

Smartfony niebezpieczne dla psychiki dzieci

4 listopada 2018

Dzieci w wieku poniżej 18 lat, które spędzają godzinę lub więcej dziennie przed ekranami smartfonów i innych gadżetów, ale także telewizorów, mogą nabawić się problemów psychicznych, stwierdzili amerykańscy naukowcy. Wyniki badań opublikowano w czasopiśmie „Preventive Medicine Reports”.



Naukowcy przeanalizowali wyniki krajowego badania, przeprowadzonego wśród rodziców na temat zdrowia dzieci w 2016 roku. Zostali oni zapytani o problemy widoczne w zachowaniu dziecka, o jego stan emocjonalny i rozwój, a także o to, ile czasu spędza przed ekranami.

W rezultacie eksperci zauważyli, że już jedna godzina dziennie wystarcza, aby doprowadzić do pogorszenia stanu psychicznego dziecka, w szczególności do zmniejszenia ciekawości, samokontroli, stabilności emocjonalnej, a także zwiększenia stopnia dekoncentracji. Również dla takich dzieci typowe były problemy w zakresie komunikacji z rówieśnikami.

Ponadto naukowcy odkryli, że dla dzieci w wieku od 14 do 17

lat, spędzający przed ekranami siedem lub więcej godzin, częściej cierpią na depresję i lęki, niż dzieci z tej samej grupy wiekowej, spędzające przed ekranem godzinę dziennie. Również te dzieci często odwiedzały specjalistów lub przyjmowały leki psychotropowe.

Jednocześnie naukowcy podkreślają, że u nastolatków zależność pomiędzy czasem spędzonym przed ekranami a stanem psychicznym była silniejszy niż u młodszych dzieci.

Zdjęcie: [Jim Bauer](#) (CC BY-ND 2.0)

Źródło: pl.SputnikNews.com