

اثرات مخرب تلفن همراه بر نوجوانان



استفاده مداوم از تلفن‌های همراه برای نوجوانان کم خوابی و استرس بیش از حد به بار می‌آورد. به گزارش دیلی، تحقیق روی 21 نوجوان سوئدی که بین 14 تا 20 سال سن داشتند نشان می‌دهد آنان که ساعات بیشتری از تلفن همراه استفاده می‌کنند به مشکلات کم خوابی و استرس دچار می‌شوند. محققان با تقسیم این نوجوانان به دو گروه پر مصرف و کم مصرف ثابت کردند آنان که کمتر از 5 بار در روز با تلفن همراه صحبت می‌کنند و پیام‌های کوتاه کمتری می‌فرستند نسبت به افرادی که بالای 15 بار از این وسیله استفاده می‌کنند شرایط روحی بهتری دارند و شبها بهتر می‌خوابند. دکتر "جی برید" رئیس این تحقیق عنوان می‌کند که اعتیاد به تلفن‌های همراه در جوانان و نوجوانان به شدت افزایش یافته و همین موضوع مشکلات روحی و رانی بسیاری بر آنان به جا می‌گذارد آنها باید از این ضررها آگاه باشند.