インターネットのゲームやメッセージのやり取りを自分の意志でやめられないといった、いわゆる「インターネット依存」になっている中学生と高校生は全体の８．１に上り、国内に51万8千人もいるという厚労省推計が発表されたが、これはインターネットの持つ負の影響が深刻化していることを窺わせる。

ここでは、インターネットが我々の脳に与える影響について考えたい。

インターネットが脳に与える影響について、最近の研究を紹介した本に「ネット・バカ、インターネットが私たちの脳にしていること」がある。この本の内容の一部を紹介すると、我々の脳は昔考えられていたほどりジッドなものではなく、極めて可塑性に富んでおり、成人しても外部からの刺激によって、その構造を変化させる。我々は、感覚、認知、記憶を拡張するネットワークコンピュータは、強力な神経増幅器として機能しているが、その結果我々は特定の認知作業を従来に比べ、飛躍的に効率化する一方、我々の完全性を脅かし、コンピュータが我々の脳をプログラムし始める。即ち、コンピュータによる情報の氾濫が、我々の感覚を麻痺させ、マルチタスクが我々の注意を散漫にさせ、集中して深い思考をする能力を奪ってゆくことになるのである。たとえば、プログラミングの最中にメールをチェックして返信したりするといったことが習慣化すると我々は次第に一つのことに集中できなくなってくるといった類のことである。

つまり、膨大な情報を瞬時の中に手に入れられる代償として、我々の思考は浅くなり、たとえば、マルチタスクの刺激に慣れた脳は、ネットよりもペースの遅い現実社会に適応できなくなる危険性を生じさせる。即ち、出したメールにすぐに返信が来ないとイライラする、あるいは、短時間で答えが出ないと思考を停止してしまう、といった影響が考えられるのである。

情報の過多が我々の学習能力を相当量減じるという研究結果が多数あり、我々は骨の折れる思考作業をソフトウェアに譲り渡りことで、自らの脳の力を微細だが大きな意味を持つ形で減じているのだという。（ネット・バカ　p.298）。

簡単に言えば、狭く深い思考中心の脳から広く浅い思考中心の脳へとインターネットは変えてしまう作用を持つのだ。

脳の変化は起きているのか？

通勤電車に乗ると多くの人はスマートフォンなどの端末を操作していることに気付くが、現代人の多くはかなりの時間ネットに接している。

人類の歴史を見ると、始めは印刷の発明に活字、次にラジオの普及、テレビの普及と続き、現在はネットの普及により、我々の脳は新しいメディアの刺激に接してきた。

その結果、我々の脳は変化しているようだ。