

## Smartphones verändern den digitalen Medienkonsum von Jugendlichen

Written by Business News

---

Jugendliche mit Smartphones verbringen deutlich mehr Zeit online – und das auch nachts, was den Schlaf beeinträchtigen kann. Digitaler Medienkonsum in der Nacht hängt bei Jugendlichen mit einem höheren Risiko für Schlafprobleme und depressive Symptome zusammen. Dies berichtet ein Psychologenteam der Universität Basel nach einer Befragung von über 360 Schülerinnen und Schülern. Die Forschungsergebnisse sind in der Fachzeitschrift «Journal of Youth and Adolescence» publiziert.

**Read more** <http://www.alphagalileo.org/ViewItem.aspx?ItemId=149372&CultureCode=de>