**Зачем мы читаем**

(1)Среди огромного разнообразия различных культурных увлечений человека одно из самых распространенных — любовь к историям. (2)Мы любим погружаться в хорошие книги и фильмы. (3)Когда это случается, мы отгораживаемся от всего, что происходит вокруг, и полностью растворяемся в истории. (4)Психологи называют это явление «перемещением». (5)Они провели много изобретательных экспериментов, чтобы выяснить, что делает рассказы убедительными, почему люди стремятся к «перемещению» и вживанию и у каких людей больше шансов испытать это чувство. (6)Перемещение связано с идеей «потока»: тем спектром приятных ощущений, которые вы испытываете, когда с головой уходите в свою деятельность и теряете чувство времени. (7)Оказывается, чаще всего люди прибегают именно к чтению, чтобы испытать чувство потока.

(8)Временный уход от реальности приносит людям удовольствие, и они часто предпочитают обращаться к конкретным повествованиям для эффективного управления своим настроением. (9)Если человеку грустно, он ищет историю, которая могла бы подбодрить его, или, возможно, сделать его печальнее и задумчивее. (10)Литературное перемещение часто привлекает людей тогда, когда они испытывают негативные чувства относительно самих себя или когда они считают, что отстают от своих собственных стандартов. (11)Одно исследование показало интересную закономерность: когда в лабораторных условиях люди получают негативную обратную связь, позже они тратят больше времени на просмотр телевизора. (12)Эти данные свидетельствуют о том, что мы часто используем литературное перемещение в качестве своего рода побега.

(13)Понятно, что если мы хорошо осведомлены об особенностях рассказа или легко соотносим себя с персонажами, мы можем легче перемещаться. (14)Исследования подтвердили это. (15)В одном эксперименте люди, хорошо знакомые с общинной жизнью, лучше вживались в рассказы о ком-то, кто заботился о братском воссоединении. (16)Даже «зимняя история» даёт большее перемещение, когда читаешь ее зимой.

(17)Рассказы всех мастей могут воздействовать на нас, влиять на наши отношения или представления о реальном мире, о том, что хорошо или плохо. (18)Даже вымышленные истории, как известно, способны вызвать изменения в представлениях о мире. (19)Одно недавнее исследование показало, что люди менее склонны выдвигать контраргументы на вопросы, затронутые в истории, если при чтении они испытали перемещение.

(20)Что хорошо в историях — они помогают понять чужие точки зрения. (21)Чтение художественной литературы может способствовать улучшению взаимопонимания и имеет отношение к уменьшению насилия в мире. (22)Согласно одному исследованию, чтение художественной литературы способствует формированию социальных навыков, например умению воспринимать то, что люди думают и чувствуют. (23)Другое исследование показало, что даже дети, которые читают истории с участием персонажей-афроамериканцев, более позитивно относятся к ним, чем дети, которые в реальности взаимодействовали с темнокожими детьми.

(24)Таким образом, теперь мы знаем, что перемещение может принести нам временное облегчение, показать выход из депрессии повседневной жизни. (25)Более того, психологические исследования показывают, что вымысел даже может изменить наши мысли.

**Джим Дэвис** (Jim Davies) — ученый-когнитивист, писатель. Опираясь на научные исследования в области философии, антропологии, психологии и биологии, Джим Дэвис помогает разобраться в причинах того, почему некоторые вещи нас особенно сильно увлекают и притягивают.