

DAN BREZ PAMETNEGA TELEFONA



Dobrih **25 %** mladostnikov je nenehno v spletnem stiku s prijatelji.

Vsak enajsti mladostnik kaže znake **problematične uporabe** socialnih medijev.



Mladostniki vsakodnevno porabijo **od 2 do 3 ure** za igranje spletnih in računalniških iger.



Problematična uporaba socialnih medijev lahko privede do negativnih posledic v vsakdanjem življenju, vključno z **razvojem duševnih bolezni** in **simptomi depresije**.



Uporaba socialnih medijev pri dekletih **povečuje občutek socialne primerjave** in **pritiska**.



Prekomerna raba pametnih telefonov je povezana z **nižjim učnim uspehom**, **slabšo kakovostjo** medosebnih interakcij v resničnih situacijah, **višjo stopnjo stresa**, **tesnobo** in **nespečnostjo**.

