

# От SMS глупеют больше чем от марихуаны

Британские ученые в результате проведенных исследований пришли к выводу, что постоянное переключение внимания с e-mail на компьютерный текст и текстовые сообщения (SMS), представляет большую угрозу умственным способностям человека, чем употребление марихуаны.

Оказывается, человек может превратиться в дурака прямо за рабочим столом. По мнению специалистов, если сотруднику офиса приходится одновременно отвечать на бесчисленное число писем по интернету и SMS-сообщений, и при этом сочетать это со своей основной деятельностью, то со временем его IQ понизится во много раз. Причем процент снижения умственных способностей будет во много раз выше, чем у наркоманов, употребляющих марихуану.

Такие сенсационные выводы были сделаны британскими учеными после клинических исследований. В них приняли участие 80 добровольцев, кроме того, было опрошено 1100 взрослых человек. В ходе эксперимента у всех волонтеров наблюдались симптомы сонливости, апатии и падение способности к концентрации. В итоге падение интеллекта и внимания достигли, по словам исследователей, «потрясающего уровня». Более того, у исследуемых был отмечен эффект привыкания к электронной переписке, сравнимый по силе с наркотической зависимостью.

Мозг испытуемых был фактически адресирован на SMS-сообщения: во время работы они затруднялись отвечать на неожиданные вопросы, их внимание рассеивалось, но немедленно «включалось» при получении текстовых сообщений. Выяснилось, что продуктивность и работоспособность падала у тех сотрудников, которые совмещали выполнение стоящей перед ними задачи с общением с помощью SMS. Кроме того, у таких работников наблюдалось и ухудшение сна.

Этому феномену кратковременной глупости ученые дали название «инфомания». Специалисты полагают, что падение уровня IQ, связанное с одержимостью электронными сообщениями, во многом схоже с явлением бессонницы.

«Инфомания» по сути, означает, что человек теряет концентрацию из-за того, что сознание постоянно находится в состоянии готовности отреагировать на новую информацию, появляющуюся благодаря техническому обеспечению, вместо того чтобы полностью посвятить себя выполнению текущей задачи.

Мозг с трудом справляется с несколькими направлениями деятельности одновременно, что снижает общую эффективность умственной деятельности. И хотя современные технологии обладают огромными преимуществами, злоупотребление ими может нанести вред не только умственным способностям человека, но и его социальной активности.

В качестве способа по борьбе с «инфоманией» эксперты рекомендуют отключать мобильные телефоны на время выходных и отпуска, а также забыть в эти дни про электронную почту. Руководителям компаний, по словам ученых, следует внедрять более сбалансированный образ работы своих сотрудников.

[👍 Порекомендовать текст](#)

Поделиться в соцсетях:

Также читайте эксклюзивную информацию в соцсетях:

- [Телеграм](#)

- [ВКонтакте](#)

[Связаться с редакцией Бабра:](#)

## НАПИСАТЬ ГЛАВРЕДУ:

Телеграм: @babr24\_link\_bot  
Эл.почта: newsbabr@gmail.com

## ЗАКАЗАТЬ РАССЛЕДОВАНИЕ:

эл.почта: bratska.net.net@gmail.com

## КОНТАКТЫ

Бурятия и Монголия: Станислав Цырь  
Телеграм: @bur24\_link\_bot  
эл.почта: bur.babr@gmail.com

Иркутск: Анастасия Суворова  
Телеграм: @irk24\_link\_bot  
эл.почта: irkbabr24@gmail.com

Красноярск: Ирина Манская  
Телеграм: @kras24\_link\_bot  
эл.почта: krasyar.babr@gmail.com

Новосибирск: Алина Обская  
Телеграм: @nsk24\_link\_bot  
эл.почта: nsk.babr@gmail.com

Томск: Николай Ушайкин  
Телеграм: @tomsk24\_link\_bot  
эл.почта: tomsk.babr@gmail.com

[Прислать свою новость](#)

## ЗАКАЗАТЬ РАЗМЕЩЕНИЕ:

Рекламная группа "Экватор"  
Телеграм: @babrobot\_bot  
эл.почта: equatoria@gmail.com

## СТРАТЕГИЧЕСКОЕ СОТРУДНИЧЕСТВО:

эл.почта: babrmarket@gmail.com

[Подробнее о размещении](#)

[Отказ от ответственности](#)

[Правила перепечаток](#)

[Соглашение о франчайзинге](#)

[Что такое Бабр24](#)

[Вакансии](#)

[Статистика сайта](#)

[Архив](#)

[Календарь](#)

[Зеркала сайта](#)

