



ضعف فکری کودکان با نگاه کردن به صفحه تلفن همراه

پژوهشگران کانادایی در بررسی جدیدی نشان دادند که نگاه کردن طولانی به صفحه تلفن همراه، به ضعف فکری کودکان منجر می‌شود.

پژوهشگران کانادایی در بررسی جدیدی نشان دادند که نگاه کردن طولانی به صفحه تلفن همراه، به ضعف فکری کودکان منجر می‌شود.

به گزارش ایسنا و به نقل از گیزمودو، پژوهش جدیدی نشان می‌دهد کودکانی که کمتر به صفحه نمایش تلفن همراه یا ابزاری از این دست نگاه می‌کنند، قدرت تفکر بهتری دارند.

پژوهشگران کانادایی برای مطالعه چگونگی رشد مغز کودکان، داده‌های یک پژوهش 10 ساله موسوم به "رشد شناختی مغز بزرگسالان" (ABCD) را مورد بررسی قرار دادند.

پژوهشگران در این پروژه جدید که با سرمایه‌گذاری "موسسه ملی سلامت" (NIH) صورت گرفته، با کودکان و والدین آنها درباره عادت‌های سبک زندگی مصاحبه کردند. این مصاحبه، زمان اختصاص یافته به ورزش، خواب و نگاه کردن به صفحه نمایش تلفن همراه را شامل می‌شد. کودکان، پرسش‌نامه‌های دریاختی خود حل کردند و سپس از آنها خواسته شد تا معماهایی را برای سنجش عملکردهای شناختی خود حل کنند.

در این پژوهش که از سپتامبر 2016 تا سال 2017 به طول انجامید، 4524 کودک در سنین هشت تا 11 سال مورد بررسی قرار گرفتند.

"جرمی والش" (Jeremy Walsh)، نویسنده ارشد این پژوهش گفت: ما باید به زمان نگاه کردن به صفحه نمایش تلفن همراه توجه کنیم. این پژوهش نشان می‌دهد زمان مفید برای نگاه کردن کودکان به صفحه نمایش تلفن همراه، کمتر از دو ساعت است.

نگاه کردن به صفحه نمایش، تنها دلیل ضعف مهارت‌های فکری کودکان نیست. پزشکان، تنها به پنج درصد از گروه مورد آزمایش توصیه کردند که 9 تا 10 ساعت بخوابند؛ درحالی‌که به 18 درصد آنها توصیه شد حداقل، 60 دقیقه در روز ورزش کنند. کودکانی که به این توصیه‌ها عمل نکردند، مهارت فکری ضعیف‌تری نشان دادند.

این پژوهش، کاملاً براساس مشاهدات صورت گرفته؛ در نتیجه نمی‌تواند ارتباط مستقیمی میان زمان نگاه کردن به صفحه نمایش و ضعف فکری مشخص کند اما پژوهشگران دریافته‌اند کودکانی که کمتر به صفحه نمایش نگاه می‌کنند، در مقایسه با کودکانی که توصیه‌های پزشکی را انجام ندادند، عملکرد بهتری داشتند.

پژوهشگران تأکید کردند که برای تایید نظریه دقیق در مورد ارتباط میان نگاه کردن به صفحه نمایش و مهارت‌های فکری، باید پژوهش‌های بیشتری صورت گیرد.

یافته‌های این پژوهش، در مجله "Lancet Child & Adolescent Health" به چاپ رسید.