

آثار 24 ساعت زندگی بدون رایانه و تلفن همراه

آیا شما این توانایی و جرات را در خود می‌بینید که به مدت ۲۴ ساعت تلفن همراهتان را خاموش نگه دارید، به سراغ اینترنت، تلویزیون و رادیو نروید و ایمیل‌تان را چک نکنید؟



آیا شما این توانایی و جرات را در خود می‌بینید که به مدت ۲۴ ساعت تلفن همراهتان را خاموش نگه دارید، به سراغ اینترنت، تلویزیون و رادیو نروید و ایمیل‌تان را چک نکنید؟

اگر پاسخ شما مثبت است بدانید شاید در مقام عمل به خوبی نتوانید در مقابل وسوسه استفاده از این فناوری‌های نوین تاب بیاورید.

به گزارش ایتنا به نقل از تلگراف، در تحقیقی که توسط دانشگاه مرلند اجرا شد چند دانشمند از گروهی از داوطلبان خواستند به مدت یک شبانه روز به سراغ ایمیل، پیامک، آی‌پاد، تلویزیون، فیس‌بوک، توئیتر، رادیو و حتی روزنامه نروند.

نتیجه حیرت‌آور بود: این افراد نشانه‌هایی را از خود بروز دادند که مشابه آن در معتادان در حال ترک دیده می‌شود.

بر اساس این گزارش از داوطلبان خواسته شد خاطرات خود را از این روز ثبت کنند.

بسیاری از آنها کلمات بی‌قرار، ناآرام، عصبی و گوشه‌گیر را برای بیان احساسات خود به کار بردند.

دکتر Roman Gerodimos یکی از اعضای این تحقیق می‌گوید ما علاوه بر نشانه‌های ابتلا به بیماری‌های روانی، علائم ناهنجاری‌های فیزیکی نیز در این افراد مشاهده کرده‌ایم.

به گزارش ایتنا این تحقیق نگرانی روانشناسان و کارشناسان حوزه عصب‌شناسی را نسبت به خطرات استفاده افراطی از اینترنت، بازی‌های رایانه‌ای و شبکه‌های اجتماعی آنلاین به دنبال دارد.

در این پژوهش داوطلبانی از ۱۲ دانشگاه در نقاط مختلف جهان از جمله ۱۲۵ دانشجوی دانشگاه Bournemouth شرکت داشتند.