TikTok планира 60-минутно ограничение за тийнейджъри. Защо е необходимо? И дали ще работи?

Новини | Общество | на 28.03.2023 05:00 | от Антоанета Баева

Защо говорим за това?

Много деца прекаляват с гледането на клипчета в *TikTok* и е крайно време да се вземат мерки, смятат специалистите по дигитално здраве.



Случвало ли ти се е да гледаш видеоклипове в *TikTok* и когато майка ти те извика за вечеря, с изненада да установиш, че си бил в приложението повече от два часа? Вероятно и ти, както много деца, си прекарвал часове наред в *TikTok*, без да усетиш. И времето за всичко останало - домашни, четене, срещи с приятели, сън, е намаляло.

Всъщност това се случва на много деца (и възрастни) и е проблем, за който вече се търси решение. Затова *TikTok* обяви, че през следващите седмици ще пусне нова функция. Това е 60-минутно ограничение на времето, което тийнейджърите от 13 до 18 години прекарват в приложението. Тази функция обаче няма да е задължителна, а препоръчителна. Тя ще бъде автоматично зададена за всички потребители под 18 години, но тийнейджърите могат да я изключат, ако решат.

Как ще работи? Функцията ще бъде добавена към съществуващите настройки за екранно време. Ще включва 60-минутен дневен лимит по подразбиране и табло за време на екрана. Когато бъде достигнато ограничението, известията ще бъдат заглушени. Ако тийнейджърите искат да продължат да използват приложението, ще получат предупреждение и трябва да въведат парола, за да продължат.

Експертите по дигитално здраве (да, има и такива) не са убедени, че това ще помогне младите хора да стоят по-малко в приложението. Те дори казват, че тези ограничения не са достатъчно строги, а трябва да бъдат, защото много деца прекаляват с гледането в екраните. Повечето социални медии водят до пристрастяване и това важи особено силно за *TikTok*.

Има примери за по-строги ограничения за тийнейджъри, които използват социални медии. Например *Douyin*, версията на *TikTok*, която се използва в Китай. Тя има „тийнейджърски режим“, който е задължителен за всеки под 14 години – децата имат право да използват приложението само 40 минути на ден, и то се заключва между 22 и 6 часа сутринта.

Наистина, трудно е да разчиташ само на волята си, за да ограничиш социалните мрежи. Понякога е трудна задача и за възрастните. Това е така, защото те са създадени, за да ни карат да гледаме.
Така че е добре, когато приложението на *TikTok* започне да работи, да го използваш и да ограничиш гледането на клипчета. И дори сам да си сложиш ограничение още сега. Помисли само колко време прахосваш. А дали запомни нещо, дали научи нещо? Най-вероятно не. Можеш да оползотвориш това време много по-добре.

Въпросника към тази статия можеш да решиш онлайн на:
/book/2879-tiktok-planira-60-minutno-ogranichenie-za-tiyneydzhari-zashto-e-neobhodimo-i-dali-shte-raboti

Сканирай този QR-код и влез директно във въпросника ->

©"Вижте" е издание на Фондация Гутенберг 3.0. Всички права са запазени