

# Desafios da concentração para novas gerações

**CLAUDIO SASSAKI\***

A capacidade de concentração dos seres humanos está diminuindo a cada geração. Uma pesquisa da Microsoft Corp conduzida no Canadá, em 2015, com duas mil pessoas indicou que a tecnologia nos deixou com uma atenção mais curta que a de um peixinho dourado. Para monitorar a atividade cerebral, o estudo, que foi publicado pela revista "Time", também fez eletroencefalogramas em 112 voluntários e detectou que a concentração sofreu impactos significativos pelo uso de dispositivos portáteis e das mídias digitais. Em 2000, a atenção era de 12 segundos, em média; em 2013 caiu para oito segundos – um segundo atrás da média dos tais peixinhos dourados. Além de detectar o problema, os cientistas passaram a estudar como treinar os distraídos a expandir a atenção – essencial para entendermos quais os desafios que enfrentamos e as oportunidades para educar e preparar os jovens das gerações Millennial e Z para o futuro.

A geração Millennial surgiu em um momento de melhoria da economia mundial, do avanço da tecnologia. Nascidos em meados da década de 1980 até 1990, esses jovens viveram com mais intensidade a transição de um mundo com acesso limitado à informação para o conhecimento a poucos cliques de distância. A geração Z, em contrapartida, é a primeira que cresceu em um mundo dominado pela internet; são fluentes em tecnologia. Classificados como True Gen, a geração da verdade, nasceram entre 1995 e 2010; e reconhecem no não-binarismo a chave de uma boa vida. Pais, avós e educadores têm debatido formas de lidar com as particularidades dessas duas gerações.

Como pesquisador de Educação defendo

que a tecnologia empregada na Educação deve estar próxima da linguagem do estudante, gerando identificação e motivação – ao mesmo tempo que combate a distração. A escola e a família precisam ensinar os jovens a lidar com oportunidades, riscos e desafios de estarem conectados. No Brasil, de acordo com a PNAD, 50% dos jovens não conseguem concluir o Ensino Médio até os 19 anos. A necessidade de trabalhar, que pode vir à mente como principal fator da evasão escolar, não é o primeiro motivo: 40% dos jovens que abandonaram os estudos apontam o desinteresse – de acordo com a pesquisa da FGV. E a tecnologia pode ajudar a tornar o ensino mais interessante para eles. Entretanto, vejo que a inserção da tecnologia na Educação não se limita a deixar o conteúdo mais atrativo para o jovem; ela permite também que os professores conheçam as necessidades de cada aluno em tempo real, de forma personalizada; e possam ajudar os alunos antes que fiquem desmotivados.

Os avanços tecnológicos são exponenciais. Hoje, o desafio é direcionar esses avanços para levarmos a educação a um novo patamar e para combater esse desafio de concentração. Na sala de aula, os ganhos do uso da tecnologia são indiscutíveis: ajuda a individualizar o aprendizado, auxilia professores no planejamento de aulas e habilita os alunos com as capacidades digitais. As tecnologias digitais também trazem benefícios quando voltadas aos professores. Um computador nas mãos dos professores, por exemplo, elevou as notas no PISA em 2,7 pontos.

Uma reflexão que tenho feito é que a ênfase em ser multitarefas (multitasking) está diretamente associada à dificuldade de manter o foco. Essa lógica de fazer muitas coisas ao mesmo tempo, reforçada pelo uso de disposi-

tivos móveis, dificulta o desenvolvimento da habilidade da atenção, sobretudo em crianças muito ativas em mídias sociais; o cérebro precisa se reorganizar a cada mudança de atividade. Em casa, tento desmistificar esse hábito erroneamente valorizado; defendo que para fazer bem uma coisa, envolve escolhas. Para ter profundidade em algo e ser eficaz de fato, aprender a renunciar é essencial.

Tenho experimentado algumas táticas para ajudar meus filhos na concentração. A primeira é ajudá-los a focar e estabelecer limites nas atividades do momento: se estão fazendo lição de casa, a atividade deve começar e terminar antes de se envolver em outra iniciativa. A segunda passa pelo exemplo. Nós, pais, temos que viver o que pregamos. Os filhos fazem o que fazemos – não o que falamos. A terceira dica é pedir para que os filhos expliquem o que fizeram ao concluir uma tarefa; dividir, compartilhar e explicar, desafia as crianças e jovens a pensarem com mais profundidade no que fizeram. Por último, encorajá-los a pensar sobre a importância de exercitar a concentração.

Ah... sobre os canadenses, eles me deram uma boa notícia. A geração que adotou as tecnologias mais cedo na vida ou de forma mais constante aprende com o tempo a permitir que grandes quantidades de informação sejam processadas antes de mudar o foco de atenção para outra atividade. Nesse caso, o nível alto de concentração aumenta em picos. Nessa seara, são melhores que gerações anteriores no processo de identificar temas com os quais querem ou não envolvimento. Na prática, precisam de menos tempo para processar e alocar informações na memória.

\* Mestre em Educação pela Stanford University