

Unplugged: living without the media

Li os resultados de uma pesquisa realizada em 2010 pela University of Maryland, em parceria com a Salzburg Academy, intitulada *Unplugged: living without the media*. O estudo envolveu 12 universidades pelo mundo, propondo um desafio aos universitários: ficar 24 horas desconectados de todo tipo de mídia: telefone celular, e-mail, internet, Ipods, Ipads e notebooks. Os participantes foram convidados a relatar suas sensações, e os resultados foram, em minha opinião, alarmantes.

Analisando relatos dos participantes, os cientistas que conduziram o estudo apontam para o surgimento de um novo transtorno psicológico: o Transtorno da Privação de Informação. Foram relatados desde sintomas físicos, clássicos, de crises de abstinência de cigarro e drogas, até comportamentos de ansiedade, como aqueles que experimentamos ao iniciarmos uma dieta alimentar restritiva. Além disso, a palavra *vício* foi amplamente utilizada, pois os alunos se autoanalisavam como dependentes das tecnologias contemporâneas. Mencionavam o vício não só pela obtenção de informações e pelos recursos de comunicação, mas também para situações corriqueiras, como ver as horas ou consultar um contato telefônico (sim, o relógio e a agenda de papel parecem estar com os dias contados...). Outro ponto relevante foi a sensação incômoda do silêncio. Acostumados a ouvir música, os universitários classificaram o silêncio como desconfortável e constrangedor. Por outro lado, como mecanismo de enfrentamento da abstinência, muitos saíram para caminhar, passear e visitar amigos. Alguns participantes mencionaram novos comportamentos, como prestar atenção ao canto dos pássaros e ouvir a conversa dos vizinhos.

A conclusão dos pesquisadores foi que, se as pessoas utilizarem as tecnologias de modo consciente, poderão controlar os efeitos nocivos oriundos delas. Eles ainda sugerem que façamos o exercício da desconexão uma vez ao ano. Acredito que nós, educadores, formadores de opinião, precisamos levar essa discussão para a escola, para a família, enfim, para todo o público que hoje é usuário ou que convive com usuários das tecnologias contemporâneas. É preciso propor um contraponto, uma oportunidade de análise e entendimento dessa situação, visando a uma mudança de postura e de visão sobre o uso da internet e de recursos tecnológicos afins.

Apresente esta pesquisa para o seu grupo. Proponha o desafio das 24 horas desconectado. Discuta os relatos dos participantes. Conscientize-os sobre o uso benéfico das tecnologias contemporâneas. Oportunize momentos para a descoberta da plenitude existente no silêncio. Desperte-os dessa inércia, pois há vida fora das telinhas! E, se puder, compartilhe comigo os resultados e conclusões da sua experiência! ■



Danielle Lourenço
Pedagoga com especialização
em Tecnologias Educacionais
dani@tecnologiasresponsavel.com.br