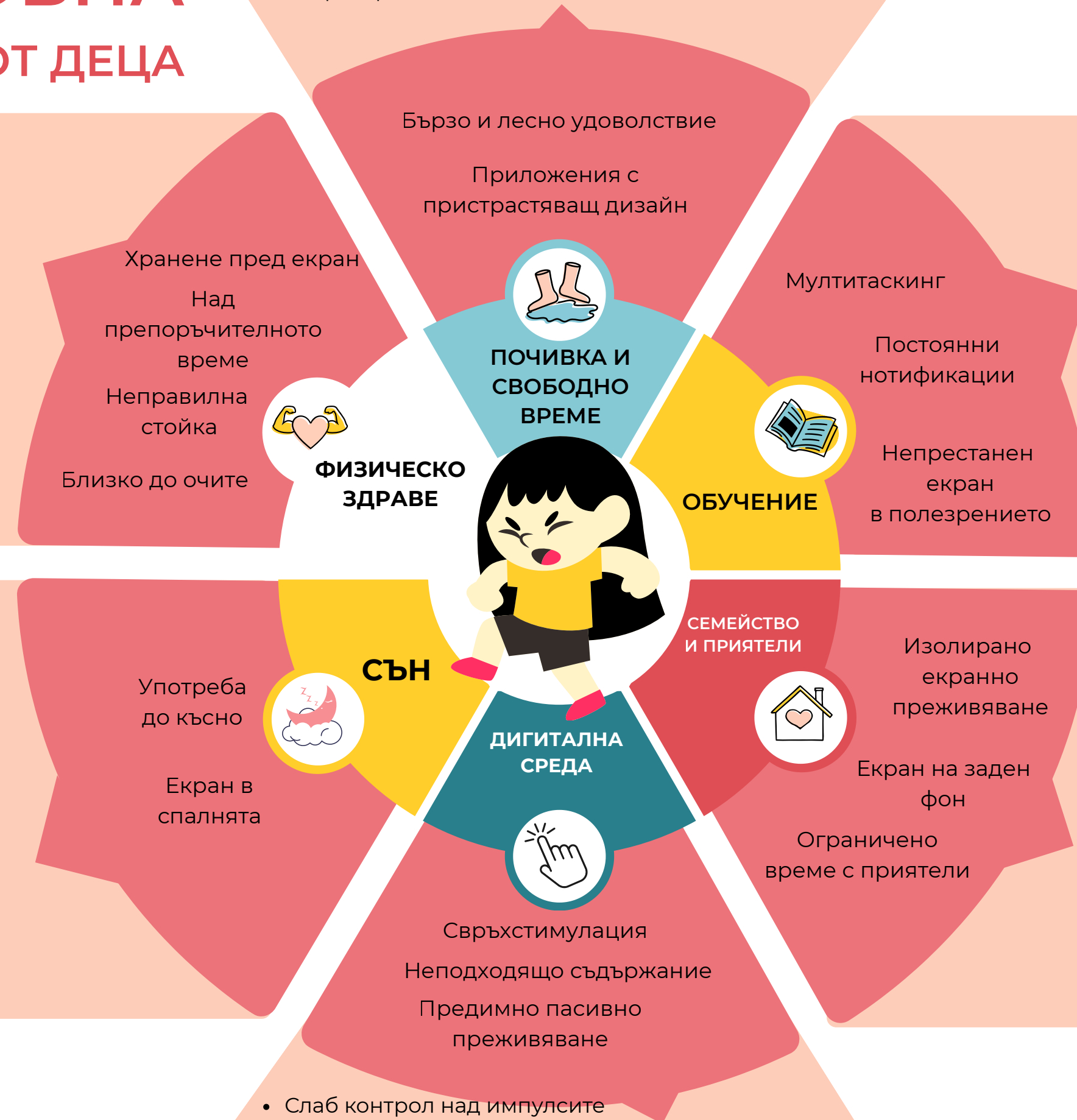


НЕЗДРАВΟΣЛОВНА УПОТРЕБА НА ЕКРАНИ ОТ ДЕЦА

- Липса на интерес към безекранни дейности
- Пристрастяване

ПРЕКОМЕРНО ЗАСТОЯВАНЕ И МЕХАНИЧНО ХРАНЕНЕ:

- Затлъстяване
- Болки в тялото, слаба стойка, изкривявания
- Напрежение в очите, Късогледство
- Енергиен дисбаланс



ПО-КРАТЪК И НЕВЪЗСТАНОВИТЕЛЕН СЪН:

- Емоционален дисбаланс
 - Раздразнителност и плачливост
 - Нервни изблици и агресия
 - Тревожност и депресия
- Слаба имунна система
- Нарушени когнитивни функции
- Кошмари
- В по-тежки форми - аутистично подобни симптоми

НЕПРЕСТАННО ДИГИТАЛНО РАЗСЕЙВАНЕ:

- Отслабени концентрация и памет
- Слабо логическо разсъждение
- По-слабо академично представяне

НАМАЛЕНИ РАЗГОВОРИ В И ИЗВЪН СЕМЕЙСТВОТО:

- Забавено говорно развитие
- Отслабени социални умения
- Емоционална дистанция и самота
- Намалена емпатия и отслабено предаване на ценности между поколенията

- Слаб контрол над импулсите
- Копиране на неприемливо поведение
- Възприемане на ценности от съмнителни авторитети
- Ниско самочувствие



ИЗПОЛЗВАНЕ НА ЕКРАНИ И ЦЯЛОСТНО ПО-ДОБРО БЛАГОСЪСТОЯНИЕ НА ДЕТЕТО

- Оптимално овладяване на речта
- Подобрени социални умения
- Емоционална свързаност и усещане за близост и принадлежност
- Повишена емпатия и ефективно предаване на ценности

- По-спокойни и с по-добро настроение деца
- по-силна имунна система
- по-добри конценрация, памет и логическо разсъждение



- Подобрени концентрация и успех в училище
- Използване като инструмент с умисъл и цел

- По-добро разбиране на съдържанието
- Развиване на реални дигитални умения
- В дългосрочен план
 - разбиране на необходимостта от граници
 - Умения за самоконтрол

- По-добро физическо и емоционално състояние и енергиен баланс

