

Dzieci nie potrafią oderwać się od mediów społecznościowych

Kategoria: Polityka Zdrowotna

Opublikowano: środa, 12, styczeń 2022 19:01

Patrycja Grebla-Tarasek

Odsłony: 391

Media społecznościowe opanowały życie zarówno dzieci jak i dorosłych w XXI wieku. Już co trzeci nastolatek, spędza na przekładaniu social mediów, co najmniej kilka godzin dziennie, a wielu z nich minimum 12 godzin dziennie! – statystyki są przerażające.

Z badania przeprowadzonego przez Rzecznika Praw Dziecka, wynika, że ilość czasu spędzanego dziennie w Internecie rośnie wraz z wiekiem uczniów. Już tylko co ósmy drugoklasista szkoły podstawowej (12%) nie korzystał z mediów społecznościowych w swoim wolnym czasie, już po zdalnych lekcjach. A w przypadku szóstoklasistów i młodzieży ze szkół ponadpodstawowych jest jeszcze gorzej – twierdziło tak już tylko odpowiednio 2 i 1% z nich.

62% uczniów klas 2. szkół podstawowych spędzało online mniej niż dwie godziny dziennie. W grupie uczniów klas 6. odsetek ten wynosił 27%, a wśród najstarszych zaledwie 11%. Ponad połowa szóstoklasistów (55%) poza zajęciami szkolnymi w sieci spędzała od 1 do 4 godzin dziennie, a wśród nastolatków była to jedna trzecia (34%). Z kolei wśród starszej młodzieży ponad połowa (56%) spędzała online między 2 a 6 godzin dziennie.

Ogólnopolskie badanie zlecone przez Rzecznika Praw Dziecka wskazuje także na niepokojąco wysoki odsetek młodych, którzy chcą ograniczyć korzystanie z mediów społecznościowych, ale nie potrafią tego zrobić. Wśród najmłodszych uczniów takie próby kończyły się fiaskiem w przypadku jednej trzeciej uczniów (32%). A 27% drugoklasistów przyznaje, że korzysta z mediów społecznościowych, by lepiej się poczuć.

Prawie połowie uczniów klas szóstych korzystanie z mediów społecznościowych poprawia samopoczucie (48%), a niespełna jedna trzecia podejmowała daremne próby zmniejszenia ilości czasu spędzanego w sieci (30%). Jedna czwarta często zdaje sobie sprawę, że myśli tylko o korzystaniu z Internetu (25%).

Najwięcej dzieci (uczniowie klas 2 szkoły podstawowej) uzależnionych od serwisów społecznościowych zamieszkuje województwa (udział % wskazuje na odsetek uzależnionych w badanej populacji): świętokrzyskie 26% , lubuskie 25% oraz podlaskie 24%. Jeżeli chodzi o uzależnionych od social mediów nastolatków (6 klasa szkoły podstawowej) to najwięcej z nich jest mieszkańcami województw: podkarpackiego 22%, zachodnio-pomorskiego 21% oraz pomorskiego 19%. Natomiast w przypadku młodzieży (uczniowie 2 klasy szkoły podstawowej) najwięcej z nich zamieszkuje kolejno w następujących województwach: podkarpackim 18%, lubelskim 17% oraz ex aequo świętokrzyskim i warmińsko – mazurskim 14%.

Aby zniwelować problem nadmiernego spędzania czasu przez dzieci i młodzież w Internecie, Rada Ekspertów przy Rzeczniku Praw Dziecka rekomenduje rozwijanie alternatywnych form spędzania czasu, pokazywanie im właściwych wzorców odpoczynku i tworzenie zachęt do budowania zdrowych relacji w świecie realnym.

Niepokojący jest także wysoki odsetek dzieci, których rodzice nie wiedzą o ilości czasu spędzanego w mediach społecznościowych. Zdaniem ekspertów Rady może to świadczyć o braku kontroli rodziców nad ich dziećmi, dlatego konieczne jest przygotowanie i przeprowadzenie kampanii społecznej o zasięgu ogólnopolskim, która zwiększyłaby u opiekunów świadomość czasu spędzanego przez ich dzieci w sieci.

Z całością badania można zapoznać się [tutaj](#).