

با وقت‌گذرانی جلوی مانیتور، ذهن بچه در سه سالگی درجا می‌زند

امروزه برخی کودکان به طرز افراط‌گونه‌ای به گشت‌وگذار در شبکه‌های اجتماعی و بازی‌های رایانه‌ای مشغولند. بر اساس نظریه یک عصب‌شناس، توانایی ذهنی این کودکان در حد سه سالگی باقی خواهد ماند و افسردگی آن‌ها را تهدید می‌کند.



یک عصب‌شناس و محقق بریتانیایی هشدار داد، وقت صرف کردن در شبکه‌های اجتماعی تأثیر منفی بر رشد ذهنی و عاطفی بچه‌ها دارد و باعث می‌شود آن‌ها فقط با توان ذهنی یک بچه سه ساله رشد کنند. بارونس سوزان گرین‌فیلد، محقق دانشگاه آکسفورد، در گفت‌وگویی به دیلی تلگراف می‌گوید، بازی‌های ویدئویی و شبکه‌های اجتماعی توانایی ارتباط برقرار کردن با هم را از بچه‌ها سلب کرده‌اند و آن‌ها دائماً دنبال چیزی می‌گردند که حواسشان را پرت کند.

این عصب‌شناس در ادامه می‌گوید: "به اعتقاد من این افراد، افرادی با توانایی ذهنی و عاطفی یک بچه سه ساله خواهند بود، با توانایی خطرپذیری و روابط اجتماعی سطح پائین و هویت درونی ضعیف و دامنه توجه کوتاه".

سوزان گرین‌فیلد نظریه خود را بر مبنای اطلاعاتی مطرح می‌کند که برگرفته از پژوهش‌های دانشگاه‌های هاروارد و ویرجینیا هستند. این پژوهش‌ها نشان می‌دهند که دانش‌آموزان ترجیح می‌دادند یک شوک الکتریکی خفیف به آن‌ها وارد شود تا اینکه به اندازه ده دقیقه بدون اینکه چیزی حواسشان را پرت کنند بمانند.

گرین‌فیلد از این پژوهش‌ها نتیجه می‌گیرد: "افراد به محرک‌ها از سوی محیط پیرامونشان نیاز دائمی دارند و این نشان می‌دهد آن‌ها توانایی اندیشیدن در مورد افکار خودشان را ندارند".

این محقق پیشنهاد می‌کند والدین از فعالیت‌هایی مثل باغبانی، ورزش و خواندن برای بچه‌های خود کمک بگیرند و بدین ترتیب زمانی که آن‌ها جلوی مانیتور می‌نشینند را کاهش دهند و خلاقیت آن‌ها را تقویت کنند.

پژوهشی توسط دانشگاه کالیفرنیا هم چنین نشان داد که گروهی از کودکان که یک هفته تمام ابزارهای دیجیتال از آن‌ها گرفته شده بود، توانایی بیشتری در فهمیدن ارتباطات غیرکلامی از خود نشان دادند تا کودکانی که در طول آن هفته مجاز به استفاده از ابزارهای خود بودند.

با توجه به اهمیت مهارت‌هایی مانند ارتباطات غیرکلامی برای زندگی، کار، مدرسه و روابط عاطفی، محققان بر این باورند که در مورد تأثیرات درازمدت استفاده بی‌رویه از موبایل، تبلت و کامپیوتر، زنگ‌های خطر از الآن به صدا درآمده‌اند.

گرین‌فیلد در کتابش به نام "تغییر ذهنی" ادعا می‌کند بچه‌هایی که بیشتر در شبکه‌های اجتماعی و یا پای بازی‌های دیجیتال وقت می‌گذرانند، در معرض ابتلا به افسردگی و رنج پایین بودن اعتمادبه‌نفس قرار دارند.