

Lustrzane odbicie



EWA
ROZPĘDOWSKA

Mimowolnie odpowiadamy uśmiechem na uśmiech, nawet jeśli jesteśmy w złym nastroju. „Zarażamy się” ziewaniem. Automatycznie interpretujemy i powielamy cudze gesty i mimikę...

Potrąfimy przeżywać emocje drugiej osoby – cieszyć się jej radością, smuć się jej smutkiem... Co więcej, bez trudu identyfikujemy cele i zamiary innych osób. To dzięki neuronom lustrzanym rozumiemy, co się dzieje z innymi ludźmi i potrafimy z nimi współpracować.

Do niedawna nie znaleźliśmy biologicznych mechanizmów, jakie kryją się za tymi zjawiskami. Przełom nastąpił stosunkowo niedawno, pod koniec ubiegłego wieku, za sprawą grupy włoskich naukowców. Ich odkrycia nie tylko zrewolucjonizowały naszą wiedzę na temat mózgu, ale dostarczyły też niezwykle cennych wskazówek pozwalających zrozumieć naturę empatii, motywacji do działania i zachowań pro-

społecznych, a także uczenia się. Neurony lustrzane, jak wskazują najnowsze wyniki badań, biorą udział we wszystkich tych procesach.

Rozwój umiejętności społecznych zależy zatem od nieustającej aktywności tej wyspecjalizowanej sieci nerwowej, od dostarczania jej odpowiednich wzorców działania, stwarzania sytuacji prowokujących do naśladowania i w efekcie do tworzenia własnej „mapy połączeń”. Kluczem do wszechstronnego rozwoju i jednocześnie najsilniejszym „afrodyzjakiem” jest bezpośredni kontakt z drugim człowiekiem. Neurony lustrzane nie uznają substytutów. Pośredni kontakt nie wywołuje efektu uczenia się.

Tymczasem, to portale społecznościowe zaspokajają dzisiaj naszą potrzebę tworzenia związków z bliźni. Dla kogoś, kto społeczne kompetencje nabył w bezpośrednich relacjach „twarzą w twarz”, utrzymywanie kontaktów z innymi ludźmi poprzez korzystanie z wirtualnych sieci nie stanowi żadnego zagrożenia. Zupełnie inaczej rzecz wygląda w przypadku dzieci i młodzieży. Kto nie miał dostatecznie dużo okazji do rozwinięcia kompetencji społecznych i większość kontaktów z rówieśnikami utrzymuje za pomocą Internetu, nieuchronnie napotka na problemy w realnym świecie. Kontakty wirtualne, nie dość, że powierzchowne, oparte głównie o ubogą

retorykę i „kulturę obrazkową”, zaburzają proces kształtowania się empatii. W przeciwieństwie do bezpośredniej interakcji nie widzimy reakcji partnera, umyka nam cała sfera tzw. *body language* będącego istotą komunikacji. Nie rozwijają się zatem, w sposób wystarczający, „ścieżki neuronalne”, odpowiadające za prawidłowe odczytywanie kontekstu konwersacji. Emotykony nie są w stanie skutecznie wypełnić tej luki. Stąd wiele nieporozumień i błędów w odczytywaniu komunikatów przesyłanych za pośrednictwem sieci.

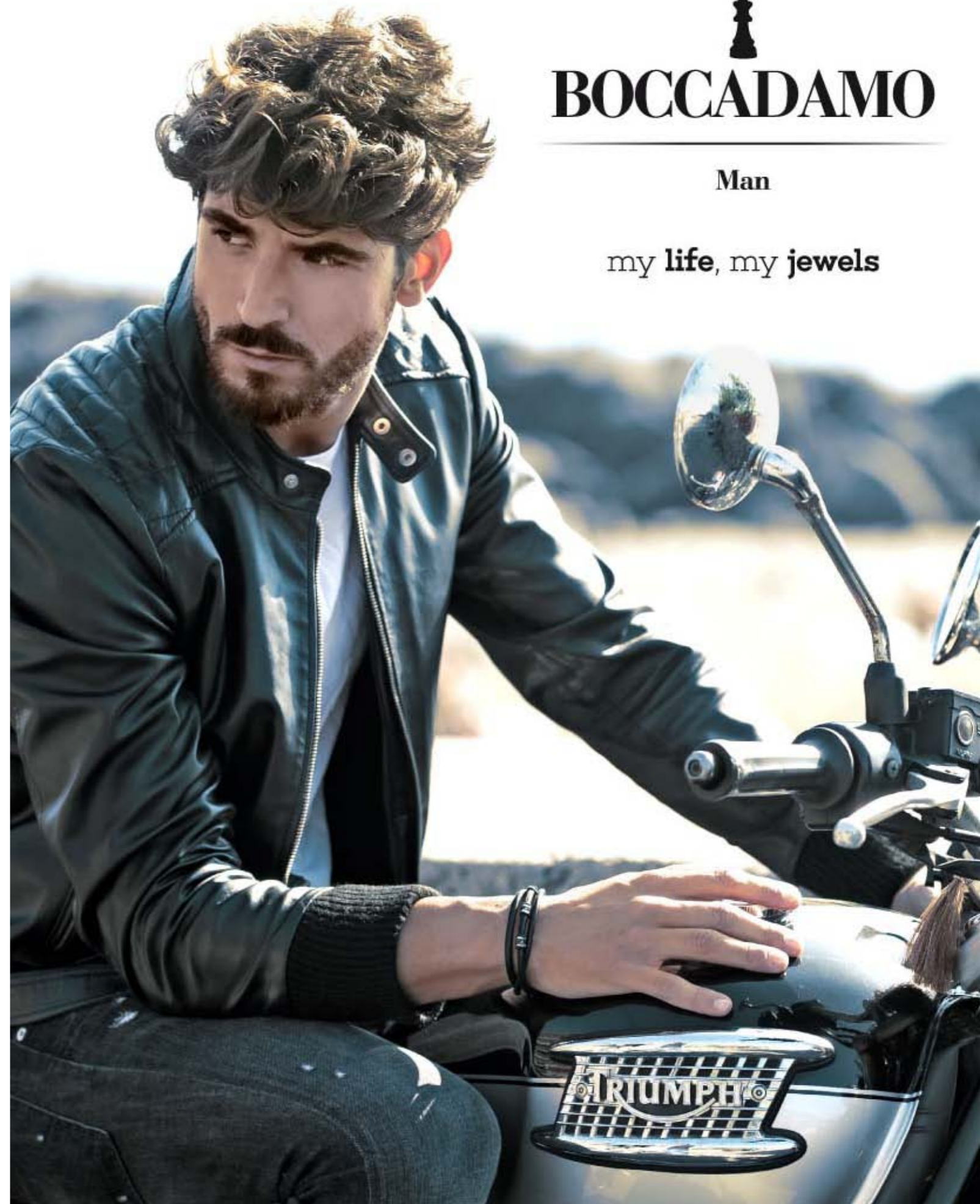
Najbardziej „wrażliwym” okresem dla prawidłowego rozwoju opisywanych umiejętności jest przedział wiekowy pomiędzy 11 a 17 rokiem życia. Jak wynika z badań, deklarowany przez młodzież, czas spędzany w sieci to od 6 do 8 godzin dziennie. Jednak biorąc pod uwagę fakt powszechnego dzisiaj korzystania z urządzeń mobilnych o nieograniczonym dostępie do Internetu, obecne młode pokolenie określa się mianem „nieustannie podłączonych”.

Dlatego my, „starsi bracia i siostry wirtualnych gigantów”, w trosce o ich prawidłowy rozwój i szczęście powinniśmy przyłożyć odpowiednią wagę do problemu. My wiemy, że tylko dzięki budowaniu realnych więzi z innymi ludźmi możemy nauczyć się lepiej rozumieć zarówno ich, jak i siebie samych.

BOCCADAMO

Man

my life, my jewels



FOT. ARCHIWUM