

Media a zdrowie

Anfisa Baravik, Ekaterina Babich

Badania, prowadzone ostatnio przez Byrona Reevesa i Clifforda Nassa, dotyczące reagowania ludzi na media, zaowocowały interesującymi wnioskami. "Ludzkie reakcje pokazują, że media są czymś więcej niż tylko narzędziami. Media mogą wtargnąć w naszą przestrzeń osobistą, mogą posiadać osobowość, która pasuje do naszej, mogą być członkami zespołu i uaktywniać stereotypy związane z płcią. Media mogą wywoływać reakcje emocjonalne, wymagać koncentracji uwagi, zagrażać nam, wpływać na pamięć i zmieniać pojęcia tego, co naturalne. Media są pełnymi uczestnikami naszego świata społecznego i rzeczywistego" (Reeves, 2000, s. 294). Autorzy tych wniosków twierdzą, że **zjawisko utożsamiania mediów z rzeczywistością następuje automatycznie, gdyż mózg ludzki nie posiada mechanizmu pozwalającego rozróżnić świat medialny od rzeczywistego**. Człowiek nie jest ewolucyjnie przystosowany do XX-wiecznych technologii, gdyż przez całe tysiąclecia funkcjonował w świecie rzeczywistym, gdzie postrzegany przedmiot naprawdę był tym przedmiotem, a relacje społeczne mogły mieć miejsce tylko w kontakcie międzyludzkim. Stąd prezentacje medialne mogą wywoływać wszechogarniające wrażenie rzeczywistości, jeśli nie są poddane świadomej kontroli umysłu.

O efekcie oddziaływania mass mediów na odbiorcę decydują m.in. tzw. **czynniki pośredniczące**, do których można zaliczyć:

- cechy osobowe odbiorcy,
- postawy odbiorcy wobec mass mediów,
- oddziaływanie grupy odniesienia,
- przeżywane interakcje,
- kulturę,
- wychowanie
- czas.

Wpływ mass mediów na jednostki i społeczeństwo może mieć **charakter bezpośredni, kumulatywny i podświadomy** (J. Koblewska 1972). **Wpływ bezpośredni** to sfera doznań intelektualnych i emocjonalnych, powstających po odbiorze publikowanych treści (śmiech, lęk, radość, smutek). Reakcje te następują w trakcie i bezpośrednio po odbiorze określonych treści, mają wpływ względnie nietrwały.

Wpływ kumulatywny działa na zasadzie mechanizmów drażenia. Każdy program (również tekst) wywiera mały wpływ, który kumuluje się pod wpływem poprzednich informacji i powoduje w psychice odbiorcy wyraźne zmiany.

Zbliżony do wpływu kumulatywnego jest **wpływ podświadomy**. Polega on na swoistej penetracji psychiki przez treści publikowane w mass mediach. Nieuświadomione przez jednostkę zmiany dają o sobie znać w różnych życiowych sytuacjach, np. w dokonywaniu wyborów, w sytuacjach zagrożenia, w sposobach rozwiązywania problemów, w sytuacjach konfliktowych.

Bp A. Lepa stwierdza, że "przyjmuje się powszechnie **cztery kierunki zmian w osobowości** jednostki pod wpływem mass mediów:

1. niektóre z dotychczasowych postaw i opinii przestają istnieć,
2. utworzenie się zupełnie nowych postaw i opinii,
3. wzmocnienie istniejących już postaw i ugruntowanie opinii,
4. osłabienie dotychczasowych postaw i podważenie opinii" (A. Lepa 1998, s. 116).

Przemoc w mediach.

Przekazy medialne w coraz większym stopniu nasycone są obrazami przemocy. Można je spotkać już w "kreskówkach", w filmach, w programach informacyjnych, w grach komputerowych. Według badań prowadzonych wśród młodzieży amerykańskiej "obliczono, że przeciętny dwunastolatek zdążył obejrzeć w ciągu swego życia na ekranie telewizyjnym ponad 100 000 aktów agresji" (Aronson, 1998, s. 513

Głównym źródłem agresji jest **społeczne uczenie się**, naśladownictwo. Aronson pisze, że w wielu badaniach "nie tylko stwierdzono istnienie wysokiej korelacji między liczbą oglądanych brutalnych filmów a skłonnością do zachowań agresywnych, ale stwierdzono także, że wraz z upływem lat badanego korelacja ta staje się silniejsza"

Długotrwały i intensywny kontakt z przesyconymi przemocą mass mediami prowadzi do **stopniowego odwrażliwienia odbiorcy**, zanika odraza i przerażenie na widok scen ociekających krwią, maleje współczucie dla ofiary, rodzi się przyzwolenie na obecność agresji i akceptacja użycia jej "w razie potrzeby". Brutalne sceny rozgrywane się w wirtualnej rzeczywistości rodzą psychiczny dystans, prowadząc do tego, iż widz w sytuacji rzeczywistej nie potrafi odczuć grozy sytuacji.

Kreowanie fałszywego obrazu siebie i świata.

Jedną z dróg poznawania siebie jest porównywanie się z innymi ludźmi. Założenia **teorii porównań społecznych** głoszą, że każdy człowiek ma "potrzebę oceniania własnych poglądów i zdolności, poznawania swoich mocnych stron dla uzyskania trafnego obrazu siebie" (Aronson, 1998, s. 250). **Porównania można dokonywać w celu określenia standardu doskonałości** (z ludźmi lokującymi się wyżej w zakresie jakiejś cechy czy zdolności) **i w celu uzyskania większego zadowolenia z siebie** (z ludźmi lokującymi się niżej w zakresie jakiejś zdolności czy cechy). Stwarza to możliwość regulowania swych odczuć i osądów zgodnie z aktualną potrzebą. Świat mediów obfituje w sytuacje sprzyjające porównaniom. Niestety, odbiorca jest pozbawiony kontroli nad tym, z kim ma się porównywać. Lansowane w prasie filmach i programach telewizyjnych wzorce urody, niejednokrotnie będące w zasadniczej rozbieżności z obrazem własnej osoby, skazują odbiorcę na stałą konfrontację z ideałem, nie dając szansy na porównania mogące podnieść własną samoocenę. Zważywszy, że w okresie dojrzewania zwraca się szczególną uwagę na wygląd własnego ciała, można oczekiwać pojawienia się u dorastającej młodzieży braku akceptacji własnej osoby i zaniżania samooceny.

Preferowane przez media wzorce zachowań charakteryzują się nadmiernym eksponowaniem wartości zabawy, rozrywki, nieograniczonej wolności, łatwego sukcesu, tworzeniem swoistego kultu młodości - nawet osoby starsze akceptowane są tylko wtedy, gdy prezentują zachowania "promłodzieżowe" (starsza pani na motorze, wiekowy ojciec prezentujący wyjątkową sprawność fizyczną). Jednocześnie unikają one tematów, które pozwoliłyby na odniesienie się do problemów egzystencjalnych związanych z przemijaniem, samorealizacją, byciem z innymi. Prowadzi to do zafałszowania obrazu świata, pomija najistotniejsze problemy, rodząc wizję odrealnioną, w której nie ma miejsca na trud, cierpienie, przemijanie, śmierć. "Problem i niebezpieczeństwo wynikające z niewłaściwego korzystania z mediów polega na tym, iż rzeczywistość kreowana przez media nie tylko nie pomaga człowiekowi w przezwyciężaniu (...) [dychotomii egzystencjalnych], ale poprzez zamazywanie i przemilczanie czyni je jeszcze trudniejszymi do przeżycia" (Kwiek, 1997, s. 92) Odpowiedzi mediów na istotne problemy, z jakimi musi uporać się dorastający człowiek, są złudne lub nie ma ich wcale.

Żyjemy w świecie informacji - jej natłok sprawia, że samodzielnie nie jesteśmy w stanie przyswoić i zanalizować wszystkich docierających do nas przekazów. Poznajemy świat za pośrednictwem specjalistów od informacji - to oni mają za zadanie zdobyć, wyselekcjonować i zmontować przekaz prasowy, telewizyjny, czy radiowy. Rodzi to niebezpieczeństwo manipulowania odbiorcą. W przypadku przekazu wiadomości ta manipulacja jest tym bardziej niebezpieczna, że często nie bywa uświadomiona (oglądając reklamę czy film zdajemy sobie sprawę, że autorowi chodzi o wywołanie w widzu określonych wrażeń, natomiast w trakcie śledzenia programów informacyjnych ten aspekt może umykać naszej uwadze). Presja zwabienia odbiorcy sprawia, że obniża się jakość programów, a rzeczywistość jest upraszczana, pozbawiona analizy, epatująca sensacją.

Dążenie do zwiększenia oglądalności programów skłania do prezentowania scen przemocy, tragicznych wydarzeń, konfliktów, co w konsekwencji może prowadzić do zmian w społecznym postrzeganiu świata. Działa tu zasada skąpca poznawczego - rozpoznaję to, co znam, a media jawią mi świat pełen przemocy, więc widzę świat negatywnie, zaczynając postrzegać ludzi jako złych i agresywnych. Szczególnie niebezpieczne jest to w przypadku dzieci - prowadzone obserwacje wskazują, że efektem mogą być stany lękowe, koszmary nocne, strach przed ludźmi, nadmierne pobudzenie (Izdebska, 2000, s. 88). Istnieje ogromna potrzeba uświadamiania młodym ludziom manipulacyjnej roli mass mediów oraz wyposażania ich w wiedzę pozwalającą rozpoznawać techniki tych manipulacji. Edukacja medialna wprowadzana do szkół daje możliwość podjęcia tej próby przez nauczyciela.

Literatura:

http://www.profesor.pl/mat/na7/na7_b_wandurska_030813_1.php?id_m=6108

http://www.wychowawca.pl/miesiecznik/6_114/05.htm

http://www.reporterzy.info/article.php?go=warsztat,59,rola_mediow