

SMARTFONY W SZKOŁACH: CZY ZAKAZ PRZYNOSZENIA TELEFONÓW KOMÓRKOWYCH ZAPEWNI UCZNIOM BEZPIECZNE DZIECIŃSTWO?

WPROWADZENIE

W Polsce, według badań CBOS (2025), większość obywateli popiera wprowadzenie ogólnego zakazu smartfonów w szkołach. Jednak czy takie rozwiązanie rzeczywiście rozwiązuje problem, czy jedynie odwraca uwagę od szerszego kontekstu? Internet, będący nieodłączną częścią codzienności, często okazuje się toksycznym środowiskiem, które dotyka wszystkich grup wiekowych, w tym dzieci. W obliczu tych wyzwań warto zastanowić się, czy zakaz smartfonów to właściwa droga do zapewnienia bezpiecznego cyfrowego dzieciństwa.

ANALIZA

Przepisy regulujące zakaz telefonów w szkołach - Polska i świat

Dyskusja nad zakazaniem smartfonów na terenie szkoły odbywa się w wielu krajach na całym świecie. Zwolennicy tego rozwiązania wskazują, że może ono zwiększyć koncentrację uczniów, poprawić wyniki w nauce oraz ograniczyć zjawiska takie jak cyberprzemoc. Aktualnie polskie przepisy nakładają na szkoły jedynie obowiązek wyznaczenia zasad korzystania ze smartfonów. Władze szkół mogą więc same zdecydować, czy wprowadzą zakaz, swobodę użytkowania, czy pośrednie rozwiązania (GrowSpace, 2025).

Według badań CBOS (2025), 73% Polaków popiera wprowadzenie zakazu używania smartfonów przez uczniów we wszystkich szkołach w kraju, podczas gdy 21% preferuje ich dopuszczenie. Ministra Edukacji Barbara Nowacka zwraca natomiast uwagę, na trudności związane z egzekwowaniem takiego przepisu. Jej zdaniem nauczyciele mogliby napotkać problemy z jego realizacją, ponieważ obecne regulacje nie zapewniają odpowiednich narzędzi sankcyjnych (android.com.pl, 2015).

Pomimo tych wyzwań, praktyczne rozwiązania wydają się możliwe. Obecnie 52% polskich szkół już egzekwuje zakaz korzystania ze smartfonów na podstawie własnych regulaminów, bez ogólnych przepisów prawnych. Na poziomie globalnym, do końca 2024 roku 40% rządów zdecydowało się na wprowadzenie podobnych zakazów. Szczególnie

wyróżnia się Centralna i Południowa Azja, gdzie aż 85% krajów zakazało używania smartfonów w szkołach (UNESCO, 2025).

Warto zauważyć, że zakaz korzystania ze smartfonów bywa modyfikowany, np. przez uwzględnienie wyjątkowych sytuacji. Przykładem jest rozwiązanie zastosowane w Zhengzhou w Chinach, gdzie uczniowie mogą korzystać z telefonów wyłącznie za zgodą rodziców i pod warunkiem uzasadnienia pedagogicznej konieczności dostępu do urządzenia.

Efekty zakazania smartfonów w szkołach

Naukowcy nie znaleźli jednoznacznych dowodów na to, że zakaz smartfonów w szkołach znacząco poprawia wyniki w nauce lub samopoczucie uczniów. Metaanaliza 22 badań z 2024 roku wskazuje, że efekty tego typu regulacji są silnie zależne od lokalnych uwarunkowań i mogą być zarówno pozytywne, jak i negatywne (Campbell et al., 2024).

Przykładowo, badania przeprowadzone w Hiszpanii (Beneito & Vicente-Chirivella, 2022) oraz Norwegii (Abrahamsson, 2024) wykazały pewne korzyści wynikające z ograniczenia dostępu do telefonów. Autorzy tych badań podkreślają jednak, że ich wyniki nie mogą być uogólnione na inne konteksty ze względu na lokalne różnice oraz ograniczenia metodologiczne. Z kolei najnowsze badanie z Wielkiej Brytanii (Goodyear et al., 2025) nie dostarczyło jednoznacznych dowodów na skuteczność zakazu w tamtejszym systemie edukacji.

Z jednej strony ograniczenie dostępu do urządzeń mobilnych może sprzyjać większej koncentracji, częstszym interakcjom twarzą w twarz oraz budowaniu relacji społecznych – szczególnie istotnych w okresie dojrzewania. Z drugiej strony całkowity zakaz może prowadzić do poczucia izolacji u uczniów zmagających się z trudnościami społecznymi, lękiem czy wykluczeniem. W efekcie zakaz smartfonów jawi się jako niedokładne narzędzie, którego skutki trudno przewidzieć i które może przynieść zarówno pozytywne, jak i negatywne konsekwencje.

Skutki zakazania smartfonów w szkołach

Arabia Saudyjska w 2024 roku wycofała zakaz korzystania ze smartfonów w szkołach. Decyzja ta była wynikiem nacisków środowisk broniących praw osób z niepełnosprawnościami, dla których smartfony stanowią narzędzie umożliwiające udział w nauce i interakcjach społecznych (UNESCO, 2025). Podczas gdy dla przeciętnej osoby telefon jest dodatkiem do codziennego życia, dla osób z różnymi formami niepełnosprawności może być kluczowym wsparciem w integracji społecznej i edukacyjnej.

Korzyści z korzystania ze smartfonów zauważono również wśród osób introwertycznych oraz członków mniejszości. Zdalna łączność może pozytywnie wpływać na ich dobrostan psychiczny, szczególnie w sytuacjach, gdy dziecko doświadcza ostracyzmu lub trudności w relacjach z rówieśnikami (Hartwell, Zenone & McKee, 2024; Orben, 2020). W społecznościach lub społeczeństwach o bardziej restrykcyjnych systemach, takich jak Afganistan, media społecznościowe stanowią główne źródło wymiany informacji dla kobiet. Dzięki nim możliwe jest poruszanie tematów piętnowanych przez władze, takich jak prawa kobiet czy edukacja seksualna (Ghai et al., 2022).

Znajomości nawiązywane online często pełnią funkcję kompensacyjną, pozwalając młodym ludziom nawiązywać relacje społeczne w bezpiecznym środowisku. Co więcej, dla wielu uczniów smartfony pełnią funkcję regulacyjną – pomagają radzić sobie ze stresem, lękiem czy samotnością. Nagłe odebranie tego narzędzia bez odpowiedniej edukacji oraz alternatywnych form wsparcia może prowadzić do wzrostu napięcia emocjonalnego i obniżenia dobrostanu psychicznego.

Skutki pozwolenia na korzystanie ze smartfonów w szkołach

Zakaz smartfonów niesie za sobą negatywne konsekwencje, ale obecność technologii mobilnych w edukacji również nie jest pozbawiona wad. Z jednej strony telefony mogą rozpraszać uwagę uczniów, a z drugiej uwidaczniają problemy związane z nierównościami finansowymi oraz niedostatecznym przygotowaniem do ich świadomego użytkowania. Choć telefony są powszechnie dostępne, jedynie 54% osób w Europie posiada podstawowe umiejętności cyfrowe (Komisja Europejska, 2022), co wskazuje na potrzebę edukacji w tym zakresie.

Naturalnym rozwiązaniem wydaje się wprowadzenie cyfrowej edukacji do szkół. Jednak badania pokazują, że nauczyciele często nie czują się przygotowani do prowadzenia zajęć z wykorzystaniem technologii cyfrowych (UNESCO, 2025). Programy kształcenia nauczycieli rzadko obejmują takie zagadnienia, a higiena cyfrowa nie jest priorytetem w większości systemów edukacyjnych.

Kolejnym wyzwaniem są nierówności finansowe. W biedniejszych krajach koszty wdrożenia zajęć z umiejętności cyfrowych mogłyby zwiększyć deficyt w finansowaniu edukacji nawet o 50%. Dodatkowo większość materiałów edukacyjnych dostępnych online jest opracowana w języku angielskim, co utrudnia ich wykorzystanie w krajach nieanglojęzycznych (UNESCO, 2025).

Istotnym zagadnieniem pozostaje także prywatność danych osób niepełnoletnich. Obecnie tylko 16% krajów deklaruje zdolność zapewnienia dzieciom odpowiedniej ochrony danych

w systemach edukacyjnych, podczas gdy dostawcy technologii często naruszają obowiązujące przepisy (UNESCO, 2023).

Warto wspomnieć, że w Polsce podejmowane są działania mające na celu ograniczenie negatywnych skutków cyfryzacji. Ministerstwo Edukacji Narodowej zapowiedziało wprowadzenie tematu „Internet i profilaktyka uzależnień” do szkół od września 2025 roku jako część nowego przedmiotu „Edukacja zdrowotna”. Ponadto Międzynarodowe Badanie Kompetencji Społecznych i Emocjonalnych (SSES) po raz pierwszy odbędzie się w Polsce dzięki zaangażowaniu Instytutu Badań Edukacyjnych (IBE, 2025). Posiadanie tego rodzaju kompetencji można uznać za fundamenty dla rozsądnego podejścia do Internetu.

Należy także docenić pracę organizacji pozarządowych takich jak Instytut Cyfrowego Obywatelstwa lub Fundacja Panoptykon, które w aktywny sposób nagłaśniają kontrowersje cyfryzacji i proponują kierunek działań zapobiegawczych.

Problematyka Internetu i mediów społecznościowych

Australia jako pierwszy kraj wprowadziła zakaz mediów społecznościowych przez młodzież poniżej 16 roku życia. Zgodnie z nowym prawem, właściciele platform będą zobowiązani do wprowadzenia skutecznych mechanizmów weryfikacji wieku, a ich brak może skutkować wielomilionowymi karami. Wyjątkiem są usługi związane ze zdrowiem i edukacją, takie jak YouTube, Messenger Kids czy Kids Helpline (AP News, 2024).

Podejście Australii jest interesujące, ponieważ koncentruje się na mediach społecznościowych jako potencjalnie szkodliwych dla osób niepełnoletnich, zamiast na samych urządzeniach mobilnych. Badania potwierdzają, że problemem mogą być treści dostępne na platformach. Monitoring Instytutu Cyfrowego Obywatelstwa (ICO) wykazał, że większość dzieci w wieku 7–12 lat korzysta ze stron przeznaczonych dla osób powyżej 13 roku życia. Ponadto dostęp do nieodpowiednich treści, takich jak pornografia, jest praktycznie nieograniczony (ICO, 2025).

Raport ICO wskazuje również na szerszy trend – media społecznościowe stają się środowiskiem polaryzującym. Autorzy zwracają uwagę, że Internet jest często postrzegany jako anonimowa przestrzeń, podczas gdy w rzeczywistości korzystają z niego konkretne osoby, w tym dzieci (ICO, 2025). W Polsce dostęp do Internetu ma 36,5 mln osób (Krajowy Instytut Mediów, 2024), ale sieć wciąż jest traktowana jako przestrzeń „niczyja”, za którą społeczeństwo bierze co najwyżej ograniczoną odpowiedzialność.

Interesy korporacji technologicznych

W rzeczywistości sposób działania platform społecznościowych jest determinowany przez ich właścicieli. Model biznesowy opiera się na maksymalizacji czasu spędzanego przez użytkowników na platformach. Więcej czasu oznacza więcej danych o preferencjach i zachowaniach użytkowników, które są wykorzystywane do precyzyjnego targetowania reklam. W ten sposób, uwaga użytkowników staje się towarem sprzedawanym reklamodawcom – model ten generuje ogromne zyski przy niskich kosztach operacyjnych (Zuboff, 2019).

Niestety ten model ma poważne konsekwencje społeczne. Algorytmy zaprojektowane w celu zwiększenia zaangażowania użytkowników często promują treści skrajne i kontrowersyjne, które przyciągają uwagę dzięki silnemu zabarwieniu emocjonalnemu. Takie działania mogą prowadzić do polaryzacji społeczeństwa, rozpowszechniania dezinformacji oraz pogorszenia zdrowia psychicznego użytkowników (Radesky, 2024; Reich, Starks & Su, 2024). Choć model ten jest efektywny finansowo, coraz częściej pojawiają się pytania o jego etyczność i długofalowy wpływ na społeczeństwo.

Podobnie jak w przypadku zakazu smartfonów w szkołach, australijska ustawa zakazująca mediów społecznościowych spotkała się z krytyką. Zarzuca się jej ogólnikowe podejście oraz potencjalny negatywny wpływ na psychikę dzieci. Krytycy wskazują również na trudności techniczne – żaden system weryfikacji wieku nie jest całkowicie odporny na oszustwa (AP News, 2024). Niemniej jednak ustawa może stanowić próbę rozwiązania jednego z kluczowych problemów związanych z mediami społecznościowymi.

Technologiczne korporacje często starają się budować pozytywny wizerunek poprzez działania filantropijne. Przykładem mogą być szkolenia organizowane przez Google promujące odpowiedzialne korzystanie z Internetu wśród dzieci. Pojawia się jednak pytanie: dlaczego firmy technologiczne nie zmieniają sposobu działania swoich platform? Wszak współczesne koncerny Big Tech mają przychody większe niż wiele państw, a ich liderzy dysponują znaczną władzą (Apostolicas, 2018; BBC, 2025). Być może zrównoważona cyfryzacja nie leży w interesie branży cyfrowej. Reakcja właścicieli platform społecznościowych na australijski przepis oficjalnie ograniczyła się do oficjalnych próśb o ponowne rozpatrzenie nowej regulacji. Media donoszą jednak o naciskach wywieranych na prezydenta USA Donalda Trumpa, aby wymusić na władzach Australii wycofanie zakazu (ABC News, 2025).

WNIOSKI. JAK ZAPEWNIĆ CYFROWE, ALE BEZPIECZNE DZIECIŃSTWO

Obecność technologii cyfrowych, takich jak smartfony czy smartwatche, w szkołach wiąże się z wyzwaniami wynikającymi z niedostatecznych kompetencji cyfrowych oraz polityki platform społecznościowych. Problemy te są wzajemnie powiązane, co oznacza, że nie można skutecznie rozwiązać jednego bez uwzględnienia drugiego. Aby nauczyć dzieci higieny cyfrowej, konieczne jest również zajęcie się praktykami gigantów technologicznych, które budzą wątpliwości etyczne. Jednocześnie skuteczne działania wobec tych firm wymagają zwiększenia świadomości społecznej na temat wagi problemu. Dlatego debata publiczna powinna łączyć oba te wątki.

Proponowana przez Ministerstwo Edukacji Narodowej nauka higieny cyfrowej w może być dobrym początkiem zmian. Równocześnie należy zadbać o kompetencje nauczycieli – państwo powinno zapewnić odpowiednie środki szkoleniowe, aby pracownicy oświaty mogli efektywnie wykorzystać obecność smartfonów na korzyść uczniów. Jednocześnie państwo powinno podchodzić ze szczególną ostrożnością do współpracy z korporacjami technologicznymi, szczególnie w tak wrażliwym obszarze jak edukacja.

Przykład powinien płynąć również z przepisów i zaleceń wystosowanych przez władze. Nagłe zaostrzenie lub rozluźnienie zasad może prowadzić do wzrostu napięcia wśród uczniów. Regulacje powinny uwzględniać indywidualne potrzeby dzieci, ich rozwój emocjonalny oraz dostępność wsparcia zarówno w szkole, jak i w domu. W literaturze naukowej oraz dokumentach strategicznych pojawiają się rekomendacje, takie jak koncepcja „Child Rights by Design”, które mogą pomóc w wyznaczeniu bezpiecznych granic dla innowacji społecznych i technologicznych.

Warto także zastanowić się nad samą rolą smartfona we współczesnym świecie. Pierwotnie zaprojektowany jako telefon komórkowy, urządzenie to ewoluowało w podręczny portal do sieci i rzeczywistości wirtualnej. Choć rozwój smartfonów był imponujący, od kilku lat zauważalny jest jego stagnacja – zmiany ograniczają się głównie do poprawy wydajności, bez istotnych innowacji funkcjonalnych. Obecna debata nad szkodliwością smartfonów może być impulsem do przemyślenia ich współczesnej roli oraz stworzenia nowej koncepcji urządzenia.

Innowacyjność społeczna

Problematyka smartfonów powinna być analizowana nie tylko z perspektywy samego urządzenia, ale także jego funkcji jako elementu społecznej innowacji. Kluczowe jest zrozumienie konsekwencji długotrwałego przebywania dzieci i młodzieży w świecie cyfrowym oraz opracowanie rozwiązań odpowiadających na aktualne wyzwania społeczne.

Zespół Living Lab Łukasiewicz ITECH podjął się opracowania ram dla takich innowacji, które uwzględniają potrzeby użytkowników przy jednoczesnym ograniczeniu negatywnego wpływu na zdrowie i relacje społeczne. Koncepcja ta zostanie udostępniona publicznie, aby wspierać działania na rzecz zdrowego cyfrowego społeczeństwa.

Opracował:

Dominik Zieliński

Literatura:

ABC News. (2025). US tech giants target Australia. <https://www.abc.net.au/news/2025-03-21/us-tech-x-meta-facebook-twitter-trump-australia-trade-review/105079442> (dostęp: 4.04.2025).

Abrahamsson, S. (2024). Smartphone Bans, Student Outcomes and Mental Health, "Norwegian School of Economics Discussion Papers" SAM 01/24, <https://openaccess.nhh.no/nhh-xmlui/bitstream/handle/11250/3119200/DP%2001.pdf>.

Android.com.pl (2025). Zakaz używania smartfonów w szkołach. Ministra Nowacka o przyszłości polskiej edukacji, <https://android.com.pl/tech/911515-zakaz-uzywania-smartfonow-w-szkolach/> (dostęp: 4.04.2025).

AP News (2024). Australian Parliament bans social media for under-16s with world-first law, <https://apnews.com/article/australia-social-media-children-ban-safeguarding-harm-accounts-d0cde2603bdbc7167801da1d00ecd056> (dostęp: 4.04.2025).

Apostolicas, Paul (2018). Silicon States: How Tech Titans are Acquiring State-like Powers, "Harvard International Review", <https://hir.harvard.edu/silicon-states-big-tech/> (dostęp: 4.04.2025).

BBC (2025). Musk and Rubio spar with Polish minister over Starlink in Ukraine, <https://www.bbc.com/news/articles/cy87vg38dnpo> (dostęp: 4.04.2025).

Beneito, P., Vicente-Chirivella, O. (2022). Banning mobile phones in schools: evidence from regional-level policies in Spain, "Applied Economic Analysis", <https://www.emerald.com/insight/content/doi/10.1108/aea-05-2021-0112/full/html>.

Campbell, M. et al. (2024). Evidence for and against banning mobile phones in schools: A scoping review, "Journal of Psychologists and Counsellors in Schools", <https://doi.org/10.1177/20556365241270394>.

Centrum Badania Opinii Społecznej (CBOS) (2025). Zakaz korzystania ze smartfonów w szkołach. Komunikat z badań, nr 26/2025.

Fundacja GrowSpace (2025). Raport Edukacja Cyfrowa,
<https://growspace.pl/index.php/raport-telefony-komorkowe/>.

Ghai, S., Magis-Weinberg, L., Stoilova, M., Livingstone, S., Orben, A. (2022). Social media and adolescent well-being in the Global South. *Curr Opin Psychol*2022;46:101318. DOI:10.1016/j.copsyc.2022.101318

Goodyear, V.A. et al. (2025). School phone policies and their association with mental wellbeing, phone use, and social media use (SMART Schools): a cross-sectional observational study, "The Lancet Regional Health – Europe",
[https://www.thelancet.com/journals/lanep/article/PIIS2666-7762\(25\)00003-1/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lanep/article/PIIS2666-7762(25)00003-1/fulltext).

Hartwell, G., Gill, M., Zenone, M., McKee, M. (2024). Smartphones, social media, and teenage mental health. *BMJ*. 2024 May 28;385:e079828. DOI: 10.1136/bmj-2024-079828.

Instytut Badań Edukacyjnych – Państwowy Instytut Badawczy (IBE). (2025). Polska dołączyła do Międzynarodowego Badania Kompetencji Społecznych i Emocjonalnych (SSES), <https://ibe.edu.pl/pl/aktualnosci/3004-polska-dolaczyla-do-miedzynarodowego-badania-kompetencji-spoecznych-i-emocjonalnych-sSES> (dostęp: 4.04.2025).

Instytut Cyfrowego Obywatelstwa (ICO). (2025). Internet dzieci. Raport z monitoringu obecności dzieci i młodzieży w internecie. Marzec 2025,
<https://cyfroweobywatelstwo.pl/wp-content/uploads/2025/03/RAPORT-INTERNET-DZIECI-2025.pdf>.

Komisja Europejska. (2022). Digital Economy and Society Index (DESI) 2022,
<https://digital-strategy.ec.europa.eu/en/library/digital-economy-and-society-index-desi-2022> (dostęp: 4.04.2025).

Orben, A. (2020). Teenagers, screens and social media: a narrative review of reviews and key studies. *Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol*. 2020 Apr;55(4):407-414. DOI: 10.1007/s00127-019-01825-4.

Radesky, J. (2024). Digital Wellbeing in Early Childhood. In C. James & M. Ito (Eds.), *Youth Wellbeing in a Technology Rich World*. Retrieved from
<https://wip.mitpress.mit.edu/pub/6qz4lotb>.

Reich, S. M., Starks, A., & Su, Z. (2024). One (Adult) Size Does Not Fit All: The Importance of Development in Digital Design and Utilization. In C. James & M. Ito (Eds.), *Youth*

Wellbeing in a Technology Rich World. Retrieved from <https://wip.mitpress.mit.edu/pub/m9al6ty0>.

UNESCO (2023). Technology in education. A tool on whose terms? Global Education Monitoring Report, <https://news.un.org/en/story/2023/07/1139122> (dostęp: 4.04.2025).

UNESCO (2025). To ban or not to ban? Monitoring countries' regulations on smartphone use in school, <https://www.unesco.org/en/articles/smartphones-school-only-when-they-clearly-support-learning> (dostęp: 4.04.2025).

Zuboff, S. (2019). Wiek kapitalizmu inwigilacji. Walka o przyszłość ludzkości na nowej granicy władzy. Wyd. Zys i S-ka, Warszawa.