

## SMARTFON DLA DZIECKA NA ZABICIE NUDY? "RYZYKOWNY POTENCJAŁ ZWIĄZANY Z UZALEŻNIENIAMI"

---

"Te badania muszą być przyczyną do reakcji, akcji, edukacji, profilaktyki" - alarmują eksperci. Co trzecie dziecko poniżej 2. roku życia korzysta z urządzeń mobilnych - wynika z projektu badawczego związanego z uzależnieniami behawioralnymi. Wskazuje ono również, że rodzice dają dzieciom te urządzenia najczęściej w celu zabicia nudy.

Projekt badawczy „Oszacowanie rozpowszechnienia oraz identyfikacja czynników ryzyka i czynników chroniących od hazardu i innych uzależnień behawioralnych – edycja 2018/2019” realizowany był od marca 2018 r. do maja 2019 r. we współpracy Centrum Badania Opinii Społecznej (CBOS), Fundacji Inspiratornia, ministerstwa zdrowia oraz Krajowego Biura ds. Przeciwdziałania Narkomanii.

Jak wynika z badania, co trzecie dziecko między 12. a 23. miesiącem życia, zatem poniżej 2. roku życia korzysta z urządzenia mobilnego średnio przez 14 minut dziennie. Dla porównania, w raporcie wskazano, że aktywna zabawa z rodzicami zajmuje przeciętnie dwie godziny, zabawa z innymi dziećmi poza żłobkiem 71 minut dziennie, a wspólne czytanie książek - 40 minut.

Z kolei wśród rodziców dzieci w wieku 2-5 lat ponad 64 proc. deklaruje, że pozwalają oni korzystać dzieciom z urządzeń mobilnych. W tym przedziale wiekowym średni czas ze smartfonem w ręku wynosi 31 minut, przy 37 minutach poświęconych na czytanie książek i średnio 97 minutach spędzonych na zabawie z innymi dziećmi.

Zdaniem Michała Feliksiaka z CBOS, skala korzystania z urządzeń mobilnych przez małe dzieci jest dość znaczna. "Co ciekawe, okazuje się, że w przypadku tych najmłodszych dzieci czas aktywności z urządzeniem mobilnym jest nieznacznie krótszy, niż w przypadku dzieci starszych" - zauważył. Zwrócił również uwagę, że "pewne nawyki ukształtowane w dzieciństwie związane z korzystaniem z technologii mogą przekładać się na to, jak korzystamy z nich w późniejszym okresie życia".

Feliksiak podkreślił, że nawyki te mogą w pewnym stopniu zwiększać prawdopodobieństwo uzależnienia. Zaznaczył jednocześnie, że "samo w sobie korzystanie z technologii nie jest złe, natomiast całkowite wykluczenie jej z życia dziecka jest niewskazane i wręcz niemożliwe". Zwrócił natomiast uwagę, że bardzo istotnym czynnikiem w tej kwestii jest kontrola rodzicielska - by dziecko nie było pozostawione samo sobie w świecie urządzeń mobilnych oraz by rodzice limitowali dziecku czas spędzany w ten sposób.

Badanie to wskazało również, że najczęstszą okolicznością, w której rodzice dają dzieciom smartfony jest chęć zabicia nudy, co deklaruje jedna trzecia badanych rodziców. Ten czynnik, zdaniem Feliksiaka, w największym stopniu koreluje z dłuższym czasem korzystania z urządzeń przez dzieci. Wśród innych motywacji rodzice wymieniali uspokojenie płaczących lub marudzących dzieci,

nagradzanie dzieci oraz zachęcanie ich do zjedzenia posiłku.

Zdaniem dyrektora Krajowego Biura ds. Przeciwdziałania Narkomanii Piotra Jabłońskiego, wyniki zaprezentowane w badaniu pokazują, jak w dzieciach poniżej 6. roku życia, za wiedzą i pozwoleniem rodziców, wyrabia się nawyk sięgania po smartfon w celu zabicia nudy. Wskazał, że gdy w późniejszych latach pojawiają się problemy symptomowego uzależnienia, to dostrzegamy, jak w młodym wieku się to zaczyna.

"Te badania muszą być przyczyną do reakcji, akcji, edukacji, profilaktyki, aby dorośli ludzie, rodzice, byli świadomi, że w tym, co wydaje im się niewinną sytuacją, w która pomaga im zorganizować dzień i aktywność ich dzieci, tkwi ryzykowny potencjał związany z uzależnieniami" - przekonywał Jabłoński. "Powinni być świadomi, sterować tym procesem, ograniczać go i limitować" - dodał.

Tegoroczna, trzecia edycja badania jest kontynuacją projektu zrealizowanego w latach 2011/2012 oraz 2014/2015.

Część ilościowa zrealizowana została - jak poprzednio - na ogólnopolskiej próbie losowej (PESEL) reprezentatywnej dla osób w wieku 15+, metodą bezpośrednich wywiadów ankietarskich wspomaganych komputerowo (CAPI). Zrealizowano 4025 wywiadów. Głównym celem badania ilościowego było uchwycenie zmian, jakie zaszły w ciągu ostatnich lat. W celu zachowania porównywalności z wynikami z poprzednich edycji zastosowano tę samą metodologię.