баюкали, развивались быстрее и чаще выживали в сравнении с детьми, которые оставались в «идеальных» стерильных условиях суперсовременных систем.

Цифровые технологии наносят удар здоровью взрослых и детей через уменьшение количества сна. Негативные последствия