

# Spis treści

## WSTĘP

Dorastanie na Marsie .....	9
----------------------------	---

## CZĘŚĆ 1

Fala .....	33
------------	----

### ROZDZIAŁ 1

Więcej cierpienia .....	35
-------------------------	----

## CZĘŚĆ 2

Tło historii. Schyłek dzieciństwa opartego na zabawie .....	69
---	----

### ROZDZIAŁ 2

Co dzieci muszą robić w dzieciństwie? .....	71
---	----

### ROZDZIAŁ 3

Tryb odkrywania i potrzeba ryzykownej zabawy .....	97
--	----

### ROZDZIAŁ 4

Dojrzewanie i zablokowane wejście w dorosłość .....	135
---	-----

## CZĘŚĆ 3

Wielkie przeprogramowanie. Początek dzieciństwa opartego na telefonie .....	157
---	-----

### ROZDZIAŁ 5

Cztery podstawowe krzywdy: deprivacja społeczna, deprivacja snu, rozproszenie uwagi i uzależnienie .....	159
--	-----

### ROZDZIAŁ 6

Dlaczego media społecznościowe wyrządzają więcej krzywdy dziewczętom niż chłopcom? .....	199
--	-----

### ROZDZIAŁ 7

A co z chłopcami? .....	241
-------------------------	-----

<b>ROZDZIAŁ 8</b>	
Duchowe uwznioślenie i degradacja .....	275
<b>CZĘŚĆ 4</b>	
Wspólne działania w imię zdrowszego dzieciństwa .....	301
<b>ROZDZIAŁ 9</b>	
Przygotowanie do wspólnego działania .....	303
<b>ROZDZIAŁ 10</b>	
Co teraz mogą zrobić rządy i firmy technologiczne? .....	311
<b>ROZDZIAŁ 11</b>	
Co teraz mogą zrobić szkoły? .....	337
<b>ROZDZIAŁ 12</b>	
Co teraz mogą zrobić rodzice? .....	365
<b>PODSUMOWANIE</b>	
Powrót dzieci z Marsa na Ziemię .....	395
<b>PODZIĘKOWANIA</b> .....	405
<b>PRZYPISY</b> .....	409
<b>BIBLIOGRAFIA</b> .....	471