

习惯性查看社交媒体或影响青少年大脑发育

作者：writer 来源：科学网

本文原地址：<https://www.iikx.com/news/progress/21576.html>

本文仅供学习交流之用，版权归原作者所有，请勿用于商业用途！

习惯性查看社交媒体或影响青少年大脑发育。美国北卡罗莱纳大学教堂山分校的研究者在首批关于青少年神经发育和科技使用的长期研究中报告称，青少年习惯性查看社交媒体会引起大脑对周围世界的反应变化。相关研究1月3日发表于《美国医学会儿科学》杂志。

新研究表明，随着社交媒体使用量的增加，青少年的大脑在预测社会奖励和惩罚时可能会变得更加敏感。我们的研究表明，在成长过程中更经常查看社交媒体的孩子，对同龄人的反馈变得高度敏感。该研究通讯作者、北卡罗莱纳大学教堂山分校心理学和神经科学系教授Eva Telzer说。

研究人员对招募自北卡罗莱纳州农村公立中学的169名学生进行了为期三年的跟踪调查。研究开始时，参试者报告了他们查看三个流行社交媒体平台（脸书、Instagram和Snapchat）的频率——从每天少于一次到超过20次不等。参试者在完成社会激励延迟任务的同时，每年进行一次大脑成像，在预测朋友的社会反馈时测量大脑活动。

对社会反馈的敏感性增加可能会促进未来强迫性地使用社交媒体，这也可能反映出一种潜在的适应性行为，让青少年能够在日益数字化的世界中导航。该研究的两位主要作者之一、心理学博士生Maria Maza说。

社交媒体平台以点赞、评论、通知和消息的形式提供了持续、不可预测的社会反馈流。该研究的主要共同作者、心理学博士生Kara Fox说：这些社交反馈流是频繁、不一致的，通常是有益的，这使它们成为特别强大的强化条件，迫使用户反复查看社交媒体。

其他研究表明，13岁至17岁的青少年中，78%的人至少每小时查看一次移动设备；35%的青少年几乎经常使用五大社交媒体平台中的至少一个。研究表明，在12岁至13岁的青少年中，反复查看社交媒体可能与他们大脑在三年内的发育变化有关。经常查看社交媒体（每天超过15次）的青少年的大脑对社交反馈更加敏感。

大多数青少年在开始使用科技和社交媒体时，正是一生中大脑发育最重要的时期之一。论文共同作者、美国心理协会首席科学官Mitch Prinstein说，我们的研究表明，检查社交媒体上的行为可能会对青少年的神经发育产生长期而重要的影响。对父母和政策制定者来说，在理解青少年使用科技产品的好处和潜在危害时，考虑这一点至关重要。（来源：中国科学报 晋楠）

相关论文信息：<https://doi.org/10.1001/jamapediatrics.2022.4924>

作者：Eva Telzer 来源：《美国医学会儿科学》

更多 科学进展 请访问 <https://www.iikx.com/news/progress/>

本文版权归原作者所有，请勿用于商业用途，[爱科学iikx.com](https://www.iikx.com)转发