

Turinys

Išvadas. Užaugti Marse / **9**

PIRMA DALIS

Epidemija artinasi

1. Nevilties gniaužtuose / **33**

ANTRA DALIS

Priešistorė: kai nebelieka žaidimų

2. Evoliucijos plane numatytos vaikystės patirtys / **67**

3. Atradimų ir rizikingo žaidimo poreikis / **88**

4. Kliūtys kelyje į brandžią pilnametystę / **122**

TREČIA DALIS

Esminiai vaikystės pokyčiai: augti su telefonu

5. Pokyčių pasekmės: socialinė izoliacija, miego
trūkumas, dėmesio fragmentacija ir priklausomybė / **143**

- 6. Kodėl socialiniai tinklai mergaitėms kenkia labiau nei berniukams? / **178**
- 7. Kas vyksta su berniukais? / **215**
- 8. Dvasinis pakilimas ir nuosmukis / **246**

KETVIRTA DALIS

Žingsniai link sveikesnės vaikų ateities

- 9. Pasirengimas bendriems veiksams / **271**
- 10. Ką jau dabar gali padaryti vyriausybės ir technologijų bendrovės? / **278**
- 11. Ką jau dabar galėtų padaryti mokyklų administracija? / **303**
- 12. Tėvų vaidmuo: ką galima nuveikti nedelsiant? / **327**

Pabaiga. Sugrąžinkime vaikystę į Žemę / **353**

Padėkos žodis / **361**

Pastabos / **365**

Nuorodos / **411**