

Smartfon w szkole?

Korzystanie ze smartfonów przez uczniów w szkołach źle wpływa na ich zdolności poznawcze. Powołując się na doświadczenia z innych krajów, m.in. w Francji czy Wielkiej Brytanii - eksperci wskazują, że zakaz używania przez uczniów telefonów komórkowych w szkołach przynosi pozytywne efekty zarówno pod względem wyników w nauce, jak i poprawy interakcji z rówieśnikami.

Badania pokazują, iż wielozadaniowość, czyli ciągłe przełączanie się pomiędzy różnymi aktywnościami (co jest plagą dzisiejszych czasów i to nie tylko w odniesieniu do dzieci w szkołach, ale też do ludzi dorosłych) ma zły wpływ na zdolności poznawcze czy nawet na funkcjonowanie mózgu na poziomie neuronalnym. Ludzie mają ograniczone zasoby poznawcze, czyli rodzaj energii mentalnej, która pozwala im uczestniczyć w różnych aktywnościach intelektualnych - pozwala myśleć, koncentrować uwagę na jakiś zadaniach. Więc jeśli jakaś część z tej energii idzie na używanie smartfonu, to dużo mniejsza część tych zasobów pozostaje na uczestnictwo w lekcji, na słuchanie nauczyciela, odpowiadanie na pytania... i to jest obserwowane zarówno w szkołach, jak i podczas zajęć na uczelniach.

Wielu młodych ludzi jest uzależnionych od telefonów - odczuwa ciągły przymus ich używania, niezależnie od okoliczności, i czuje niepokój, kiedy telefonu nie ma przy sobie. Telefon bardzo często zastępuje inne formy komunikacji, nawiązywania interakcji z rówieśnikami i rodzicami. Zabiera też czas, który może być poświęcony na inne czynności ważne dla rozwoju dziecka, tj. aktywność fizyczną albo interakcje z rówieśnikami.

Zdaniem Anny Paszkowska-Rogacz trudnym tematem jest to, od kiedy dawać dziecku smartfon. Na to - w jej ocenie - nie ma jednej, dobrej recepty. Amerykańskie Towarzystwo Pediatriczne radzi np., aby przed 18 miesiącem życia dziecko nie miało kontaktu z ekranem. Później do ukończenia dwóch lat powinien on być ograniczony do 5 minut jednorazowego kontaktu, ale tylko pod ścisłą kontrolą rodzica, która wyjaśnia dziecku to zjawisko, z którym ma ono właśnie kontakt. Następnie do 5. roku życia kontakt dziecka z ekranem powinien być ograniczony do maksymalnie godziny dziennie, w kilkunastominutowych blokach.

Psycholog podkreśla, że nie tylko szkoła, ale też rodzice powinni mieć wpływ na sposób korzystania przez dzieci z urządzeń elektronicznych. Postawy rodzicielskie mogą bowiem sprawiać m.in. to, że dziecko częściej i dłużej gra w gry na urządzeniach elektronicznych. "To też wskazuje na to, że smartfon może być czasami jakąś formą ucieczki, formą kompensacji. Jest to warte zastanowienia - i to zarówno po stronie szkoły, jak i rodziców - jaką rolę w życiu dziecka pełni to urządzenie. Bo obecnie pełni bardzo ważną" - mówi psycholog.

Całkowity zakaz korzystania z telefonów przez uczniów poniżej 15. roku życia w szkole ma obowiązywać od września tego roku we Francji. Dotąd zakaz obejmował tam korzystanie ze smartfonów na lekcjach, teraz nie wolno ich będzie można mieć także na przerwach. Zdaniem psycholog doświadczenia światowe, np. we Francji czy w Wielkiej Brytanii pokazują, że jeśli gdzieś wprowadzony jest zakaz korzystania ze smartfonów na lekcjach (pod groźbą skonfiskowania ich) - daje to pozytywne efekty, m.in. jeśli chodzi o wyniki w nauce.

Na podstawie www.psychologia.net.pl