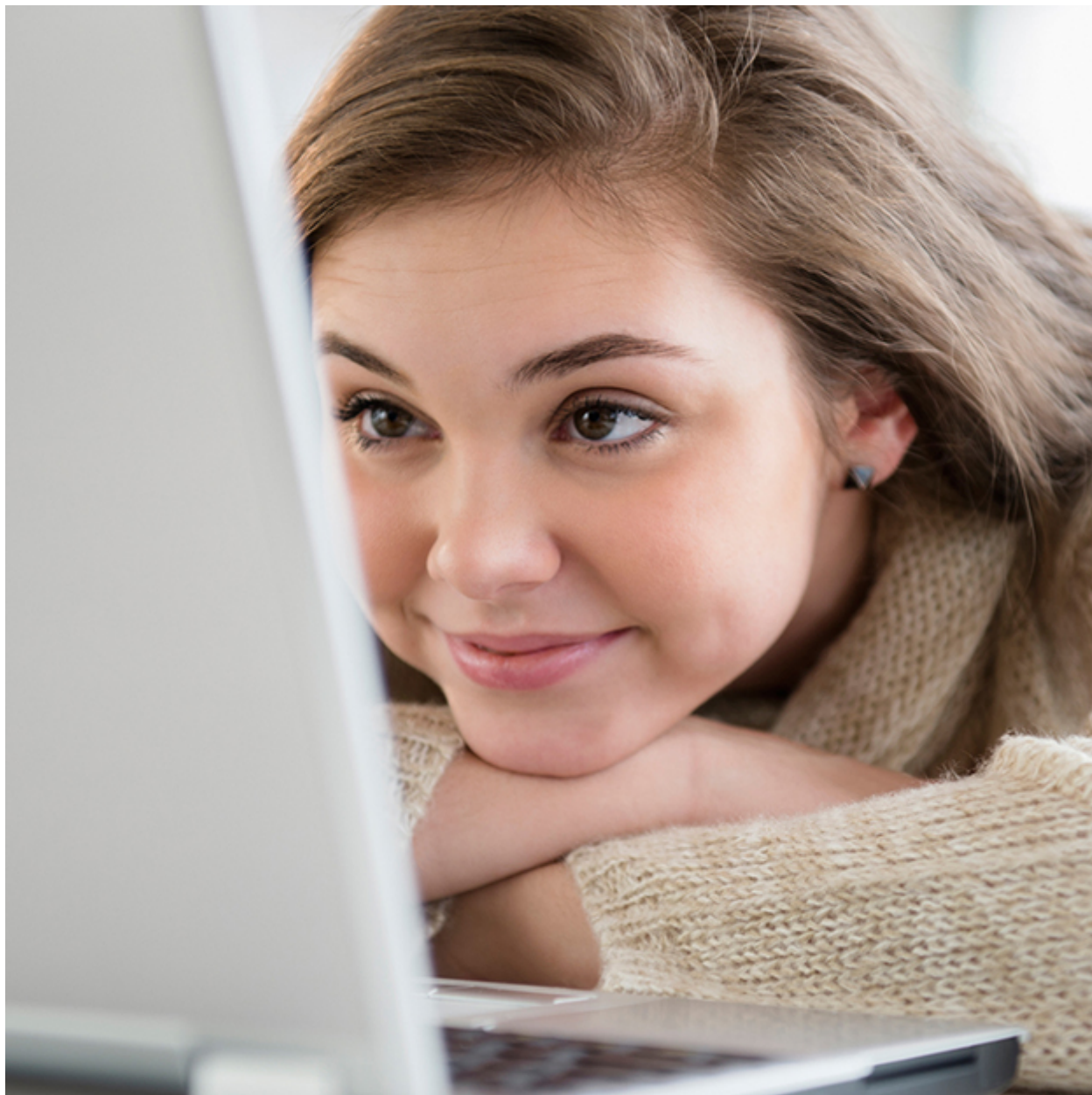


8 Ιανουαρίου 2017

## **Λιγότερος χρόνος στην... «οθόνη» για πιο κοινωνικά παιδιά!**

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)





Τα παιδιά που απείχαν πέντε μέρες από την έκθεση στην τεχνολογία είχαν σημαντική βελτίωση στο να αναγνωρίζουν ανθρώπινα συναισθήματα.

Τα παιδιά περνάνε περισσότερο χρόνο από ποτέ μπροστά σε οθόνες και αυτό μπορεί να επηρεάζει την ικανότητά τους να αναγνωρίζουν συναισθήματα, σύμφωνα με μια νέα έρευνα από το Πανεπιστήμιο της Καλιφόρνια στο Λος Άντζελες.

Η έρευνα που δημοσιεύτηκε στο περιοδικό *Computers in Human Behavior*, βρήκε ότι τα παιδιά που απείχαν πέντε μέρες από την έκθεση στην τεχνολογία είχαν σημαντική βελτίωση στο να αναγνωρίζουν ανθρώπινα συναισθήματα, από ότι τα

παιδιά που είχαν τακτική πρόσβαση σε κινητά τηλέφωνα, τηλεοράσεις και υπολογιστές.

Οι ερευνητές μελέτησαν δύο ομάδες παιδιών 12 ετών σε ένα δημόσιο σχολείο της Καλιφόρνια. Η μια ομάδα των παιδιών συμμετείχε σε μια εκπαιδευτική κατασκήνωση, όπου τα παιδιά δεν είχαν πρόσβαση σε ηλεκτρονικές συσκευές. Η άλλη ομάδα δεν δέχθηκε κάποια παρέμβαση και τα παιδιά συνέχισαν να έχουν τη ίδια πρόσβαση σε ηλεκτρονικές συσκευές. Στην αρχή και το τέλος της περιόδου μελέτης, ζητήθηκε και στις δύο ομάδες των παιδιών να αναγνωρίσουν τα συναισθήματα σε εικόνες από 50 πρόσωπα.

Οι μαθητές που συμμετείχαν στην κατασκήνωση είχαν σημαντικά υψηλότερα σκορ στην αναγνώριση εκφράσεων του προσώπου, από ότι οι μαθητές που συνέχισαν να έχουν πρόσβαση σε οθόνες. “Είμαι πολύ ευχαριστημένη που έχουμε αποτέλεσμα μέσα σε πέντε μέρες”, δηλώνει η Patricia Greenfield, επικεφαλής της μελέτης και διδάκτωρ Ψυχολογίας.

Ο ειδικοί επισημαίνουν ότι ως άνθρωποι είμαστε φτιαγμένοι να μαθαίνουμε μέσα από την αλληλεπίδραση με τους άλλους. Για παράδειγμα, το βρέφος μαθαίνει να αναγνωρίζει συναισθήματα και να διαμορφώνει σχέσεις μέσα από την αρχική συναλλαγή με την μητέρα.

Η υπερβολική έκθεση στα ηλεκτρονικά μέσα μπορεί να υπονομεύσει αυτό τον φυσικό τρόπο μάθησης και να μειώσει της διαπροσωπικές ικανότητες του παιδιού. Σύμφωνα με τους ερευνητές, ο στόχος δεν είναι να δαιμονοποιήσουμε τα ηλεκτρονικά μέσα, αλλά να τα κάνουμε ένα λειτουργικό μέρος της ζωής μας.

Η συμβουλή των ειδικών είναι να επιτρέπουμε στα παιδιά να αξιοποιούν τα μέσα με πρόγραμμα και πλάνο. Γονείς και παιδιά θα πρέπει να συνεργαστούν, προκειμένου να καταλήξουν και να συμφωνήσουν στο πόσες ώρες και με πιο τρόπο τα παιδιά θα πρέπει να χρησιμοποιούν τα ηλεκτρονικά μέσα.

**Πηγές:** [http://qz.com- kontasou.com](http://qz.com-kontasou.com)