

PRIKAZ KNJIGE

<https://doi.org/10.63191/mcpr.16.1.6>**JONATHAN HAIDT
ANKSIOZNA GENERACIJA***Vanesa Varga*

Jonathan Haidt američki je socijalni psiholog. Trenutno je nastavnik na Sveučilištu u New Yorku (NYU). Doktorirao je socijalnu psihologiju na Sveučilištu u Pennsylvaniji 1992. godine, a potom je predavao na Sveučilištu u Virginiji. Haidt se proslavio u području psihologije morala. Istražuje kako emocije i društveni kontekst oblikuju moralne odluke i društvene podjele. Knjiga „Anksiozna generacija”, odnosno u izvorniku *The Anxious Generation*, objavljena je 2024. godine. Iste je godine prevedena na hrvatski jezik u izdanju Školske knjige. Nekoliko je mjeseci bila na ljestvici najprodavanijih knjiga New York Timesa. Knjiga se sastoji od uvoda, četiri dijela te zaključka, ima više od 300 stranica.

„Zamislite da je vaše prvo dijete navršilo deset godina i vizionarski ga je milijarder, kojeg nikad niste upoznali, odabrao kako bi se pridružio prvoj trajnoj koloniji na Marsu.” Tom rečenicom Haidt započinje uvod, koji je naslovio „Odrastanje na Marsu”, povlačeći paralelu s uključivanjem djece u virtualni svijet od najranijeg djetinjstva. Mars je internet. Mars su društvene mreže. Mars su pametni telefoni. Djeca su preseljena u taj svijet bez vlastitog dopuštenja, a često i bez svjesnog dopuštenja roditelja. Rezultat je generacija koja odrasta u prostoru

koji je istodobno neograničen i nevidljiv, prepun mogućnosti, ali i rizika. Haidt se referira na Generaciju Z, djecu rođenu između 1995. i 2010. godine.

Prvi dio knjige naslovio je „Plimni val”. Haidt tvrdi da je početkom 2010-ih došlo do radikalne promjene u odrastanju djece, odnosno do prelaska iz djetinjstva obilježnog slobodnom igrom i svakodnevnim druženjima na ono što naziva djetinjstvom s mobitelom. Prema njegovu mišljenju, masovno širenje pametnih telefona i društvenih mreža, u kombinaciji s pretjerano zaštitničkim roditeljstvom i smanjenom slobodom te neposrednom interakcijom, stvorilo je plodno tlo porastu poteškoća među mladima. Taj „plimni val patnje”, kako ga naziva, oko 2010. godine donio je značajan porast depresije, anksioznosti, samoozljeđivanja i suicidalnih pokušaja među djecom. Drugi dio naslovio je „Pozadina priče: Propast djetinjstva temeljenog na igri”. Haidt tvrdi da je modernom djetinjstvu oduzeto iskustvo koje je tisućljećima bilo temelj emocionalnog, socijalnog i neurološkog razvoja. Autor objašnjava kako se mozak u pubertetu ubrzano mijenja te traži izazove, odnose i stvarnu interakciju. Upravo tijekom tog razdoblja djeca najviše trebaju istraživati svijet, riskirati u razumnim granicama i učiti pogreš-

kama. No, današnje se društvo udaljilo od tih prirodnih razvojnih uvjeta. Haidt ističe dva velika „blokatora iskustava”. Prvi je sve raširenije roditeljsko uvjerenje da se djecu mora štiti od svakog rizika i frustracije, čime se nesvjesno potkopava njihova otpornost i sposobnost snalaženja u stvarnom svijetu. Drugi je pametni telefon, koji ekranom zamjenjuje igru, susrete porukama, a stvarne izazove beskonačnim skrolanjem. Treći dio knjige nosi naziv „Veliko premrežavanje: Uspon djetinjstva temeljenog na telefonu”. Haidt prikazuje kako je digitalna revolucija na različite načine promijenila razvojne putanje djevojčica i dječaka. Djevojčice su posebno ranjive u situaciji pritiska društvenih mreža temeljenih na fotografijama i društvenom uspoređivanju. Dječaci, s druge strane, sve dublje tonu u virtualne svjetove videoigara, videa i pornografije, zamjenjujući stvarne odnose i izazove digitalnim stimulacijama koje nude brzu nagradu, ali ne doprinose razvoju socijalnih vještina. Virtualni svijet odvaja mlade od iskustava koja su oduvijek služila moralnom i duhovnom uzdizanju, pripadnosti zajednici i kontaktu s prirodom. Umjesto smisla i povezanosti digitalno okruženje potiče usredotočenost na sebe, stalnu procjenu vlastite vrijednosti i površne interakcije koje pojačavaju tjeskobu. Četvrti dio nosi naziv „Zajedničko djelovanje za zdravije djetinjstvo”. Škole bi, prema autoru, trebale povećati količinu slobodne igre i fizičke aktivnosti tijekom školskog dana te ograničiti ili potpuno ukloniti pametne telefone iz školskog okruženja kako bi se smanjio stres i potaknulo druženje lišeno tehnologije. Državne institucije trebale bi modernizirati zakone o internetskoj sigurnosti djece,

uvesti strože dobne granice za društvene mreže, pružiti roditeljima veću sigurnost pri dopuštanju djeci samostalnosti u stvarnom svijetu te ulagati u programe usmjerene na dobrobit djece i mladih. Tehnološke kompanije trebale bi poboljšati provjeru dobi, smanjiti ovisnički dizajn aplikacija i ponuditi bolje alate roditeljskog nadzora. Roditelji, naposljetku, mogu mnogo učiniti poticanjem slobodne igre, boravakom u prirodi i razvojem odgovornosti, ograničavanjem uporabe pametnih telefona, postavljanjem jasnih pravila, suradnjom s drugim roditeljima i postupnim davanjem sve veće autonomije djetetu, umjesto preranog uvođenja tehnologije u njegov život. Zaključak je Haidt jednostavno nazvao „Povratak djetinjstva na Zemlju”, apelirajući na sve kojima je knjiga namijenjena da se, kao civilizacija, „vratimo s Marsa”.

Knjiga je napisana na pristupačan, ujedno i argumentiran način. Povezuje znanstvena istraživanja s brigama roditelja, učitelja i znanstvenika. Haidt jasno iznosi glavne probleme s kojima se djeca suočavaju te ujedno nudi konkretne prijedloge za promjene na razini obitelji, škole i društva. Njegovi argumenti poduprti su velikim brojem podataka, ali su prikazani razumljivo i zanimljivo. Knjiga je snažan poziv na razmišljanje o tome kako je moderno, digitalizirano odrastanje oblikovalo najmlađe generacije. Namijenjena je roditeljima, odgajateljima, nastavnicima, znanstvenicima, ali i mladima samima.