

**Lidia Maria Jedlińska**

Wojewódzka Biblioteka Publiczna w Krakowie

Artykuł zamieszczony na platformie edukacji dorosłych EPALE (29.03.2017) [TUTAJ>>>](#)

## **„Plusy ujemne” technologii cyfrowych**

Korzystanie z Internetu i smartfonów stało się podstawowym kryterium, wyznaczającym minimum zaawansowania technologicznego żyjących na początku XXI wieku. Łatwy dostęp do informacji – nie tylko ogólnej, ale i specjalistycznej, możliwość szybkiej komunikacji bezpośredniej czy wygodnego załatwiania wielu spraw bez zmiany miejsca przebywania, to tylko najważniejsze przyczyny tej sytuacji. Te niewątpliwe zalety sprawiają, że nie analizujemy głębiej wpływu nowoczesnych urządzeń i technologii na naszą kondycję intelektualną i fizyczną oraz rozwój człowieka. Nie myślimy kompleksowo o ryzyku, na jakie wystawiamy siebie i na jakie starsi przyzwalają młodemu pokoleniu. Ograniczamy się do jednoznacznie zdefiniowanych zagrożeń, doskonaląc się w tworzeniu barier dostępu, odfiltrujących to co niepożądane dla danej grupy. Warto się jednak zastanowić, czy oprócz niewątpliwych – sięgając do klasyka - „plusów dodatnich” i „minusów ujemnych” nie można, a nawet należy, wskazać jeszcze co najmniej „plusów ujemnych” ;)

Zadajmy sobie zatem na początek dwa pytania:

- czy dzięki Internetowi stajemy się naprawdę inteligentniejsi?
- czy wykazywane doświadczalnie wywołanie nowoczesnymi technologiami większej aktywności mózgu oznacza zawsze lepsze funkcjonowanie?

Poszukajmy odpowiedzi nie upraszczającej rzeczywistości, sięgając do coraz częściej pojawiających się opracowań.

Ostatnio dużo mówi się o znanej od dawna demencji osób starszych. Organizowane są konferencje, spotkania, warsztaty jak jej zapobiegać i niwelować objawy. Z młodymi osobami nie jest ona raczej kojarzona. Dlatego sporym zaskoczeniem był artykuł, który ukazał się w 2013 roku w jednej z koreańskich gazet, dotyczący problemów z pamięcią wśród młodzieży. Grupa lekarzy z Korei Południowej poddała badaniom wybraną grupę nastolatków nadużywających nowych technologii. Stwierdzono u nich pogorszenie zdolności poznawczych. Wykazano, że młodzi ludzie stali się tak zależni od technologii cyfrowej, że nie są już w stanie zapamiętać codziennych szczegółów, takich jak na przykład numery telefonów. Osłabiona zostaje ich zdolność do przesyłania informacji z pamięci krótko - do długotrwałej.

Badania są o tyle wiarygodne, że właśnie w Korei ponad 67% młodzieży po 16. roku życia używa smartfona. To najwięcej na świecie. Lekarze alarmują, że przypadki pogorszenia pamięci, kłopotów z koncentracją i obojętności emocjonalnej są coraz częstsze u młodych, którzy spędzają dużo czasu na pisaniu SMS-ów, surfowaniu w Internecie czy korzystaniu z komputera.

Zdiagnozowaną nową jednostką chorobową nazwano *"Cyfrową Demencją"*. Stwierdzono, że do jej rozwoju mogą przyczyniać się smartfony, laptopy i nowe iPady. Młodzi ludzie są na

nią szczególnie narażeni, ponieważ mózg w tym wieku ciągle jeszcze się rozwija. Dr Byun Gi-won (Centrum Równowagi Mózgu w Seulu) uważa, że nadużywanie smartfonów utrudnia zrównoważony rozwój mózgu – współpraca z nimi rozwija głównie lewą półkulę mózgu (analityczna, krytyczna, myślenie logiczne), zaniedbując rozwój prawej półkuli (intuicja, wyobraźnia, emocje, działania kreatywne).

Wyniki tych badań potwierdził Gary Small, profesor psychiatrii z Uniwersytetu Kalifornijskiego, wg którego technologia cyfrowa wywołuje szybkie i głębokie zmiany w naszych mózгах. Nie zawsze dobre. Stwierdził, że młodzi ludzie coraz bardziej cierpią na problemy z pamięcią (14% osób w wieku między 18 a 39 skarżyło się na jej osłabienie).

Z jednej strony, używanie Internetu sprzyja wykształceniu umiejętności szybkiego przeglądania tekstu. Jest ona równie ważna co zdolność czytania i myślenia. Z drugiej jednak – niekontrolowany napływ informacji może zdominować myślenie, a szybkie przeglądanie staje się celem samym w sobie. Badania prowadzone w wielu krajach pokazują, że łącząc się z siecią stajemy się mniej skoncentrowani, czytamy powierzchownie, a informacje przyswajamy pobieżnie.

Problem może nie byłby tak dotkliwy, gdyby dotyczył tylko wirtualu. Niestety, zachowania te i internetowe nawyki są przenoszone do świata rzeczywistego. Nasz umysł przyzwyczaja się do działania „na skróty”. Zaczyna się problem z koncentracją na jednym zadaniu, częściej rozpraszana jest nasza uwaga. Stwierdzono, iż dzieci korzystające z cyfrowych urządzeń dotykowych mają [zaburzone umiejętności manualne tj później rozwijają zdolności takie jak trzymanie ołówka, pisanie czy rysowanie. \(link is external\)](#) Wykazano również, że dzieci [wykorzystujące urządzenia elektroniczne \(smartfony, tablety itd\) do nauki mają coraz mniejszy zasób słów. \(link is external\)](#) Wynika to z tego, iż coraz mniej spędzają one czasu na rozmowie z dorosłymi ludźmi i rówieśnikami, a proces zapamiętywania i uczenia się nowych słów oparty jest właśnie na słuchaniu, naśladowaniu i ostatecznie zapamiętywaniu, słów oraz zwrotów. Tymczasem coraz częściej widzimy wokół, w autobusach, tramwajach, na parkowych ławkach, dzieci i młodzież wpatrzonych przez długi okres czasu w smartfona, zdających się nie mieć kontaktu z bezpośrednim otoczeniem. W domach niejednokrotnie ich najlepszym kompanem jest Internet ze swoimi schematami komunikowania.

Dochodzi do tego, że dużą popularnością zaczynają się cieszyć warsztaty, mające wymiar terapeutyczny, na których duża część ćwiczeń zmusza uczestników do interakcji między sobą. Na początku nie zawsze jest to łatwe, co nie znaczy, że dla pokolenia Facebooka stało się niemożliwe.

*"Gadżety wyręczają nas w zapamiętywaniu nudnych informacji, ale jeśli nie będziemy korzystać z funkcji naszych mózgów, to tym samym będziemy stopniowo zmniejszać ogólne umiejętności poznawcze"* – twierdzi psychiatra dr Kim Young-bo

Opisane wyżej problemy to tylko wierzchołek góry lodowej. Obrazują zagrożenia, których skalę trudno przecenić. Warto zatem coraz głośniej powtarzać, że nowoczesne urządzenia i technologie mają człowiekowi pomagać i są narzędziami, a nie celem działań. Nadmierne korzystanie z nich prowadzi nie tylko do uzależnień (i co ciekawe – nie tylko młodych ludzi), ale ograniczania umiejętności poznawczych i emocjonalnych.

ICT to zaledwie jeden ze środków naszego rozwoju. Nie zmierzymy przecież do budowy zbioru żyjących obok siebie „sprawnych internetowców” czy „smartfoniarzy”,

ale społeczeństwa umiejącego – przy wykorzystaniu dostępnych technologii - przetwarzać informacje, korzystać z wiedzy i instrumentów dla wspólnego dobra i wszechstronnego rozwoju.

Chyba, że się mylę ... ;)

**dr Lidia Maria Jedlińska** - główny specjalista ds. integracji społecznej w Dziale Edukacji, Nauki i Badań Wojewódzkiej Biblioteki Publicznej w Krakowie, koordynator projektów krajowych i międzynarodowych koncentrujących się na problematyce przeciwdziałania wykluczeniu społecznemu i cyfrowemu (pomysłodawca Programu „[Szkoła @ktywnego Seniora-S@S](#)”); organizator warsztatów, seminariów, konferencji z zakresu edukacji obywatelskiej; promotor współpracy międzypokoleniowej, ambasador EPALE i LABIB