

Spis treści

Przedmowa	7
Wstęp	11
1. Londyńskie taksówki	28
2. Gdzie jestem?	38
3. Szkoła – kopiowanie i wklejanie zamiast czytania i pisanie?	58
4. Co jest lepsze – odkładanie informacji do pamięci w mózgu czy w chmurze	85
5. Serwisy społecznościowe: Facebook zamiast face to face	96
6. Baby-TV i filmy DVD Baby-Einstein	112
7. Laptopy w przedszkolu?	135
8. Cyfrowe gry – złe oceny	161
9. Cyfrowi tubylcy - fakty I mity	178
10. Wielozawodowość – rozproszona uwaga	183
11. Samokontrola kontra stres	205
12. Skutki bezsenności, depresji i uzależnień dla zdrowia fizycznego	223
13. Chowanie głowy w piasek – dlaczego nic się nie zmienia?	238
14. Co powinniśmy zrobić?	257
Przypisy autora	287
Bibliografia	301