

Dace Caica, psihoterapeite un biedrības “Esi brīvs!” valdes priekšsēdētāja

Par datoratkarību un moderno tehnoloģiju izmantošanu skolās

Jaunais mācību gads vismaz daļai skolēnu vairs nenožīmē tikai svaigi remontētas telpas, iespējams, jaunu klases audzinātāju un citas tik pierastās lietas, bet arī gaidas par to, kādas modernās ierīces šogad tiks izmantotas mācību procesā. Tehnoloģiju iesaiste skolas ikdienas darbā noteikti dažādo zināšanu apgūšanas veidus un, ko tur liegties, atvieglo darbu arī skolotājiem.

Pieņemu, ka ir vecāki, kuru prātus dara nemierīgus jautājums, vai šī arvien pieaugošā moderno tehnoloģiju ienākšana mācību procesā neveicina bērnos un jauniešos apziņu, ka bez tām vairs nevar iztikt, tādējādi sekmējot to lietošanas intensitāti, kas savukārt var būt par galveno iemeslu tam, ka veidojas atkarība.

Gribu nomierināt vecākus, jo moderno tehnoloģiju izmantošana mācību procesā nevar sekmēt atkarību tiem bērniem un jauniešiem, kuri jau iepriekš ir spējuši sekot līdzi un kontrolēt laiku, kuru viņi pavada darbojoties ar jaunajām tehnoloģijām.

Ir jāatceras, ka datoratkarības pamatā visbiežāk ir psiholoģiskas problēmas, un jaunās tehnoloģijas, tāpat kā cigaretes, alkohols un citas atkarību izraisošās vielas vai procesi, sākotnēji ir tikai līdzeklis, lai aizpildītu “tukšumu dvēselē”, slēptu savu kautrību un/vai nedrošību.

Zinātniskie pētījumi liecina, ka atkarību no interneta un modernajām tehnoloģijām visvairāk sekmē tieši vientulība, jo virtuālā vide spēj radīt ilūziju, ka neesi viens, kas tik ļoti ir nepieciešama cilvēkiem, kuri jūtas vieni. Virtuālajā pasaulē cilvēkam ne par ko nav jāatskaitās un ir iespējams sevi reprezentēt jebkādā tēlā – arī tādā, kas ir ļoti attāls reālajam. Iemesli, kādēļ bērni un pusaudži tiecas pavadīt laiku mākslīgi radītajā sociālajā vidē, ir ļoti atšķirīgi un individuāli. Mēs dzīvojam moderno tehnoloģiju laikmetā, tās atvieglo ikdienu un būtu neprātīgi no tām atsacīties, taču jāatceras, ka pārlieta aizraušanās ar minēto var nemanāmi izraisīt atkarību, ko pašam ir grūti identificēt.

Patiesība ir daudz skarbāka un, iespējams, daļai vecāku arī netīkama. Ir bērni, kuri labprāt laiku pavada virtuālajā realitātē, jo vecāki ar viņiem nepietiekoši runā. Ikdienas steigā arī pieaugušajiem pēc grūtas darba dienas gribas atpūsties, un tad ir ērti, ja bērns ir “ieurbies” datora, planšetes vai mobilā ekrānā. Vecāki izbauda pelnīto atpūtas brīdi, mājās ir miers, taču tas nereti ir mājīgs. Bieži vien

lietas, kas patiesi sāp - problēmas ar vienaudžiem, nepatīkšanas skolā, pulciņā vai kur citur, uzkrājas un rada nomāktību. Bērns noslēdzas, kļūst nepārliecināts par sevi un ar laiku zaudē ticību, ka ar vecākiem var patiešām no sirds parunāt. Virtuālās spēles piedāvā aizraujošu risinājumu – spēli, kur viss ir iespējams: attiecības sakārtot, atzīmes iespējams mainīt no 3 uz 10, “piepušķot” izskatu, raksturu un daudzas citas lietas.

Protams, tas, tāpat kā reibinoša dzīve, attālina no realitātes. Domāju, ka mums ir jāapzinās, ka 21. gadsimtā cilvēki reibst ne tikai no narkotikām, alkohola un “spasiem”, bet arī no virtuālās dzīves.