

# MIMOŘÁDNÝ HOST IKSŽ

**Prof. MANFRED SPITZER**

Universitätsklinikum Ulm, Německo



## **Kybernemoc!: Rizika a vedlejší účinky digitálních médií**

**pondělí 19. března 2018**

**učebna 215**

**18:00**

**Autor publikací**



**Prof. Dr. med. Dr. phil. Manfred Spitzer**  
**Universitätsklinikum Ulm, Německo**

### **Kybernemoc!: Rizika a vedlejší účinky digitálních médií**

Informační technologie (IT) se staly součástí naší každodennosti. Budeme-li vycházet ze studií z oboru kognitivní neurovědy a experimentální psychologie, z výzkumu v oblasti vzdělávání a z klinického výzkumu, lze dojít k závěru, že digitální technologie mají značný negativní dopad na lidskou mysl. Nepříznivé mechanismy zahrnují: (1) „outsourcing“ mentálních úkonů – místo mozků používáme stroje, (2) nahrazení osobních kontaktů kontakty virtuálními, což vede ke snížení schopnosti empatie ve vztahu k vrstevníkům a rodičům, (3) rozptylování pozornosti, např. kvůli multitaskingu nebo potřebě být neustále online, což vede k poruchám pozornosti a myšlenkových procesů, (4) přenechání kontroly nad našimi životy přístrojům a tedy i nárůst chronického stresu se všemi známými důsledky pro fyzické a mentální zdraví, (5) závislost a (6) nedostatek pohybu a venkovních rekreačních aktivit, což má vážné fyzické a sociální následky. Navíc může používání digitálních technologií vést ke krátkozrakosti (myopii), zvýšenému krevnímu tlaku, cukrovce, poruchám spánku, depresi, poruchám soustředění a demenci. Na přednášce bude pozornost věnována rozvoji mozku v raném věku a ztrátě jeho kognitivních schopností ve stáří, obojí na příkladech osvětlujících tyto procesy a mechanismy a poukazujících na znepokojivou souvislost s riziky a vedlejšími účinky masivního užívání digitálních technologií v rozvinutých společnostech. Především jde o to, že tyto účinky jsou dlouhodobého rázu a je nutné je brát vážně hned teď. Je zbytečné dodávat, že Manfred Spitzer není proti využívání digitálních technologií per se. Chce spíše varovat před neomezeným a komerčně prosazovaným vystavováním našeho nejvzácnějšího zdroje – mozku a mysli příštích generací – přístrojům, které jsou vysoce rizikové a mají vedlejší účinky, které jsou již dlouho známy nebo je lze předpokládat na základě znalostí o vývoji a fungování lidského mozku.

**Manfred Spitzer** vystudoval medicínu, psychologii a filozofii. Nakonec se zaměřil na obor psychiatrie. Dvakrát působil jako hostující profesor na Harvardu. Vede univerzitní psychiatrickou kliniku v Ulmu a Centrum pro výzkum učení a neurologie. Je autorem řady knih, mimo jiné i bestselleru *Lernen: Gehirnforschung und die Schule des Lebens* (Učení: Výzkum mozku a škola života, 2002) a *Vorsicht Bildschirm! Elektronische Medien, Gehirnentwicklung, Gesundheit und Gesellschaft* (Pozor, obrazovka! Elektronická média, vývoj mozku, zdraví a společnost, 2005). Na stanici BR-alpha každý týden moderuje vlastní pořad *Geist & Gehirn*. Manfred Spitzer je jedním z nejvýznamnějších německých badatelů v oblasti neurovědy, který dokáže zprostředkovat vědecké výsledky přístupnou a názornou formou. Mimořádný ohlas v Německu a anglosaském světě vzbudila jeho kniha *Digitální demence* (2012; česky Host 2014), jíž se prodalo přes 260 000 výtisků, několik měsíců se držela na první příčce bestsellerů týdeníku *Der Spiegel* a práva na vydání byla prodána zatím do patnácti zemí. Autorovou nejnovější knihou je *Kybernemoc!* (2015).