

Dzieci a smartfony, tablety i komputery

Opracował
Michał Feliksiak

Znak jakości przyznany CBOS przez
Organizację Firm Badania Opinii i Rynku



Wyróżniająca Jakość Badań

Fundacja Centrum Badania Opinii Społecznej
ul. Świętojerska 5/7, 00-236 Warszawa
e-mail: sekretariat@cbos.pl; info@cbos.pl
<http://www.cbos.pl>
(48 22) 629 35 69

W skrócie

- Z urządzeń takich jak smartfon, tablet lub komputer korzysta 83% dzieci w wieku od 1 roku do 17 lat. Do ich użytkowników można zaliczyć blisko dwie piąte dzieci poniżej 5 roku życia (38%), ponad osiem na dziesięć mających od 5 do 7 lat (84%) i wszystkie lub prawie wszystkie starsze dzieci i nastolatki (8–11 lat – 96%, 12–17 lat – 99%).
- Przeciętny dzienny czas korzystania z tych urządzeń w przypadku analizowanej populacji to 2 godziny (średnia = 130 minut, mediana = 120 minut). Im starsze dzieci, tym ten jest czas dłuższy (z każdym rokiem wydłuża się o około 17 minut). Najmłodsze dzieci, poniżej 5 roku życia, korzystają z tych urządzeń (o ile w ogóle korzystają) krócej niż godzinę dziennie. W przypadku dzieci mających od 5 do 7 lat jest to 1 godzina, a w przypadku mających od 8 do 11 lat – na ogół 2 godziny w ciągu dnia. Wśród nastolatków mających od 12 do 17 lat czas spędzany na korzystaniu z urządzeń takich jak smartfon, tablet, komputer wynosi co najmniej 3 godziny, w tym wśród trzech najstarszych roczników są to przeciętnie 4 godziny.
- Poza wiekiem dzieci statystycznie istotne w kontekście czasu spędzanego na korzystaniu ze smartfonów, tabletów i komputerów są sytuacja materialna i wielkość gospodarstwa domowego. Im lepsza sytuacja materialna gospodarstwa domowego, w którym są dzieci i młodzież, tym ten czas jest krótszy (o mniej więcej 32 minuty). Im więcej jest osób w gospodarstwie domowym, tym więcej czasu dzieci spędzają w ten sposób (z każdą kolejną osobą jest to 8 minut dłużej).

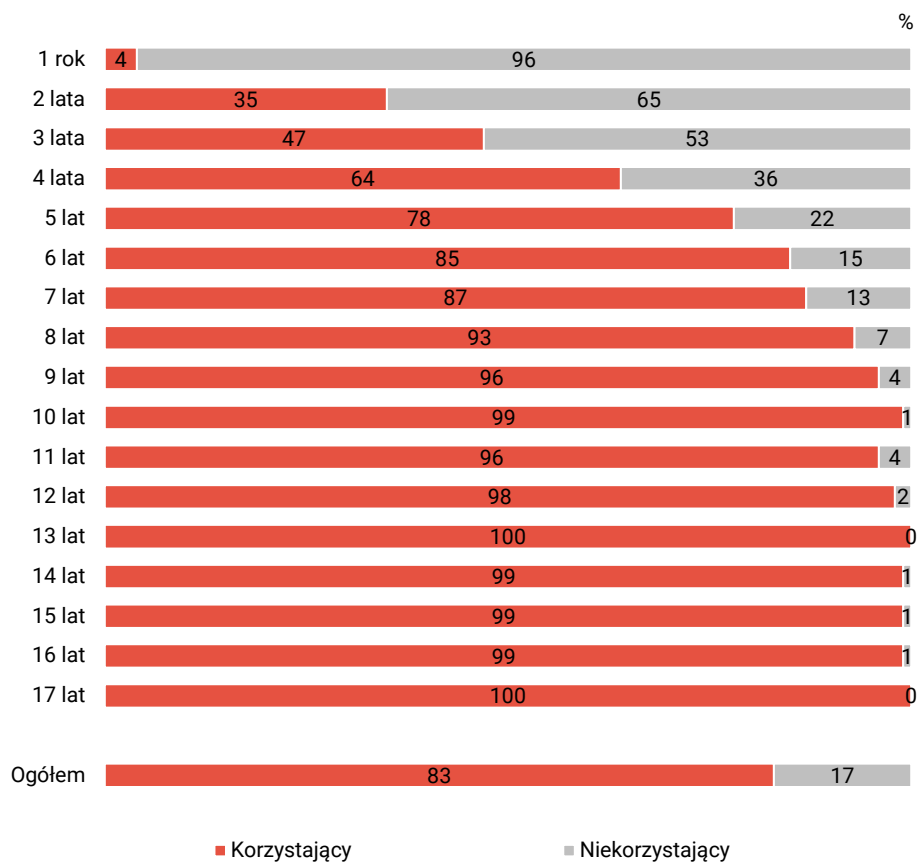
W naszych sondażach postanowiliśmy zbadać ekspozycję dzieci na urządzenia takie jak smartfony, tablety i komputery. W trzech kolejnych badaniach¹ pytaliśmy dorosłych respondentów, w których gospodarstwach domowych są dzieci i młodzież w wieku od 1 roku do 17 lat, o to, czy i jak długo spędzają one czas przed ekranami wymienionych urządzeń. Dane pochodzące z trzech badań zostały poddane syntezie (czyli połączeniu w jeden zbiór danych), a następnie przekształcone i zważone w taki sposób, aby powstała próba reprezentatywna dla osób w tym wieku. W efekcie próba ta wyniosła 1375 osób w wieku 1–17 lat. Interesowały nas dwie kwestie: skala ekspozycji i czas – przy czym warto podkreślić, że obie te wartości pozyskujemy z deklaracji nie dzieci a – na ogół – opiekunów (lub innych dorosłych z gospodarstwa domowego), więc są subiektywne i należy je traktować jako orientacyjne.

KORZYSTANIE

Z urządzeń takich jak smartfon, tablet czy komputer korzysta 83% dzieci/młodzieży w wieku od 1 roku do 17 lat. W liczbach bezwzględnych użytkownicy w tym wieku stanowią 5,5 miliona osób. Nie korzystają z tych urządzeń w ogromnej większości dzieci najmłodsze, tj. mające 1 rok (96%), a także większość – dwie trzecie dzieci (65%) – mających 2 lata. Wśród dzieci mających 3 lata przewaga niekorzystających nad korzystającymi jest już stosunkowo niewielka (53% wobec 47%). Począwszy od 4 roku życia dzieci korzystające z urządzeń zaczynają przeważać nad niekorzystającymi. Po 5 roku życia już tylko około jednej siódmej nie ma z nimi styczności, a po 7 roku są to już bardzo nieliczne przypadki.

¹ Badania prowadzone na losowych (losowanych z operatu PESEL) próbach reprezentatywnych dla pełnoletnich mieszkańców Polski, realizowane od 9 do 19 stycznia 2025 roku (N=972), od 6 do 16 lutego (N=965) i od 6 do 16 marca (N=1047), przy wykorzystaniu trzech technik: CAPI (wywiad bezpośredni z udziałem ankietera), CATI (wywiad telefoniczny) i CAWI (samodzielne wypełnienie ankiety internetowej).

RYS. 1. Korzystanie przez dzieci w wieku od 1 roku do 17 lat z urządzeń takich jak smartfon, tablet, komputer



W bardziej syntetycznym ujęciu, ze względu na wiek, skala korzystania ze smartfonów, tabletów i komputerów wygląda następująco. Korzysta z nich blisko dwie piąte dzieci poniżej 5 roku życia (38%), ponad osiem na dziesięć mających od 5 do 7 lat (84%) i wszystkie lub prawie wszystkie starsze dzieci i nastolatki.

TABELA 1

Wiek	Korzystanie z urządzeń takich jak smartfon, tablet, komputer	
	Korzystający	Niekorzystający
	w procentach	
1 rok – 4 lata	38	62
5–7 lat	84	16
8–11 lat	96	4
12–17 lat	99	1
Ogółem	83	17

Ponieważ skala rozpowszechnienia smartfonów, tabletów i komputerów wśród nastolatków jest duża, zróżnicowania w korzystaniu uwidaczniają się w zasadzie tylko w przypadku młodszych dzieci. Więcej

najmłodszych użytkowników tych urządzeń (poniżej 8 roku życia) jest wśród dzieci z gospodarstw domowych będących w przeciętnej lub złej sytuacji materialnej i tam, gdzie są najniższe dochody w przeliczeniu na osobę.

TABELA 2

Wiek	Korzystanie z urządzeń takich jak smartfon, tablet, komputer a sytuacja materialna gospodarstwa domowego		
	Zła/przeciętna	Dobra	Ogółem
	w procentach		
1 rok – 4 lata	49	32	38
5–7 lat	89	81	84
8–11 lat	98	95	96
12–17 lat	99	99	99
Ogółem	87	80	83

TABELA 3

Wiek	Korzystanie z urządzeń takich jak smartfon, tablet, komputer a dochód <i>per capita</i> w gospodarstwie domowym				
	poniżej 2000 zł	2000–2999 zł	3000–3999 zł	4000 zł +	Ogółem
	w procentach				
1 rok – 4 lata	43	26	31	38	38
5–7 lat	91	78	84	87	84
8–11 lat	95	94	100	95	96
12–17 lat	99	100	100	97	99
Ogółem	85	78	81	83	83

Wyższy odsetek najmłodszych użytkowników (1 rok – 4 lata) rejestrujemy na wsi niż w średnich i dużych miastach. W starszych grupach wielkość miejscowości nie różnicuje istotnie skali korzystania ze smartfonów, tabletów i komputerów.

TABELA 4

Wiek	Korzystanie z urządzeń takich jak smartfon, tablet, komputer a miejsce zamieszkania			
	Wieś	Miasta poniżej 100 000	Miasta 100 000+	Ogółem
	w procentach			
1 rok – 4 lata	41	34	35	38
5–7 lat	83	84	84	84
8–11 lat	95	99	94	96
12–17 lat	99	99	98	99
Ogółem	81	86	82	83

Najwyższy odsetek dzieci i młodzieży używających smartfonów, tabletów i komputerów rejestrujemy w najmniejszych, dwuosobowych gospodarstwach domowych, czyli takich, w których dziecko mieszka z jedną osobą dorosłą (na ogół opiekun + dziecko). Wśród najmłodszych dzieci (1 rok – 4 lata) nieco większa skala korzystania z tych urządzeń zaznacza się w przypadku gospodarstw trzyosobowych (czyli np. rodzice + dziecko).

TABELA 5

Wiek	Korzystanie z urządzeń takich jak smartfon, tablet, komputer a liczba osób w gospodarstwie domowym					
	2	3	4	5	6+	Ogółem
	w procentach					
1 rok – 4 lata	*	43	38	38	35	38
5–7 lat	*	79	84	91	74	84
8–11 lat	*	100	98	97	86	96
12–17 lat	*	100	100	98	98	99
Ogółem	97	79	84	85	76	83

* Bardzo mała liczebność

CZAS

Średni czas korzystania z urządzeń w przypadku omawianej populacji to 2 godziny dziennie (średnia = 130 minut, mediana = 120 minut). Najmłodsze dzieci, poniżej 5 roku życia, korzystają z nich (o ile w ogóle korzystają) krócej niż 1 godzinę (dla dzieci mających 1 rok, według wszystkich miar tendencji centralnej, czas spędzany ze smartfonem, tabletem lub komputerem wynosi 0 minut). W przypadku dzieci mających 5–7 lat jest to 1 godzina dziennie, a w przypadku mających od 8 do 11 lat – od półtorej godziny do nieco ponad 2 godzin. Wśród nastolatków mających od 12 do 17 lat czas spędzany na korzystaniu z urządzeń takich jak smartfon, tablet, komputer wynosi co najmniej 3 godziny, w tym wśród ostatnich trzech roczników są to przeciętnie 4 godziny każdego dnia. Wyniki regresji liniowej potwierdzają istnienie silnego związku między czasem korzystania z urządzeń a wiekiem i wskazują, że wraz z każdym rokiem życia czas ten rośnie o około 17 minut.

TABELA 6

Wiek	Czas spędzany codziennie na korzystaniu z urządzeń w minutach		
	Średnia	Mediana	Odchylenie standardowe
1 rok	0	0	2
2 lata	22	0	40
3 lata	36	0	64
4 lata	49	30	82
5 lat	60	60	66
6 lat	59	60	48
7 lat	97	60	99
8 lat	103	120	72
9 lat	112	90	82
10 lat	126	120	72
11 lat	143	120	106
12 lat	190	180	122
13 lat	204	180	108
14 lat	218	180	116
15 lat	250	240	171
16 lat	222	224	119
17 lat	265	240	212
Ogółem	130	120	132

Po połączeniu dzieci ze względu na wiek w bardziej ogólne kategorie wygląda to następująco.

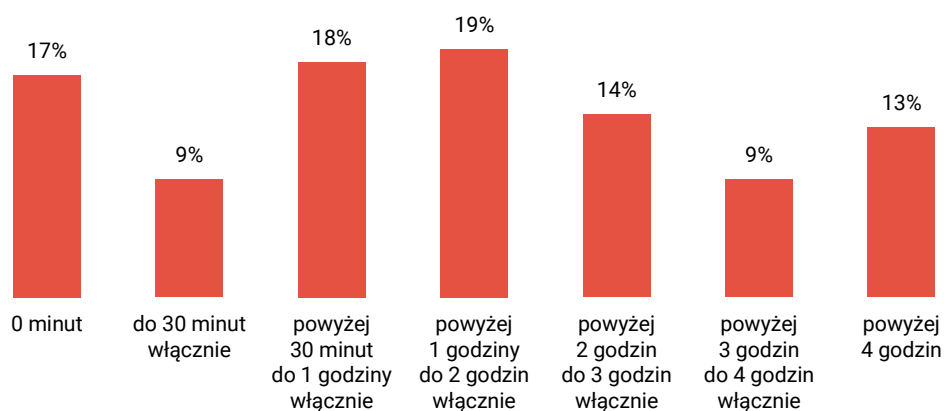
TABELA 7

Wiek	Czas spędzany codziennie na korzystaniu z urządzeń w minutach		
	Średnia	Mediana	Odchylenie standardowe
1 rok – 4 lata	28	0	60
5–7 lat	74	60	77
8–11 lat	121	120	85
12–17 lat	224	180	147
Ogółem	130	120	132

W ujęciu procentowym, pomijając dzieci, które nie korzystają ze smartfonów, tabletów i komputerów (17%), można zauważyć, że niemal jedna dziesiąta (9%) spędza w ten sposób do pół godziny dziennie, blisko jedna piąta (18%) – od ponad pół godziny do 1 godziny, zbliżony odsetek (19%) – od ponad 1 godziny do 2 godzin, 14% – od ponad 2 godzin do 3 godzin, 9% – od ponad 3 godzin do 4 godzin, a 13% – dłużej niż 4 godziny.

CBOS

RYS. 2. Czas spędzany codziennie na korzystaniu z urządzeń takich jak smartfon, tablet, komputer



W poniższej tabeli można prześledzić zakresy czasu korzystania ze smartfonów, tabletów i komputerów w poszczególnych grupach wiekowych. Dzieci najmłodsze (1 rok – 4 lata) przeważnie nie spędzają czasu w ten sposób, a jeśli już to do 1 godziny. W grupie 5–7-latków najwięcej jest korzystających z urządzeń tego typu od ponad pół godziny do 1 godziny, z kolei w starszej grupie, mających od 8 do 11 lat, liczna zaczyna być już kategoria korzystających z nich od ponad 1 godziny do 2 godzin włącznie. Wśród nastolatków w wieku 12–17 lat czasy te są wyraźnie dłuższe – ponad dwukrotnie wyższy niż wśród ogółu dzieci i młodzieży jest tu odsetek spędzających tak od ponad 3 do 4 godzin oraz powyżej 4 godzin.

TABELA 8

Wiek	Czas spędzany codziennie na korzystaniu z urządzeń						
	0 minut	do 30 minut włącznie	powyżej 30 minut do 1 godziny włącznie	powyżej 1 godziny do 2 godzin włącznie	powyżej 2 godzin do 3 godzin włącznie	powyżej 3 godzin do 4 godzin włącznie	powyżej 4 godzin
	w procentach						
1 rok – 4 lata	62	14	16	4	2	0	1
5–7 lat	16	21	31	18	7	3	4
8–11 lat	4	9	26	30	19	5	7
12–17 lat	1	0	7	22	22	19	29
Ogółem	17	9	18	19	14	9	13

Z analizy regresji liniowej wynika, że poza wiekiem statystycznie istotne w kontekście czasu spędzanego na korzystaniu ze smartfonów, tabletów i komputerów są sytuacja materialna i wielkość gospodarstwa domowego. Im lepsza sytuacja materialna gospodarstwa, w którym są dzieci i młodzież, tym ten czas jest krótszy (o mniej więcej 32 minuty), a im więcej jest osób w gospodarstwie domowym, tym więcej czasu dzieci spędzają w ten sposób (z każdą osobą jest to 8 minut dłużej).

Wyraźne oddziaływanie sytuacji materialnej na czas spędzany przez dzieci ze smartfonami, tabletami lub komputerami obrazuje poniższa tabela. W przypadku dzieci z gospodarstw będących w złej kondycji ekonomicznej średni czas wynosi 220 minut, natomiast tam, gdzie opisywana jest ona jako przeciętna lub dobra odpowiednio: 136 i 121 minut. Gradacja ta potwierdza się także w wartościach mediany – w grupie dzieci z gospodarstw znajdujących się w złej sytuacji wynosi on 181 minut, z gospodarstw będących w przeciętnej sytuacji – 120 minut, a w będących w sytuacji dobrej – 90.

TABELA 9

	Czas spędzany codziennie na korzystaniu z urządzeń w minutach a sytuacja materialna gospodarstwa domowego					
	Średnia			Mediana		
	Zła	Przeciętna	Dobra	Zła	Przeciętna	Dobra
Dzieci ogółem	220	136	121	181	120	90

Różnice w wartościach średniego czasu spędzanego na korzystaniu z urządzeń pomiędzy dziećmi będącymi w przeciętnej lub złej sytuacji materialnej a tymi, których sytuacja jest dobra, widać we wszystkich grupach wiekowych, choć największa – bo ponad dwukrotna – jest w przypadku najmłodszych dzieci.

TABELA 10

Wiek	Czas spędzany codziennie na korzystaniu z urządzeń w minutach a sytuacja materialna gospodarstwa domowego			
	Średnia		Mediana	
	Zła/przeciętna	Dobra	Zła/przeciętna	Dobra
1 rok – 4 lata	47	18	0	0
5–7 lat	87	66	60	60
8–11 lat	140	109	120	119
12–17 lat	231	220	180	180
Ogółem	145	121	120	90

Z powyższymi obserwacjami koresponduje zależność czasu spędzanego przez dzieci na korzystaniu z urządzeń od dochodów *per capita* w gospodarstwach domowych.

TABELA 11

Wiek	Czas spędzany codziennie na korzystaniu z urządzeń w minutach a dochód <i>per capita</i> w gospodarstwie domowym							
	Średnia				Mediana			
	poniżej 2000 zł	2000–2999 zł	3000–3999 zł	4000 zł +	poniżej 2000 zł	2000–2999 zł	3000–3999 zł	4000 zł +
1 rok – 4 lata	34	34	18	18	0	0	0	0
5–7 lat	80	54	54	69	60	49	60	60
8–11 lat	128	120	119	112	120	120	120	90
12–17 lat	239	225	229	221	240	210	210	180
Ogółem	137	120	127	124	120	74	91	90

Generalnie można zaobserwować wzrost wartości średniego czasu korzystania z urządzenia wraz ze wzrostem liczby osób tworzących gospodarstwo domowe, choć wyłamują się z tego gospodarstwa dwuosobowe, czyli takie, w których dziecko mieszka z jedną osobą dorosłą – w ich przypadku ten czas jest relatywnie najdłuższy.

TABELA 12

Wiek	Czas spędzany codziennie na korzystaniu z urządzeń w minutach a wielkość gospodarstwa domowego wyrażona liczbą osób									
	Średnia					Mediana				
	2	3	4	5	6+	2	3	4	5	6+
1 rok – 4 lata	*	19	28	33	34	*	0	0	0	0
5–7 lat	*	76	69	77	79	*	60	60	60	30
8–11 lat	*	120	116	115	147	*	84	120	120	120
12–17 lat	*	221	219	236	230	*	210	180	219	180
Ogółem	181	118	127	132	139	180	60	120	120	120

* Bardzo mała liczebność

Zależności wynikające z wielkości miejsca zamieszkania nie układają się w sposób klarowny. Można zauważyć, że w całej analizowanej populacji więcej czasu na korzystaniu ze smartfonów, tabletów, komputerów spędzają dzieci mieszkające w miastach niż mieszkające na wsi. Porównując mediany można powiedzieć, że jest to pół godziny różnicy.

TABELA 13

Wiek	Czas spędzany codziennie na korzystaniu z urządzeń w minutach a miejsce zamieszkania					
	Średnia			Mediana		
	Wieś	Miasta poniżej 100 000	Miasta 100 000+	Wieś	Miasta poniżej 100 000	Miasta 100 000+
1 rok – 4 lata	33	17	25	0	0	0
5–7 lat	75	61	89	60	60	60
8–11 lat	123	127	112	120	120	120
12–17 lat	209	236	236	180	180	210
Ogółem	121	139	134	90	120	120

Z zebranych danych wynika, że ekspozycja dzieci na urządzenia cyfrowe takie jak smartfony, tablety i komputery jest duża i zaczyna się od wczesnych lat. Wraz z wiekiem rośnie skala korzystania z tych urządzeń i wydłuża się czas z nimi spędzany. Obok wieku ważnym czynnikiem kształtującym czas spędzany w ten sposób jest sytuacja materialna gospodarstwa domowego – im jest ona lepsza, tym ten czas jest krótszy, a im gorsza – tym dłuższy.