

## Γιατί τα παιδιά σήμερα έχουν μικρότερη διάρκεια συγκέντρωσης (και από τα χρυσόψαρα)

/ Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός



Διάρκεια συγκέντρωσης ανθρώπου (2000):12 sec  
Διάρκεια συγκέντρωσης ανθρώπου (2016):8 sec  
sec



Διάρκεια συγκέντρωσης ανθρώπου (2000):12 sec  
Διάρκεια συγκέντρωσης ανθρώπου (2016):8 sec  
Διάρκεια συγκέντρωσης χρυσόψαρου : 9 sec

Όσοι

είναι

εκπαιδευτικοί σίγουρα θα έχουν παρατηρήσει τα τελευταία χρόνια δραματική επιδείνωση της αδυναμίας συγκέντρωσης προσοχής των μαθητών. Οι μαθητές φαίνεται ότι ολοένα και περισσότερο δυσκολεύονται να μείνουν συγκεντρωμένοι

σε ένα πράγμα και ότι η προσοχή τους είναι πολύ εύκολο να διαταραχθεί από οποιοδήποτε μικρό ή μεγάλο περισπασμό. Να ξεκαθαρίσουμε ότι δεν αναφερόμαστε στο μικρό ποσοστό παιδιών που έχουν ΔΕΠΥ (Διαταραχή Ελλειμματικής Προσοχής και Υπερκινητικότητα). Μιλάμε για το σύνολο των μαθητών.

Μειώνεται δραματικά η ικανότητα συγκέντρωσης των παιδιών

Καταρχάς να πούμε ότι η αδυναμία συγκέντρωσης προσοχής (short attention span) δεν είναι μόνο ελληνικό φαινόμενο και δεν αφορά μόνο τα παιδιά. Το ίδιο ακριβώς πρόβλημα παρατηρείται τη σημερινή εποχή και στους ενήλικες.

## ΤΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΤΗΣ ΕΡΕΥΝΑΣ

Σε σχετική έρευνα που έγινε το 2015 στον Καναδά(έλαβαν μέρος 2100 άτομα) διαπιστώθηκε ότι ενώ το έτος 2000 η μέση δυνατή ανθρώπινη συγκέντρωση ήταν 12 δευτερόλεπτα, στις μέρες μας έχει μειωθεί στα 8 δευτερόλεπτα. Δηλαδή μέσα σε ελάχιστα χρόνια οι άνθρωποι έχουν απολέσει το ένα τρίτο (1/3) της διάρκειας της συγκέντρωσής τους. Μάλιστα για να διασκεδάσουν λίγο τις εντυπώσεις οι υπεύθυνοι των ερευνών ανακοίνωσαν ότι οι άνθρωποι πλέον έχουν μικρότερη διάρκεια συγκέντρωσης ακόμα και τα χρυσόψαρα( τα οποία ακολουθεί η φήμη ως το είδος με τη μικρότερη διάρκεια συγκέντρωσης, μόλις 9 δευτερολέπτων ). Τα αποτελέσματα της έρευνας φυσικά δεν ευχαρίστησαν και πολύ την Microsoft γιατί φωτογράφιζαν ως ηθικό αυτουργό του προβλήματος τη χωρίς μέτρο χρήση των υπολογιστών, των Smartphones, των tablets και πάνω από όλα το σερφάρισμα στο διαδίκτυο και τα ηλεκτρονικά παιχνίδια. Η Microsoft προσπάθησε να προλάβει τις τυχόν αντιδράσεις δηλώνοντας ότι η απώλεια μέρος της συγκέντρωσης του ανθρώπου αντισταθμίζεται από την αύξηση της ικανότητας για multitasking (να κάνει ταυτόχρονα πολλές εργασίες). Είναι όμως αυτό αληθές; Αν μιλάμε για εργασίες στους υπολογιστές πιθανόν η Microsoft να έχει δίκιο αλλά αν μιλάμε για οποιεσδήποτε άλλες εργασίες μάλλον έχει συμβεί το ακριβώς αντίθετο από αυτό που ισχυρίζεται.

Ένα ακόμα αξιοσημείωτο αποτέλεσμα της παραπάνω έρευνας που έγινε στον Καναδά είναι ότι στις νεαρές ηλικίες (15-25 ετών) το 77% των ερωτηθέντων απάντησε ότι όταν δεν υπάρχει κάτι άλλο που να τραβάει την προσοχή τους, το πρώτο πράγμα που τους έρχεται στο μυαλό είναι να ασχοληθούν με το κινητό τους. Αυτό φαντάζομαι είναι κάτι που όλοι το έχουμε διαπιστώσει για τους σημερινούς νέους που είναι μόνιμα με το κινητό τηλέφωνο στο χέρι. Στο χέρι και όχι στο αυτί όπως ήταν οι νέοι της ακριβώς προηγούμενης γενιάς .

ΟΙ ΔΥΟ ΠΑΡΑΛΛΗΛΟΙ ΚΟΣΜΟΙ ΤΩΝ ΜΑΘΗΤΩΝ: Ο ΨΗΦΙΑΚΟΣ ΚΑΙ Ο ΠΡΑΓΜΑΤΙΚΟΣ

Ας επιστρέψουμε πάλι στους μαθητές. Στην εποχή μας μοιάζουν σαν να ζουν σε δυο παράλληλους κόσμους. Στον έναν κόσμο ,αυτόν εκτός σχολείου, τα παιδιά αντικρίζουν τον κόσμο πολλές ώρες τη μέρα μέσα από μια οθόνη. Μια οθόνη υπολογιστή, κινητού, tablet ή τηλεόρασης. Οι εικόνες εναλλάσσονται αστραπιαία, τα χρώματα είναι σε πανδαισία, υπάρχει βομβαρδισμός πληροφοριών και η πρόσβαση σε οποιαδήποτε πληροφορία ή τόπο είναι εφικτή με το πάτημα ενός κουμπιού. Το πιο σημαντικό είναι ότι το παιδί έχει την ψευδαίσθηση της επιλογής σε ένα άπειρο μενού. Και επειδή ακριβώς είναι άπειρο και είναι και πανεύκολο επιλέγει να πάρει λίγο από όλα από το μενού αυτό. Έτσι μεταπηδά από τη μια πληροφορία στην άλλη χωρίς να στοχάζεται, χωρίς να κρίνει κριτικά και χωρίς να μαθαίνει τίποτα ουσιαστικό που θα το βοηθούσε να ωριμάσει. Σε ένα ξέφρενο σερφάρισμα με μοναδικό καύσιμο την αδρεναλίνη.

Στον δεύτερο παράλληλο κόσμο, στον κόσμο του σχολείου, έχουμε τα παιδιά να πρέπει συνήθως σχεδόν ακίνητα να παρακολουθούν έναν και μοναδικό άνθρωπο(εκπαιδευτικό) για τουλάχιστον μια ώρα που επιπλέον απαιτεί από αυτά απόλυτη συγκέντρωση. Αλήθεια, έχουμε αναρωτηθεί ποτέ πόσο εύκολο είναι να μεταπηδά ο μαθητής από τον ένα παράλληλο κόσμο των υψηλών ταχυτήτων και διαρκούς εναλλαγής εικόνων στον άλλο κόσμο της σχεδόν παγωμένης εικόνας; Οι εκπαιδευτικοί όσο ικανοί και να είναι, όσο ενδιαφέρον μάθημα και να προσφέρουν, είναι σίγουρο, ότι δεν μπορούν να επιτύχουν συγκέντρωση των μαθητών τους όταν εκείνοι όλη την υπόλοιπη μέρα έξω από το σχολείο εθίζονται στην, χωρίς σταματημό, διάσπαση της συγκέντρωσής τους .

Τα παιδιά γίνονται όλο και πιο αδέξια

Τα τελευταία χρόνια έχει παρατηρηθεί στην Ελλάδα αλλά και παγκοσμίως, αξιοσημείωτη αύξηση μιας εντελώς πρωτότυπης μορφής μαθησιακής και αναπτυξιακής δυσκολίας, της «δυσπραξίας» .

Η «δυσπραξία» (Clumsy Child Syndrome) είναι μια διαταραχή ανάπτυξης των κινητικών δεξιοτήτων. Τα παιδιά έχουν αδυναμία συντονισμού των κινήσεων που είναι πιθανό να επηρεάσει τη συμμετοχή τους σε καθημερινές δραστηριότητες, τις σπουδές και την εργασιακή ζωή. Ολοένα και περισσότερα παιδιά είναι πάρα πολύ αδέξια και δεν μπορούν να κάνουν απλές κινήσεις με τα άκρα τους ,όπως το να φάνε με μαχαιρο-πήρουνο ή να κάνουν καλά γράμματα που οφείλεται στο ότι δεν κρατάνε σωστά το στυλό.

Όσοι είναι εκπαιδευτικοί σίγουρα θα έχουν διαπιστώσει τα τελευταία χρόνια μια αλλαγή προς το χειρότερο της ποιότητας των γραμμάτων που κάνουν οι μαθητές.

Σπάνια συναντάς πλέον γραπτό με σχετικά καλά γράμματα. Με απίστευτη όμως ταχύτητα οι ίδιοι αυτοί μαθητές πληκτρολογούν ένα μήνυμα στο κινητό ή στον υπολογιστή τους. Τα σημερινά παιδιά προτιμούν δηλαδή να πληκτρολογούν παρά να γράφουν με το χέρι. Και σε αυτή την περίπτωση έχουμε τους δύο κόσμους του παιδιού που ανταγωνίζονται : Στον κόσμο έξω από το σχολείο όπου τα παιδιά επικοινωνούν πληκτρολογώντας συνήθως λίγες και μικρής γκάμας λέξεις και στον κόσμο του σχολείου όπου τα παιδιά γεμίζουν ατέλειωτες σελίδες τετραδίων γραμμένες με το χέρι. Ένα χέρι που ολοένα και περισσότερο ξεμαθαίνει να γράφει και μαθαίνει να κτυπά πλήκτρα ή οθόνες αφής.

Τα παιδιά δεν διαβάζουν πλέον τίποτα για ευχαρίστηση

“Σύμφωνα με την UNESCO, ο πιο ποιοτικός δείκτης για το αν ένα παιδί πρόκειται να έχει ευτυχισμένη πορεία στο σχολείο και στην μελλοντική του εργασία είναι το αν διαβάζει για ευχαρίστηση.”

Είναι αδιαμφισβήτητο γεγονός ότι τα σημερινά παιδιά όχι μόνο δεν διαβάζουν για ευχαρίστηση αλλά ότι γενικά δεν διαβάζουν βιβλία ή κείμενα που δεν αφορούν τα μαθήματά τους στο σχολείο.

Πολλές φορές έχω ρωτήσει τους μαθητές μου(γυμνασίου και λυκείου) αν διαβάζουν λογοτεχνικά βιβλία. Πλην ελάχιστων εξαιρέσεων οι απαντήσεις τους δείχνουν ότι δεν έχουν διαβάσει λογοτεχνικά βιβλία. Ένας δυο σε κάθε τμήμα πιθανόν να απαντήσουν ότι έχουν διαβάσει κάνα-δυό βιβλία του τύπου Dan Brown. Μέχρι εκεί. Αν τους ρωτήσεις τους λόγους αυτής τους της άρνησης θα σου πουν ότι έχουν κουραστεί από το διάβασμα γενικότερα αφού διαβάζουν πολλές ώρες για το σχολείο και γι' αυτό προτιμούν κάτι πιο ξεκούραστο όπως το σερφάρισμα στο διαδίκτυο ή να παίξουν κάποιο ηλεκτρονικό παιχνίδι. Η συντριπτική πλειοψηφία τους δηλώνει αποστροφή στα μεγάλα κείμενα και ότι είναι αδύνατον να συγκεντρωθεί για αρκετή ώρα για να διαβάσει έστω και μια σελίδα ενός κειμένου. Το πιο ανησυχητικό είναι αυτό που μου είπαν πολλοί μαθητές μου: ότι τις περισσότερες φορές δεν καταλαβαίνουν τι λέει το κείμενο και ότι στην πραγματικότητα δεν διαβάζουν αλλά κατά κάποιο τρόπο «σκανάρουν» με τα μάτια τους το κείμενο ψάχνοντας μια χρήσιμη πληροφορία ή κάποιες λέξεις κλειδιά για να «αρπαχτούν» νιώθοντας ότι πνίγονται σε έναν ωκεανό λέξεων. Αντί δηλαδή τα παιδιά να λαχταρούν να «χαθούν» μέσα σε μια ωραία λογοτεχνική ιστορία, νιώθουν ότι πνίγονται και διακατέχονται από την βασανιστική αγωνία να βγουν από αυτή όσο το δυνατόν πιο γρήγορα. Το γεγονός αυτό, θεωρώ, ότι πρέπει να μας προβληματίσει.

Φυσικά οι ευθύνες πρέπει να αναζητηθούν στους ενήλικες. Καταρχάς στο

εκπαιδευτικό μας σύστημα που αντί να δίνει κίνητρο στα παιδιά ώστε να θέλουν να διαβάζουν για ευχαρίστηση τα κάνει να νιώθουν απέχθεια και τα ωθεί να διαβάζουν μόνο χρησιμοθηρικά ώστε να επιτυγχάνουν υψηλές βαθμολογίες. Οι εκπαιδευτικοί και οι γονείς οφείλουν να εξηγούν στα παιδιά την αξία της λογοτεχνίας και του διαβάσματος για ευχαρίστηση και όχι μόνο να επαναλαμβάνουν το γνωστό μόντο : «διάβασε για να πάρεις καλούς βαθμούς».

Φυσικά τα παιδιά μας δεν πείθονται μόνο με τα λόγια αλλά με τα παραδείγματα των ενηλίκων. Πότε δηλαδή ήταν η τελευταία φορά που εμείς οι ίδιοι διαβάσαμε ένα ολόκληρο λογοτεχνικό βιβλίο; Επαναλαμβάνω: ολόκληρο. Και πόσοι από εσάς που διαβάζετε αυτή τη στιγμή αυτό το συγκεκριμένο άρθρο δεν ρίξατε ήδη κλεφτές ματιές για να δείτε αν έχει πολύ ακόμα μέχρι να τελειώσει; Πόσοι από εμάς αντί να διαβάζουμε από την αρχή ένα άρθρο προτιμάμε να πηγαίνουμε κατευθείαν στο τέλος του, στα «γαργαλιστικά» σχόλια των αναγνωστών; Δηλαδή αν εμείς οι ενήλικες εθιζόμαστε στην αναζήτηση στο διαδίκτυο του όσο γίνεται μικρότερου μηνύματος, του τσιτάτου, της ατάκας, του αποφθέγματος, του σλόγκαν και έχουμε γίνει εικονολάτρες και τεμπέληδες της ανάγνωσης τι διαφορετικό μπορούμε να περιμένουμε από ένα παιδί;

Τα παιδιά έχουν δυσκολία έκφρασης

Ένα άλλο ανησυχητικό σύμπτωμα που παρατηρείται στους σημερινούς μαθητές είναι η μεγάλη δυσκολία τους να εκφραστούν σωστά. Οι περισσότεροι μπορούν εύκολα να παπαγαλίσουν αλλά είναι αδύνατον να σου εξηγήσουν κάτι με δικά τους λόγια. Το λεξιλόγιο που χρησιμοποιούν είναι φτωχό και στις περιγραφές τους υπάρχει έλλειψη δομής λόγου, ηχοχρώματος και συναισθήματος. Θα τολμήσω να χρησιμοποιήσω έναν αδόκιμο όρο για να περιγράψω το πρόβλημα: «περιγραφική δυσλεξία». Το πρόβλημα αυτό εμφανίζεται ως αλυσιδωτή αντίδραση που γεγονότος ότι τα παιδιά δεν διαβάζουν βιβλία εκτός σχολείου αλλά και του ότι παραμένουν αμίλητα για μεγάλη διάρκεια της ημέρας, είτε στο σχολείο ή φροντιστήριο ακούγοντας παθητικά τον εκπαιδευτικό είτε στο σπίτι καθηλωμένα μπροστά από ένα σχολικό βιβλίο ή από μια οθόνη.

Οι νέες τεχνολογίες είναι ο δαίμονας; Όχι φυσικά

Ο στόχος συγγραφής αυτού του κειμένου δεν είναι να δαιμονοποιήσει τις νέες τεχνολογίες , το διαδίκτυο, τις νέες ανθρώπινες συνήθειες και συμπεριφορές που προκύπτουν από την τεχνολογική «έκρηξη» των τελευταίων ετών. Θα ήταν άλλωστε και παράλογο κάτι τέτοιο αφού ο λόγος που διαβάζετε αυτό το κείμενο αυτή τη στιγμή είναι χάρη στις νέες τεχνολογίες. Στόχος είναι αναζητήσει το μέτρο και το όριο. Όπως σε όλα τα σημαντικά θέματα που αφορούν την εξέλιξη

του ανθρώπινου είδους έτσι και εδώ δεν μπορούμε να θεωρήσουμε υπεύθυνο το μέσο όσο τη χρήση του από τους ανθρώπους. Η εξέλιξη της τεχνολογίας δεν μπορεί και δεν πρέπει να ανακοπεί. Αυτό που έχει σημασία είναι να αποφασίσουμε η χρήση της να είναι δημιουργική που ενεργοποιεί τον ανθρώπινο νου παρά να είναι αποβλακωτική που τον αχρηστεύει.

Προσωπικά ανησυχώ με την εικόνα ανθρώπων να είναι σκυμμένοι πάνω σε ένα smartphone ή tablet χαμένοι μέσα σε ένα δικό τους ψηφιακό κόσμο αδιαφορώντας για τον πραγματικό που είναι γύρω τους. Ο κόσμος είναι τόσο απέραντος που δεν μπορεί να χωρέσει μέσα σε λίγες ίντσες. Να προσέξουμε. Η σμίκρυνση του κόσμου, στο τέλος θα μας κάνει και εμάς μικρούς για να χωρέσουμε μέσα του. Πράγματα μπορούν να συμβούν και χωρίς να κοινοποιηθούν. Μηνύματα μπορούν να δοθούν και χωρίς να αποσταλούν. Ερωτήσεις μπορούν να απαντηθούν και χωρίς να γκουγκλαριστούν. Δειλινά και πανσέληνοι μπορούν να μαγέψουν και χωρίς να φωτογραφηθούν. Κοιτώντας μόνο μέσα σε αυτές τις οθόνες χάνουμε όλον τον σκληρό αλλά υπέροχο κόσμο.

Ανησυχώ με την διαφαινόμενη διάθεση των ανθρώπων να ανταλλάξουν όλα τα σπουδαία ανθρώπινα επιτεύγματα του παρελθόντος όπως τις τέχνες, τη λογοτεχνία, τις επιστήμες, τη φιλοσοφία, την παιδεία με τα τεχνολογικά ευρήματα των δύο τελευταίων δεκαετιών. Επί παραδείγματι, πως μπορεί αλήθεια να συνεχίσει να υπάρχει η λογοτεχνία αν κανείς δεν θα θέλει να διαβάσει βιβλία;

Ανησυχώ επίσης για την τυχόν απώλεια της κινητήριας δύναμης της έως σήμερα ανθρώπινης πολιτισμικής εξέλιξης που δεν είναι άλλη από την φαντασία και την περιέργεια. Σε έναν κόσμο δηλαδή που η εικονική πραγματικότητα ξεπερνάει την φαντασία μας για ποιο λόγο θα χρειάζεται να εξακολουθήσει να υπάρχει η φαντασία;

Κυρίως όμως ανησυχώ γιατί βλέπω τις επιπτώσεις στα παιδιά δηλαδή σε ανθρώπους που δεν έχουν ακόμη προλάβει να δημιουργήσουν εξισορροπητικούς μηχανισμούς γιατί πολύ απλά δεν έχουν γνωρίσει κάτι διαφορετικό, όπως είχαν γνωρίσει οι παλαιότερες γενιές. Παιδιά που δυσκολεύονται να συγκεντρωθούν, να διαβάσουν, να γράψουν, να εκφραστούν σωστά και εν τέλει να σκεφτούν καθαρά. Φυσικά και δεν πρέπει στη σύγχρονη εποχή τα παιδιά να είναι «τεχνολογικά αναλφάβητα» αλλά μην φτάσουμε και στο σημείο να γίνονται «αναλφάβητα» σε όλα τα υπόλοιπα ασχολούμενα αποκλειστικά με την τεχνολογία.

Αναρωτιέμαι μήπως τρέχοντας με τόσο μεγάλες ταχύτητες ξεχάσαμε που αρχικά θέλαμε να πάμε. Υπάρχει άραγε κάτι που μπορεί να ανακόψει αυτή την ξέφρενη πορεία; Φυσικά. Λέγεται ανθρώπινη επαφή, ανθρώπινη σχέση, ανθρώπινη επικοινωνία και αληθινή παιδεία.

Ο πολιτισμός μας δεν υπάρχει μόνο τα τελευταία είκοσι χρόνια. Το παρελθόν μας κρύβει αμέτρητο πλούτο που μπορεί να δράσει εξισορροπητικά στη χρήση των νέων τεχνολογιών. Εδώ είναι το κλειδί κατά τη γνώμη μου. Αλλιώς, πολύ φοβάμαι, το άμεσο μέλλον θα ισοπεδώσει όλο το παρελθόν μας.

Όσο για εμάς τους εκπαιδευτικούς οφείλουμε να μιλάμε στα παιδιά, να τους εξηγούμε. Και κυρίως να τα ακούμε. Έχουν πολλά να πούνε. Έστω και μπροστά από μια οθόνη.....

Δημήτρης Τσιριγώτης. Φυσικός

Διαβάστε περισσότερα: Γιατί τα παιδιά σήμερα έχουν μικρότερη διάρκεια συγκέντρωσης (και από τα χρυσόψαρα) - iPaideia.gr