

Lidstvu degeneruje paměť kvůli počítačům a mobilům

Internetové vyhledávače a další digitální pomůcky vedou k postupnému ochabování paměti. Lidé totiž kvůli moderním technologiím paměť neprocvičují a tím pádem o ni přicházejí. Varují před tím experti Birminghamské univerzity.



Lidé čím dál víc spoléhají na digitální technologie spíše než na svůj mozek. Ilustrační foto

FOTO: [Profimedia.cz](https://www.proimedia.cz)

Dnes 19:51 - Birmingham

„Zdá se, že mozek funguje tak, že vzpomínky při každém jejich jednotlivém vybavení umocňuje a současně přitom zapomíná ty, jež vyhodnotí jako zbytečné,“ vysvětlila BBC hlavní autorka studie britských vědců Maria Wimberová.

Problém je v tom, že počet informací, které mozky dnešních lidí z (hlediska nutnosti jejich zapamatování) vyhodnocují jako nepodstatné, neustále přibývá. Na vině je právě spoléhání se na chytré telefony, internetové vyhledávače a další digitální pomůcky.

Typickým příkladem je fakt, že si mnoho dnešních dospělých stále pamatuje své telefonní číslo z dětství, současné kontakty na blízké či kolegy si ale z hlavy nevybaví. Zatímco 45 procent dospělých Britů si pamatuje, jaké měla jejich domácnost telefonní číslo, když jim bylo deset let, jen 29 procent z nich zná číslo svých dětí.

Hrozí ztráta schopnosti vytvořit vzpomínku

V ohrožení je tedy především mechanismus tvorby dlouhodobé paměti, jinými slovy schopnost vytváření nových vzpomínek.

To ale není všechno. „Zdá se také, že neustálé nahrávání informací na digitální přístroje vede k tomu, že jsou si lidé v neustále menší míře schopni zapamatovat události tak, jak se skutečně staly,“ varuje dále Wimberová.

Její tým vycházel z dlouhodobého sledování paměťových změn šesti tisíc dospělých dobrovolníků ze Spojeného království, [Francie](#), [Německa](#), [Itálie](#), [Španělska](#), [Belgie](#), [Nizozemska](#) a [Lucemburska](#).

Vyšlo najevo, že více než třetina dobrovolníků se ani nepokouší vzpomenout si na dříve běžné věci, jako je například adresa oblíbené restaurace, či datum narození partnera; Naopak je bez rozmyslu rovnou hledá v počítači.

[Novinky](#)

Děti už nedokážou vnímat mluvené slovo. Na vině jsou tablety

Dnes 5:30

Tablety a televize rozmazlily žáky natolik, že ve škole neporozumějí ani vyprávění pohádky. Bez obrazového doprovodu se neobejdou. Pokud jim rodiče nečtou, zakrní dětem příslušné centrum mozku.



podle odborníků alespoň na dvacet minut denně nahradit knihy. | Foto: IBM

Počítače a tablety by měly

Praha - Pro většinu dnešních **rodičů** to býval běžný způsob školní výuky: **učitel** nahlas přednesl kus textu a žáci si ho přepsali do sešitů. Dnešní **děti** toho ale schopny nejsou. Až pětina z nich pouze mluvený projev vůbec nedokáže vnímat.

"Jakmile jim přečtu pohádku, ke které nemají žádný vizuální doprovod, prostě to nevnímají. Začnou si sahat na **uši** a jsou neklidné. Nakonec zjistím, že ani netuší, o čem to vyprávění bylo," popisuje svou zkušenost z posledních let ve **školství** učitelka prvního stupně Pavla Nováčková.

Není sama. Podobné problémy s dětmi řeší spousta jejich kolegů. Podle odhadů pedagogických **psychologů** a dětských **neurologů**, u kterých problémoví školáci končí, má potíže s koncentrací na mluvené slovo dokonce dvacet procent dnešních prvňáčků. A u mnohých přetrvávají problémy do dospělosti.

Nízká porodní váha a tablety

„Důvody jsou dva,“ tvrdí dětská neuroložka a senátorka **Alena Dernerová**.

Prvním faktorem, který za problémy dětských pacientů stojí, je podle ní jejich nízká **porodní** váha. S tou se v posledních letech rodí stále více miminek – kolem osmi procent. Mohou za to předčasné porody starších matek či vícečetná těhotenství po umělém oplodnění. „Novorozenci, kteří po porodu neváží ani 2,5 kilogramu, mohou trpět opožděným **vývojem** řeči,“ vysvětluje lékařka.

Druhý důvodem je pak přemíra techniky, která dnešní děti obklopuje. „Místo aby rodiče svým dětem předčítali pohádky, vloží jim do ruky **tablet**,“ nabízí další vysvětlení Dernerová. Jenomže tím své děti poškodí. Řečové centrum v **mozku**, které má sluchové vjemy z okolí zpracovávat, totiž dětem postupně zakrní.

„Všem rodičům bych proto vřele doporučovala, aby svým dětem **četli** nebo vyprávěli pohádky. Nejdůležitější je to v prvních třech letech života, kdy se řečové centrum intenzivně rozvíjí,“ doplnila Dernerová.

Čtete dětem pohádky

Podobně to vidí i dětské psychologové. „Také my se stále častěji setkáváme s dětmi, které mají potíže s vyjadřováním, slovní zásobou a soustředěním na mluvené slovo,“ potvrzuje ředitelka Pedagogicko-psychologické **poradny** pro Prahu 1, 2 a 4 Václava Masáková. Za vinu to dává především rodičům.

„Dospělí si s dětmi málo povídají. Proto se netrénuje **pozornost**, **paměť** ani zaměření na obsah,“ podotýká psychologka. Interaktivní rozvíjení schopností pomocí techniky je sice podle ní také potřeba, klasické čtení říkadel či pohádek to ale nikdy nenahradí.

Ministerstvo školství i samotné školy přitom práci s technikou podporují. Podle průzkumu **České školní inspekce** z května loňského roku má přibližně 15 procent základních škol pro své žáky k dispozici tablety.

Lepší vyjadřování, paměť i matematické dovednosti

V Česku už se proto objevila spousta projektů, které domácí čtení podporují. Zformovala se například celostátní **kampaň** „Celé Česko čte dětem“. Podporují ji například textař a publicista **Michal Horáček** nebo spisovatel **Michal Viewegh**.

„Podle statistických údajů se televize nachází téměř v každé domácnosti a každá pátá rodina vlastní několik přijímačů. Mnohé děti mají televizi i ve svém pokoji a tráví u ní celé čtyři hodiny denně. To je čtvrtina celého aktivního dne,“ upozorňují na nutnost domácího čtení organizátoři kampaně. Rodiče by podle nich měli věnovat četbě dětem alespoň dvacet minut denně.

Akce na podporu čtení pořádá také společnost zaměřená na vzdělávání **Scio**. „Děti, které čtou pro radost, totiž nemají jen lepší slovní zásobu a vyjadřovací schopnosti, ale zvládají také lépe matematiku,“ upozorňuje šéf společnosti Scio **Ondřej Štefl**.

Podle neurologa Zbyňka Mlčocha četba dětem rozvíjí také fantazii a emoce, zlepšuje **paměť** a rozšiřuje **znalosti**. „Prostřednictvím pohádek si kluci a holky osvojují i morální hodnoty, které pak přenesou do reálného života,“ uzavírá lékař.

autor: Veronika Rodriguez

Zdroj: <https://www.novinky.cz/clanek/veda-skoly-lidstvu-degeneruje-pamet-kvuli-pocitacum-a-mobilum-328072>