

Smartfony w szkole negatywnie wpływają na uczniów

26 stycznia 2018

Korzystanie ze smartfonów przez uczniów w szkołach źle wpływa na zdolności poznawcze. Dzieci korzystające podczas lekcji z telefonów komórkowych mają gorsze wyniki w nauce – mówi PAP psycholog Joanna Paszkowska-Rogacz z Instytutu Psychologii Uniwersytetu Łódzkiego.



Powołując się na doświadczenia z innych krajów, m.in. w Francji czy Wielkiej Brytanii – ekspert wskazuje, że zakaz używania przez uczniów telefonów komórkowych w szkołach przynosi pozytywne efekty zarówno pod względem wyników w nauce, jak i poprawy interakcję z rówieśnikami.

Badania pokazują, iż wielozadaniowość, 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 – podkreśla psycholog.

Funkcjonowanie obszaru mózgu odpowiedzialnego m.in. za zdolność do empatii i za kontrolę emocjonalną może ulegać

zaburzeniu w wyniku tzw. multitasking. „Można powiedzieć, że bycie z jednej strony w klasie i uczestnictwo w lekcji, a z drugiej strony – pisanie na telefonie komórkowym, wymienianie wiadomości – jest rodzajem multitasking” – zaznaczyła.

Jak mówi, 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 kontakt poprzez 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” – podkreśliła psycholog.

Ekspertka przyznaje, że 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.

Psycholog przytoczyła wyniki badań, przeprowadzonych przez Jeffrey\’a Huznekoffa z Miami University Midletown w Ohio na trzech grupach uczniów. Jedna z grup w czasie lekcji mogła komunikować się na messengerze w trakcie nauki, inni – też mogli, ale ta komunikacja miała dotyczyć materiału omawianego na lekcjach. Trzecia grupa uczniów nie miała dostępu do telefonów.

„Ewidentnie pierwsza grupa, która robiła rzeczy na swoich smartfonach nie związane z lekcją, miała te wyniki w nauce gorsze, zapamiętała mniej i robiła też mniej notatek w trakcie lekcji, bo zwyczajnie nie miała czasu” – zaznaczyła

Paszkowska-Rogacz.

Zdaniem ekspertki trudnym tematem jest to, od kiedy dawać dziecku smartfon. Na to – w jej ocenie – nie ma jednej, dobrej recepty. Amerykańskie Towarzystwo Pediatryczne 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 mogą 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.

Jako przykład podała koreańskie badania, w których wzięło udział 1800 uczniów w różnym wieku. Okazało się, że dzieci w wieku wczesnoszkolnym, których rodzice byli z nimi bliżej emocjonalnie, rzadziej też korzystały z urządzeń elektronicznych i mniej czasu poświęcały na gry. Natomiast we wszystkich grupach wiekowych czynnikiem ryzyka były nadmierne wymagania ze strony rodziców.

„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.

Podkreśliła, że dzieci, które są odcięte za karę od telefonu, bardzo mocno to przeżywają.

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.

„Być może zabieranie ich, jeśli pojawią się na lekcji czy na przerwie, może być trudne na początku dla uczniów, którzy zetkną się z tym po raz pierwszy. Ale jeśli będą przychodziły kolejne roczniki pierwszoklasistów, którzy – a także ich rodzice, będą od początku zaznajomieni z tą regułą – to za parę lat to może stać się pewną normą. I być może to się przemieni w taką normę, która nie będzie musiała się wiązać z jakimś ścisłym nakazem czy zakazem” – oceniła Joanna Paszkowska-Rogacz.

Autorstwo: Kamil Szubański

Zdjęcie: [Jim Bauer](#) (CC BY-ND 2.0)

Źródło: NaukawPolsce.PAP.pl