

The Washington Post

Giving a kid a phone before this age can be especially harmful, research suggests

A wave of new studies is shedding light on the risks of early smartphone access and heavy screen use for adolescent mental health and development.

December 28, 2025 at 5:00 a.m. EST

Mỗi nguy hại khi cho trẻ em sử dụng điện thoại thông minh quá sớm.



Nguồn tin và chi tiết:

https://www.washingtonpost.com/health/2025/12/28/adolescent-brain-development-screen-time/?utm_campaign=wp_news_alert_revere_trending_now&utm_medium=email&utm_source=alert&location=alert

HCD: Tóm tắt nội dung bài báo (có thể bản dịch nguyên văn nằm dưới phần tóm tắt)

Bài viết đề cập đến một vấn đề đang rất được quan tâm hiện nay: Mỗi nguy hại khi cho trẻ em sử dụng cell phone quá sớm.

Dưới đây là phần giải thích chi tiết và dễ hiểu nhất về nội dung bài báo:

1. Thông điệp chính của bài viết

Một "làn sóng" các nghiên cứu mới đang đồng loạt chỉ ra rằng: Việc cho trẻ dùng cell phone và sử dụng màn hình quá nhiều ở tuổi thiếu niên có thể gây ra những rủi ro nghiêm trọng cho sức khỏe tâm thần và sự phát triển trí não.

2. Câu chuyện thực tế từ một chuyên gia

Để minh chứng cho mức độ nghiêm trọng, Ran Barzilay, một nhà nghiên cứu tại Đại học Pennsylvania (Mỹ), là một chuyên gia nghiên cứu về mối liên quan giữa màn hình và sức khỏe thanh thiếu niên, vừa là một người cha có 3 con.

Trước đây, ông đã cho 2 đứa con đầu sử dụng điện thoại khi chúng chưa đầy 12 tuổi. Tuy nhiên, mùa hè năm nay, sau khi trực tiếp xem xét các kết quả nghiên cứu mới nhất của chính mình, ông đã thay đổi hoàn toàn.

Đứa con út của ông sẽ không được dùng điện thoại trong một thời gian dài sắp tới. Ngay cả một chuyên gia hiểu biết sâu sắc về vấn đề này cũng cảm thấy "hối hận" hoặc lo lắng đến mức phải thay đổi cách nuôi dạy đứa con thứ ba sau khi nhìn thấy các dữ liệu khoa học.

3. Tại sao lại là độ tuổi này?

Mặc dù đoạn trích không nêu con số chính xác một cách cứng nhắc, nhưng nó nhấn mạnh mốc trước 12 tuổi là giai đoạn cực kỳ nhạy cảm. Việc dùng điện thoại sớm có

thể dẫn đến trầm cảm, lo âu và giảm khả năng tập trung. Thanh thiếu niên đang trong giai đoạn não bộ hoàn thiện các kỹ năng xã hội và kiểm soát cảm xúc. Điện thoại có thể làm gián đoạn quá trình tự nhiên này.

4. Hình ảnh mang tính biểu tượng

Bài báo nhắc đến tác phẩm nghệ thuật mang tên “ByMyCellf” (một cách chơi chữ của "By myself" - Cô đơn một mình - và "Cell" trong điện thoại di động). Tác phẩm này thể hiện sự cô lập của con người trong thế giới số, dù chúng ta luôn kết nối với điện thoại nhưng thực chất lại đang tách biệt với thế giới thực.

Kết luận: Khoa học cảnh báo: Càng dùng điện thoại sớm, trẻ càng dễ gặp vấn đề tâm lý. Dưới 12 tuổi là độ tuổi "đỏ", không nên cho trẻ sở dùng cell phone. Nếu một nhà khoa học nghiên cứu về lĩnh vực này còn không cho con mình dùng, thì chúng ta nên thực sự cân nhắc kỹ.

-----<oOo>-----