



Η Τεχνολογία στη ζωή των εφήβων

Η τεχνολογία έχει μπει για τα καλά στη ζωή των εφήβων. Μερικές φορές είναι σαν μέσο επικοινωνίας, και άλλες φορές σαν μέσο διασκέδασης. Οι έφηβοι ξοδεύουν ένα σημαντικό μέρος από το χρόνο τους στη χρήση διάφορων τεχνολογικών μέσων, και αυτό δημιουργεί διάφορα προβλήματα στην κοινωνικότητα των νέων.

Ένα συχνό φαινόμενο είναι η ταυτόχρονη χρήση διαφορετικών τεχνολογιών. Ένας έφηβος μπορεί να είναι στο διαδίκτυο και την ίδια στιγμή να διαβάζει ένα μήνυμα ή να βλέπει ένα έργο. Αυτό φαίνεται εντυπωσιακό αλλά δημιουργεί προβλήματα για τη γνωστική ανάπτυξη του παιδιού. Επομένως η ταυτόχρονη χρήση τεχνολογιών κάνει κακό στην εφηβεία.

Οι επιστήμονες μας λένε ότι η ταυτόχρονη χρήση τεχνολογικών μέσων μπορεί να έχει αρνητικές επιπτώσεις στην ανάπτυξη των εκτελεστικών λειτουργιών κατά τη διάρκεια της εφηβείας.

Οι εκτελεστικές λειτουργίες που ελέγχουν και ρυθμίζουν τη συμπεριφορά και τα συναισθήματά μας, είναι σημαντικές για τη διατήρηση της προσοχής σε ένα στόχο. Για παράδειγμα όταν το παιδί διαβάζει ένα βιβλίο, μπορεί να νιώσει παρορμήσεις για την επιθυμία να χρησιμοποιήσει τα κοινωνικά δίκτυα ή να παίξει ένα ηλεκτρονικό παιχνίδι.



Ο γνωστικός έλεγχος θα το κατευθύνει να ολοκληρώσει τη δραστηριότητα, δηλαδή να διαβάσει το βιβλίο και θα καθυστερήσει την ικανοποίηση της επιθυμίας για να παίξει ένα παιχνίδι. Αυτός ο έλεγχος των λαθών μας και ο έλεγχος της συμπεριφοράς μας είναι οι ικανότητες που ωριμάζουν στην εφηβεία.

Η εφηβεία αποτελεί ένα εξελικτικό στάδιο που το παιδί δέχεται κοινωνικές και συναισθηματικές πιέσεις, οι οποίες το κάνουν να σκεφτεί ανώριμα. Οι γονείς βλέπουν τη συμπεριφορά και την προσωπικότητα του παιδιού τους να αλλάζει πολλές φορές δραματικά. Οι έφηβοι συμπεριφέρονται υπερβολικά από τις πιέσεις των συνομηλίκων τους.

Μερικές συνήθειες των εφήβων με την τεχνολογία είναι η παρακολούθηση βίντεο στον υπολογιστή, η χρήση διαδικτύου και τα ηλεκτρονικά παιχνίδια.

Πρέπει οι έφηβοι να μην παίζουν ένα ηλεκτρονικό παιχνίδι τη στιγμή που διαβάζουν ένα βιβλίο.