

Interzicerea telefoanelor mobile în școli: efectele asupra performanței școlare, sănătății mintale și abilităților non-cognitive

Rustam Romaniuc,

Profesor de economie comportamentală, MBS School of Business, expert asociat, Expert-Grup

Noiembrie 2024

Ministerul Educației și Cercetării din Moldova a anunțat recent o nouă politică de interzicere a utilizării telefoanelor mobile în timpul orelor de curs, care va intra în vigoare în decembrie 2024. Ministrul Educației, Dan Perciun, a declarat că această măsură își propune să asigure că elevii se concentrează exclusiv pe conținutul academic în timpul lecțiilor. În ultimii ani, dezbaterile privind telefoanele mobile în școli a devenit tot mai intensă, cu educatori și părinți tot mai preocupați de impactul accesului la smartphone-uri asupra performanței școlare, sănătății mintale, dezvoltării cognitive și a abilităților non-cognitive ale elevilor, precum autocontrolul și abilitățile sociale (Rahali et al., 2024). În UE, majoritatea țărilor au implementat politici de limitare sau interzicere a telefoanelor mobile în timpul orelor de școală. La nivel global, aproximativ una din șapte țări a introdus recent politici de restricționare sau interzicere a accesului la smartphone-uri în școli, iar alte țări discută activ politici similare (Rahali et al., 2024).

Cu toate acestea, cercetările existente privind impactul interdicțiilor privind smartphone-urile în școli oferă rezultate mixte în ceea ce privește eficacitatea acestor politici în atingerea obiectivelor propuse. Deși este evidentă o tendință globală de restricționare a utilizării telefoanelor în școli, multe locuri care au implementat inițial astfel de interdicții au renunțat ulterior la ele, invocând dificultăți de aplicare a politicii sau îngrijorări privind complicarea comunicării între părinți și copii în timpul orelor de școală.

Dovezi Mixte Privind Îmbunătățirea Performanței Școlare

Unul dintre principalele argumente pentru limitarea telefoanelor mobile în școli este potențiala îmbunătățire a performanței academice. Un studiu realizat de Beland și Murphy (2016) a constatat că școlile unde telefoanele mobile erau interzise au înregistrat o performanță școlară mai bună comparativ cu școlile în care o astfel de politică nu a fost implementată. Efectul pozitiv este substanțial în special pentru elevii cu performanțe scăzute. Analiza lor efectuată în mai multe școli din Marea Britanie a arătat că restricționarea accesului la telefoane mobile poate spori concentrarea elevilor, reduce distragerile și crește productivitatea. Rezultate similare au fost observate într-un studiu realizat în Norvegia, unde Abrahamsson (2024) a combinat date administrative cu sondaje despre politicile privind smartphone-urile în școlile gimnaziale, arătând că interdicțiile au crescut mediile fetelor, în special pentru cele din medii socio-economice defavorizate (fără efect asupra performanței școlare a băieților).

Totuși, un raport recent subliniază lipsa unui consens științific cu privire la efectele interdicțiilor stricte asupra notelor elevilor (Rahali et al., 2024). De exemplu, Kessel et al. (2020) au replicat abordarea lui Beland și Murphy (2016) în școlile din Suedia, dar nu au găsit îmbunătățiri semnificative ale performanței în cazul utilizării restricționate a smartphone-urilor. În mod similar, un studiu realizat de British Educational Research

Association (BERA) sub conducerea lui Kemp et al. (2024) a observat că țările cu interdicții mai extinse privind utilizarea smartphone-urilor la ore au obținut un scor mai mic la PISA – deși relația statistică dintre restricționarea smartphone-urilor și scorul la PISA este una slabă.

Având în vedere dovezile actuale, Rahali et al. (2024) avertizează autoritățile publice să adopte o abordare precaută în ceea ce privește restricționarea accesului la smartphone-uri. Smartphone-urile și aplicațiile lor pot oferi beneficii educaționale în sălile de clasă. Politicile stricte, cum ar fi cerința ca elevii să își lase dispozitivele într-un dulap la intrarea în școală, pot fi contraproductive. Politicile flexibile care oferă profesorilor posibilitatea de a decide când utilizarea smartphone-urilor este adecvată se pot dovedi mai eficiente în îmbunătățirea performanței elevilor.

Provocări Metodologice în Cercetările Existente

În ciuda datelor disponibile, baza de dovezi pentru recomandările de politici rămâne limitată din cauza provocărilor metodologice. Unele studii folosesc date colectate înainte de popularitatea rețelelor sociale în rândul copiilor (de exemplu, Beland & Murphy, 2016). În alte cazuri, metodele de cercetare necesită presupuneri puternice pentru a determina impactul causal al interdicțiilor asupra performanței. De exemplu, validitatea rezultatelor lui Abrahamsson (2024) se bazează pe presupunerea că momentul adoptării unei interdicții într-o școală este necorelat cu caracteristicile specifice ale școlii (având în vedere că Norvegia nu are linii directoare naționale privind utilizarea smartphone-urilor în școli, lăsând deciziile la nivel de școală).

O abordare mai riguroasă ar putea implica implementarea unei introduceri eşalonate aleatorii a restricțiilor smartphone-urilor în școlile din Republica Moldova. Această metodă de cercetare constă în introducerea restricțiilor referitor la utilizarea smartphone-urilor în diferite școli la momente variate. Această strategie ar ajuta la identificarea efectelor interdicțiilor privind smartphone-urile, generând informații valoroase atât la nivel național, cât și internațional. Ministerul Educației și Cercetării dispune de o oportunitate unică pentru Republica Moldova de a produce dovezi solide care ar putea fi utilizate pentru a informa elaborarea politicilor la nivel național și internațional.

Alte Efecte ale Restricționării Utilizării Smartphone-urilor în Școli

Limitarea accesului la telefoane mobile în școli poate avea, de asemenea, un impact pozitiv asupra sănătății mintale a elevilor, deoarece utilizarea frecventă a smartphone-urilor este asociată cu rate mai mari de anxietate, depresie și tulburări de somn în rândul adolescenților (Twenge et al., 2018). Reducerea timpului petrecut pe ecran în timpul orelor de școală poate diminua unele dintre efectele negative asupra sănătății mintale asociate cu conectivitatea constantă.

Un studiu publicat în *JAMA Pediatrics* a constatat că adolescenții care folosesc telefoane mobile mai mult de două ore pe zi au raportat niveluri mai ridicate de stres emoțional comparativ cu cei care au un consum digital mai redus (Abi-Jaoude et al., 2020). Zonele fără telefoane încurajează elevii să interacționeze direct unii cu alții, favorizând interacțiuni față în față care pot reduce sentimentele de izolare și anxietate. Abrahamsson (2024) a observat beneficii pentru sănătatea mintală a fetelor în urma interdicțiilor privind smartphone-urile în

unele școli norvegiene, sugerând că cercetări suplimentare în Moldova ar putea clarifica efectele politicii asupra sănătății mintale a tinerilor.

Deși există dovezi că interdicțiile privind telefoanele mobile pot îmbunătăți sănătatea mintală, puține cercetări au examinat impactul asupra abilităților non-cognitive, cum ar fi autocontrolul și abilitățile sociale. Unii cercetători susțin că limitarea accesului la smartphone-uri îmbunătățește autodisciplina, deoarece elevii sunt mai puțin tentați de distrageri. Ward et al. (2017) au descoperit în experimente de laborator că chiar și simpla prezență a unui smartphone reduce capacitatea cognitivă, în special pentru cei foarte dependenți de dispozitivele lor. Limitarea accesului la dispozitive poate ajuta elevii să dezvolte un control mai puternic al atenției, o abilitate esențială atât pentru succesul academic, cât și pentru cel profesional. Cu toate acestea, este necesară o cercetare suplimentară în contexte școlare reale pentru a evalua pe deplin aceste concluzii.

Concluzii și Implicații pentru Politici

În concluzie, cercetările privind restricțiile smartphone-urilor în școli arată rezultate mixte, cu unele dovezi care susțin îmbunătățirea performanței academice și a sănătății mintale, dar fără să existe un consens în comunitatea academică. Implicațiile politice ale acestor constatări:

- **Politici Flexibile:** Având în vedere diversitatea rezultatelor, o abordare unică poate fi mai puțin eficientă decât politicile flexibile care permit profesorilor să decidă când telefoanele sunt adecvate. Astfel de abordări pot echilibra beneficiile educaționale cu minimizarea distragerilor.
- **Metode Riguroase de Evaluare:** În cazul Moldovei, o introducere eșalonată ar putea servi ca un program pilot valoros, oferind informații despre efectele interdicțiilor asupra rezultatelor academice și mintale. Această metodă ar permite o evaluare solidă a politicii, benefică nu doar pentru Moldova, ci și pentru alte țări care iau în considerare politici similare.
- **Dezvoltarea Abilităților Non-Cognitive:** Politicile ar trebui să ia în considerare și abilitățile non-cognitive. Prin restricționarea smartphone-urilor, școlile pot sprijini autodisciplina și controlul atenției, deși sunt necesare mai multe cercetări de teren.

Referințe

- *Abi-Jaoude, E., Naylor, K. T., & Pignatiello, A. (2020). Smartphones, social media use, and youth mental health. CMAJ, 192(6), E136-E141.*
- *Abrahamsson, S. (2024). Smartphone Bans, Student Outcomes and Mental Health. Norwegian School of Economics, Department of Economics.*
- *Beland, L. P., & Murphy, R. (2016). Ill Communication: Technology, Distraction & Student Performance. Labour Economics, 41, 61-76.*
- *Kemp, A., et al. (2024). Banning smartphones in schools: Global policy and academic outcomes. British Educational Research Association.*
- *Kessel, J., et al. (2020). The effectiveness of smartphone bans in Swedish secondary schools. Economic of Education Review, 77, 102009.*
- *Rahali, M., Kidron, B., & Livingstone, S. (2024). Smartphone policies in schools: What does the evidence say? The London School of Economics and Political Science.*

- Twenge, J. M., Martin, G. N., & Campbell, W. K. (2018). Decreases in psychological well-being among American adolescents after 2012 and links to screen time during the rise of smartphone technology. *Emotion, 18*(6), 765–780.
- Ward, A. F., Duke, K., Gneezy, A., & Bos, M. W. (2017). Brain drain: The mere presence of one's own smartphone reduces available cognitive capacity. *Journal of the Association for Consumer Research, 2*(2), 140-154.