

Doniesienia o negatywnych skutkach wynikających z nadmiernego użytkowania nowych technologii cyfrowych przez dzieci coraz częściej niepokoją rodziców, ale równie często ich dezorientują. Z jednej strony otrzymują oni od ekspertów informacje o konieczności ograniczania czasu kontaktu dzieci z TIK, z drugiej zaś docierają do nich kontrargumenty i informacje, że ich dziecko będzie niekonkurencyjne i opóźnione wobec rówieśników, jeśli nie będzie wyposażone w najnowsze technologiczne gadżety.

ROLA RODZICÓW W ZAPOBIEGANIU NADUŻYWANIA PRZEZ DZIECI NOWYCH TECHNOLOGII CYFROWYCH

Andrzej Szymański

Zakład Bezpieczeństwa i Porządku Publicznego

Ewa Krzyżak-Szymańska

Zakład Edukacji dla Bezpieczeństwa

Akademia Wychowania Fizycznego w Katowicach

Niezależnie od tego, co mówi się na temat współczesnej rodziny i zachodzących w niej przemian, stanowi ona ciągle konstytutywne ogniwo w funkcjonowaniu każdej cywilizacji. W stosunku do jakiegokolwiek innej zbiorowości rodzina odgrywa nieustannie kluczową rolę, odpowiadając za utrzymanie ciągłości biologicznej i przekaz dziedzictwa kulturowego. Jej pozycja i przypisane zadania powodują również, że jest jedną z najbardziej cenionych w życiu wartości oraz grupą, bez której nie może prawidłowo rozwijać się żadne społeczeństwo. Tezę tę udowadnia zarówno historia rozwoju ludzkości, prowadzone badania naukowe, jak i realizowane społeczne sondaże. Z tych ostatnich wyczytać możemy choćby to, że Polacy uważają rodzinę za najważniejszy kwantyfikator swojego szczęścia. Równocześnie za najodpowiedniejszy dla siebie model rodziny uznają małżeństwo z dziećmi, a przy tym ponad jedna czwarta z nas chciałaby żyć w dużej rodzinie wielopokoleniowej (CBOS, 2013). Z perspektywy statystycznej, według danych z ostatniego Narodowego Spisu Powszechnego, w Polsce było 10 972 547 rodzin. Wychowywało się w nich ponad 7 mln dzieci do lat 18, które stanowią niespełna 19% ogółu ludności (GUS, 2014). Co niepokojące, udział dzieci i młodzieży w ogólnej populacji maleje nieprzerwanie od lat 90. ubiegłego wieku (GUS, 2015).

Nowe technologie cyfrowe – nowe problemy

Na trudną sytuację demograficzną współczesnej polskiej rodziny nakładają się także inne zagrożenia. Są one związane z postępującym kryzysem kompresji trwałości małżeństwa, pojawieniem się nowych form życia rodzinnego-małżeńskiego czy też osłabieniem idei familiocentryzmu. Obok tych instytucjonalnie węzłowych zagadnień istnieją również inne problemy. Oddziałują one na funkcjonalną stabilność rodziny oraz wpływają na proces jej erozji. Jednym z takich negatywnych czynników są nowe uzależnienia.

W uzależnieniach tych, zwanych także behawioralnymi, substancje chemiczne nie odgrywają żadnej roli, a ich przedmiotem są zachowania lub działania z reguły akceptowane społecznie (Guerreschi, 2010). Do katalogu tego typu zachowań można zaliczyć szereg czynności, gdzie w skrajnych ich formach dochodzi do nadmiernego zaangażowania się danej jednostki w ich realizację. Działaniu temu towarzyszy utrata kontroli połączona z psychicznym pragnieniem kontynuowania podjętej aktywności, pomimo występowania wielu negatywnych następstw.

We wskazanej grupie uzależnień coraz częściej mówi się o uzależnieniach technologicznych. Pomijając samą kwestię zastosowanej w tym zakresie terminologii, co do której wśród praktyków i teoretyków brak jest pełnej

zgody – można powiedzieć, iż nowe technologie cyfrowe oładnęły nasz glob znacznie prędzej niż wynalazki ery przesyłowej. Efektywnie przy tym zmieniają one przestrzeń wymiany informacji, czyniąc swój podstawowy produkt (sieć internetową), ważnym środowiskiem życia człowieka. Wystarczy powiedzieć, że użytkowanie internetu i telefonu komórkowego dla większości ludzi stało się codziennością i życiową koniecznością. Prawie połowa światowej populacji korzysta z sieci, a 2/3 z nas jest abonentami urządzeń mobilnych. Powszechność użytkowania internetu i urządzeń mobilnych odnotowuje się także w Polsce. Nowe technologie informacyjno-komunikacyjne (TIK) nieprzerwanie towarzyszą nam zarówno w pracy, nauce, jak i w czasie wolnym. Chętnie angażujemy je do robienia zakupów, realizowania transakcji finansowych, rozrywki czy szukania informacji. Rozwój technologii informacyjno-komunikacyjnych, jakich jesteśmy naoczniymi świadkami, jest źródłem niezliczonych pozytywnych przykładów i przemian w naszym codziennym funkcjonowaniu. Dzięki wirtualnej rzeczywistości jesteśmy w stanie pokonać wiele barier: geograficznych, społecznych i ludzkich. Równocześnie cyfrowe urządzenia zespolone z siecią ofensywnie wkroczyły nie tylko do życia dorosłych konsumentów, ale również, a może przede wszystkim, w świat pokolenia najmłodszych jej odbiorców. Pełnią one tam społecznie i wychowawczo coraz bardziej doniosłą rolę, będąc równolegle ważnym narzędziem procesu ich kształcenia i rozwoju (Krzyżak-Szymańska, Szymański, 2013). Niektórzy naukowcy wskazują wręcz, że doświadczenia zdobyte przez młodych użytkowników w cyberprzestrzeni, bardziej wpływają na ich socjalizację i kreowanie własnej tożsamości, niż te sytuacje, których doznają oni w rzeczywistej bezpośredniej interakcji (Pyżalski, Klichowski, 2014).

Jak już zaznaczono, szczególnymi odbiorcami nowych technologii są nastolatki. Pokolenie to, często nazywane pokoleniem cyfrowych tubylców, nie zna świata bez komputerów i internetu. Nowe technologie traktują ufnie i obsługują różne urządzenia intuicyjnie. Naturalnym stanem rzeczy jest dla nich posiadanie cyfrowych urządzeń jako przedmiotów codziennego użytku o charakterze osobistym. Jednocześnie prowadzone badania dowodzą, że w bezpośrednim otoczeniu tego rodzaju konsumentów znajduje się co najmniej kilka urządzeń cyfrowych (Krzyżak-Szymańska, Kowalkowska, Szymański, 2016). Do najważniejszych z nich zaliczają oni

smartfon i tablet. W gronie młodzieży szkolnej skutkuje to permanentnym i wielogodzinnym ich kontaktem z multimediami. Ciągły związek z zaawansowaną technologią – komputerami, smartfonami, gramy wideo czy wyszukiwarkami nie pozostaje bez wpływu na to, jak cyfrowi tubylcy postrzegają otaczający ich świat, jakich dokonują wyborów i kim się stają.

Od swoich nieco bardziej dorosłych kolegów nie odstają również użytkownicy TIK w wieku do 6 lat. W grupie tej z urządzeń mobilnych (smartfona, tableta, przenośnej konsoli) korzysta 43% dzieci rocznych i dwuletnich. W przypadku trzy- i czterolatków ten udział wynosi – 62%, a dla kategorii starszaków – 84% (Bąk, 2015a). Są one dla nich źródłem niespotykanej do tej pory ilości doświadczeń i emocji, stymulują proces uczenia się i rozwoju poznawczego oraz stanowią atrakcyjne narzędzie zabawy. Niestety z badań wynika także i to, że urządzenia te mają również swoją ciemną stronę. Wykazano m.in., że istnieje związek między intensywnym korzystaniem z mediów a możliwością uzależnienia się, obniżoną koncentracją, gorszymi wynikami w nauce czy zwiększonym ryzykiem aspołecznych zachowań i otyłością. Zwrócono także uwagę, iż liczba godzin spędzanych przed ekranami urządzeń elektronicznych ogranicza u adolescentów czas poświęcany na inne, ważne z perspektywy rozwoju, aktywności: ruchowe, społeczne i edukacyjne (Bąk, 2015b). Że wpływa to na ich empatię i na upośledzenie prawidłowego odczytywania i interpretowania uczuć innych osób oraz negatywnie odbija się na sposobie zarządzania swoją prywatnością. Naukowcy wskazują także na zjawisko wykrystalizowania się w grupie cyfrowych tubylców nowej formy generacji, nazywanej pokoleniem aplikacji App generation. W opinii H. Gardnera i K. Daviesa (2013), w generacji tej działanie podporządkowane jest algorytmowi proponowanemu przez programy aplikacyjne. Rzutuje to na zmiany funkcjonowania nastolatków i stałą potrzebę z ich strony zdalnej kontroli otaczającej rzeczywistości.

Rodzicielstwo w cyfrowej erze

Doniesienia o negatywnych skutkach wynikających z nadmiernego użytkowania nowych technologii cyfrowych wśród dzieci coraz częściej niepokoją rodziców, ale równie często ich dezorientują. Z jednej strony otrzymują oni od ekspertów informacje o konieczności ograniczania czasu kontaktu dzieci z TIK, z drugiej zaś

docierają do nich kontrargumenty i informacje, że ich dziecko będzie niekonkurencyjne i opóźnione wobec rówieśników, jeśli nie będzie wyposażone w najnowsze technologiczne gadżety. Z tego też względu pojawiają się u nich liczne wątpliwości, jak wychowawczo oddziaływać na swoje dzieci, jakich udzielić im porad i wsparcia, by w pełni bezpiecznie mogły one korzystać z istniejących technologicznych rozwiązań.

Na te i inne podobne obawy nie ma jednej uniwersalnej recepty, nie ma też jednego właściwego modelu rodzicielstwa gwarantującego sukces wychowawczy w zakresie nowych mediów. Można mówić tu bardziej o pewnych zasadach czy też wskazówkach, których systematyczne wdrażanie w rodzinie może pomóc w ograniczeniu niezdrowej fascynacji dziecka technologiczną karuzelą łakoci. Jedną z takich zasad jest autentyczność rodzica. Wiąże się to z koniecznością bycia obiektywnym i wiarygodnym w tym, co mówi się do dziecka, do czego zachęca i przed czym chce go się chronić lub czego mu się zakazuje. Brak takiej wiarygodności, wynikający z podwójnej moralności według klucza – tobie zabraniam, a sam to robię, jest szybko wychwycone przez dziecko jako baczny obserwator ważnych dla jego życia dyrektyw. Zachwianie wiary w autorytet socjalizacyjnego modelu powoduje, że „znaczący inny” będący wzorem do naśladowania, traci swój atrybut filtra, przez pryzmat którego jednostka chce postrzegać otaczającą go rzeczywistość. Zatem rodzice powinni szczególnie zadbać o dostarczenie dzieciom wartościowych zachowań społecznych nie tylko w świecie off-line, ale i on-line. Ważną tu kwestią jest przede wszystkim podniesienie przez opiekuna oczu znad własnych ekranowych urządzeń i dostrzeżenie swojego dziecka oraz jego potrzeb psychicznych, takich jak: potrzeba kontaktu emocjonalnego, akceptacji, uznania, sukcesu czy bezpieczeństwa. Równocześnie rodzice powinni przeanalizować swoje zachowania związane z użytkowaniem nowych technologii cyfrowych i świadomie powielać zachowania, które chcą, aby dziecko wykonywało w przyszłości oraz unikać zachowań polegających na nałogowym używaniu urządzeń technologicznych.

Innym błędem, który zdarza się rodzicom ery haj-tech, jest nieuważne słuchanie dzieci i przejawiana nadopiekuńczość. Z perspektywy dziecka, jego rodzice źle rozumieją świat technologiczny, w którym przyszło mu dorastać i w którym jest ono zanurzone. Dla niego jest to naturalne środowisko życia i funkcjonowania

społecznego. Internet, komputer, telefon i inne tego typu urządzenia nie tylko pośredniczą w interakcji pomiędzy dzieckiem a jego otoczeniem, ale stały się także ważnym podmiotem tej interakcji. Ewentualna groźba ograniczenia dostępu powoduje u dziecka strach przed utratą tego, co najcenniejsze, co decyduje, kim jest, jak jest postrzegane w grupie. Mówienie przy tym, że urządzenia technologiczne mu szkodzą, że są niebezpieczne, że uzależniają – w ocenie dziecka wynikają z braku obiektywizmu i są jedynie niepotrzebnym moralizowaniem ze strony dorosłych. Tego rodzaju napominaniu nie pomaga także fakt, że często towarzyszy mu atmosfera konfliktu domowego oraz złych emocji. Stosowane wówczas metody, takie jak groźba, przekupstwo, porównywanie, krytyka, sarkazm, poniżanie jest nieefektywne i prowadzi do eskalacji problemu. Dlatego w dawanych radach rodzicielskich, nakazach i zakazach dzieci nie widzą głębszego sensu, szczególnie że uważają je za obstrukcyjne i nierealne do wykonania. Praktyczniej jest więc, aby rodzice zamiast ograniczać dostęp do urządzeń lub ciągle mówić o ich szkodliwości, bardziej pomagali dzieciom zrozumieć różne ich strony i wynikające z tego skutki oraz konsekwencje, często bardzo odległe. By zwracali uwagę, nie ile dziecko przebywa w kontakcie z TIK, ale co ich podopieczni robią on-line i dlaczego to robią. Można więc powiedzieć, że zadaniem dorosłych jest tutaj stopniowe wprowadzanie dziecka i towarzyszenie mu we wchodzeniu do świata urządzeń technologicznych oraz bycie uważnym rodzicem. Oznacza to nie tylko obserwację dziecka i koncentrację na realizowanych celach wychowawczych, ale polega na budowaniu porozumienia z dzieckiem opartym na fundamencie wzajemnego zaufania i szacunku (Dziemidowicz, Wojtas, Wojtasik, 2017). Oprócz dobrej woli potrzebna jest tu także rozmowa na temat tego, jak zachowywać się w sieci i z czego i jak może dziecko korzystać. W prowadzonym dialogu należy zachęcać dziecko do współpracy, okazując chęć zrozumienia jego potrzeb i powodów realizowanych aktywności. Należy też powstrzymać się od kategorycznego negowania jego nietrafnych wyborów i starać się skłaniać go do refleksji w związku z TIK. Ważne jest, by w tym działaniu opiekunowie uwzględnili również kontekst życia dziecka: jego wiek, płeć, osobowość, otoczenie społeczne oraz inne ważne rozwojowo uwarunkowania i czynniki kulturowe. Dopiero na tej podstawie powinniśmy wyznaczać dziecku granicę tego, co mu wolno i tego, do czego

musi się zastosować, a czego musi unikać. Nakreślonym granicom powinien towarzyszyć rozumny monitoring ich przestrzegania. Rodzic nie może mieć przy tym obaw, że jego dziecko jest większym ekspertem w obsłudze urządzeń mobilnych niż on sam. To też ważny moment w życiu każdego dorosłego, który powinien być gotowy na to, aby zaakceptować ewentualny fakt utraty swojej dominującej pozycji „nieomylnego”, na rzecz dostrzeżenia w dziecku przynajmniej partnera, jeżeli nie osoby, która na wielu zagadnieniach w obsłudze TIK zna się lepiej i posiada większe kompetencje. Nie można też jednak zbyt precyzyjnie przeceniać umiejętności dziecka. Swobodna bowiem obsługa urządzeń nie jest równoznaczna z posiadaniem wiedzy na temat społecznych aspektów bezpieczeństwa wynikających z użytkowania TIK. Natomiast, jeśli zdarzy się, że dziecko rzeczywiście staje się domowym ekspertem w tłumaczeniu, jak działają otaczające nas urządzenia cyfrowe, nie należy w tym dostrzegać niczego złego czy uwłaczającego godności

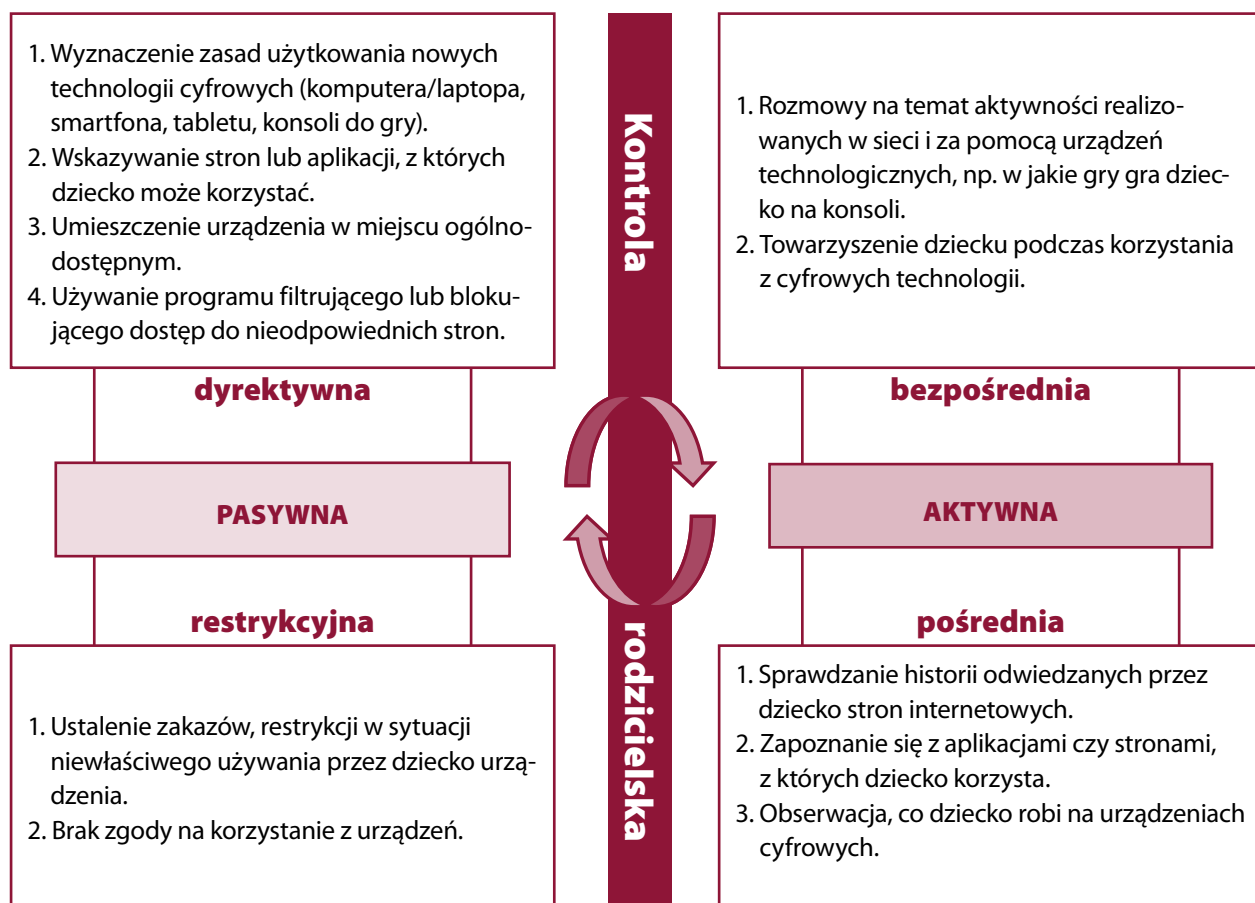
rodzica. Dobrze jest to potraktować jako ważne przeżycie i moment ugruntowania łączących rodzinę więzi. Skutek może być tu taki, że dziecko chętniej będzie chciało się dzielić swoimi doświadczeniami i szukać okazji do wspólnego spędzania czasu z opiekunami.

Pomimo że głównym zadaniem dorosłych wobec dzieci jest opieka nad nimi, to rodzice w ramach swojego oddziaływania starają się nie tylko zapewnić im względną stabilizację ekonomiczną i psychiczną, ale również próbują sterować zachowaniami swoich podopiecznych. Zadanie to jest realizowane poprzez sprawowanie kontroli rodzicielskiej.

W przypadku dostępu dzieci do urządzeń cyfrowych charakter tej kontroli może mieć, zdaniem E. Krzyżak-Szymańskiej, postać kontroli rodzicielskiej pasywnej lub kontroli rodzicielskiej aktywnej (patrz rys. 1).

Zwykle rodzice korzystają z form kontroli o charakterze pasywnym. I chociaż większość dorosłych deklaruje, że rozmawia ze swoimi dziećmi o zagrożeniach płyną-

Rys. 1. Formy kontroli rodzicielskiej stosowane w zakresie dostępu dzieci i młodzieży do urządzeń cyfrowych.



Źródło: Opracowanie za E. Krzyżak-Szymańska, „Uzależnienia technologiczne wśród dzieci i młodzieży. Teoria. Profilaktyka. Terapia – wybrane zagadnienia”, Oficyna Wydawnicza Impuls, Kraków 2018.

cych z sieci, to z ogólnopolskich badań zrealizowanych w 2017 roku na grupie 3943 uczniach w wieku 11-18 lat wynika, że w grupie młodszych respondentów u połowy z nich nie istnieją w domu żadne zasady dotyczące bezpieczeństwa on-line. W przypadku młodzieży 17-18 lat odsetek ten osiągnął jeszcze większą wartość – 76%. Młodzi użytkownicy internetu komunikują również, że na ich urządzeniach mobilnych nie został zainstalowany żaden moduł lub program ochrony rodzicielskiej. W 44% przypadkach ankietowani uczniowie poinformowali jednocześnie, że ich rodzice stosują czasowe zakazy korzystania z sieci oraz, że tylko niekiedy opiekunowie ograniczają im czas dostępu do internetu (Makaruk, Włodarczyk, Michalski, 2017). To alarmujące dane, biorąc pod uwagę, jak dużo czasu dzieci spędzają on-line. Wyniki te równocześnie uwidaczniają potrzebę pracy rodziców nad swoją wiedzą z zakresu metod i sposobu wykorzystania kontroli rodzicielskiej, jej roli w prawidłowym rozwoju podopiecznych oraz konieczności jej wdrażania w codziennym życiu.

Rola rodziców w przeciwdziałaniu nadużywaniu TIK obejmuje również kwestie nieprzeceniań zastępczych wartości wychowawczych tych technologii. Wprawdzie filmiki wideo, gry i różne aplikacje, z pozoru ułatwiają walkę z szarą codziennością i pozwalają opiekunom na doraźne zyskanie w kontakcie z małym dzieckiem chwili wytchnienia, to jednak, jeżeli są stosowane rutynowo, jako swoiste wypełniacze czasu, praktycznie zamiast pomagać – utrudniają rodzicom właściwe poznanie dziecka i zaburzają czynnik bliskości. W efekcie niosą za sobą ryzyko zubożenia jego rozwojowych aktywności, które kształtują się na podłożu bezpośredniego kontaktu z dorosłymi osobami. Dlatego każdy rodzic powinien pamiętać, że przysłowiowy „święty spokój” nie powinien być następstwem pogorszenia jakości skutecznego kontaktu z dzieckiem. Równocześnie nasza chorobliwa fascynacja funkcją łączenia się z każdego miejsca z dzieckiem, stałą możliwością obserwacji jego poczynąń skutkuje na dalszym jego etapie społecznego funkcjonowania zagubieniem i brakiem u niego odczuwania potrzeby decyzyjności.

Świadome rodzicielstwo wymaga także, aby w sytuacjach, w których uznajemy, że nasze dziecko wykazuje problemy w nadmiernym korzystaniu z TIK, reagować na te objawy. Warto wtedy szukać pomocy u specjalistów od uzależnień behawioralnych i psychologów dziecięcych. Po poradę specjalisty na pewno warto sięgnąć, gdy dziecko:

- staje się drażliwe, ma złe samopoczucie, jest nadpobudliwe lub ma obniżony nastrój przy braku możliwości korzystania z komputera, internetu czy smartfona bądź innych urządzeń mobilnych,
- rezygnuje z wcześniej podejmowanych aktywności i zawęża tę aktywność do działań w sieci,
- czuje się bezpiecznie tylko przy komputerze lub w trakcie korzystania z urządzeń mobilnych,
- ma trudności w nawiązywaniu kontaktów bezpośrednich, izoluje się od przyjaciół i rodziny, rozładowuje napięcie emocjonalne poprzez urządzenia cyfrowe zintegrowane z siecią,
- w wyniku użytkowania TIK ma problemy z nauką, narusza regulamin szkolny, wagaruje,
- wykazuje brak kontroli nad czasem spędzonym w internecie i na tym tle pojawiają się konflikty rodzinne.

Bibliografia

- Bąk A., „Jak małe dzieci korzystają z urządzeń mobilnych? Raport na podstawie danych zebranych od rodziców”, Dziecko Krzywdzone. Teoria-Badania-Praktyka 3(2015b).
- Bąk A., „Korzystanie z urządzeń mobilnych przez małe dzieci w Polsce”, Fundacja Dzieci Niczyje, Warszawa 2015a.
- CBOS komunikat z badań nr 33, „Rodzina – jej współczesne znaczenie i rozumienie”, Warszawa 2013.
- Dziemidowicz E., Wojtas M., Wojtasik Ł., „Uważni rodzice. Jak być uważnym rodzicem i dbać o bezpieczeństwo dziecka online”, Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę, Warszawa 2017.
- Gardner H., Davies K., „The App Generation. How today's youth navigate identity, intimacy, and imagination in a digital world”, Wyd. Yale University Press, New Heaven and London 2013.
- Guerreschi C., „Nowe uzależnienia”, Wyd. Salwador, Kraków 2010.
- GUS, „Dzieci w Polsce w 2014 roku. Charakterystyka demograficzna”, Warszawa 2015.
- GUS, „Gospodarstwa domowe i rodziny. Charakterystyka demograficzna”. Warszawa 2014.
- Krzyżak-Szymańska E., Kowalkowska J., Szymański A., „Zagrożenia dzieci i młodzieży w sieci – cyberproblemy, diagnoza i profilaktyka. Vademecum nauczyciela”, Wyd. GWSH, Katowice 2016.
- Krzyżak-Szymańska E., Szymański A., „Profilaktyka nowych uzależnień wśród dzieci i młodzieży. Zarys problematyki”, Wyd. GWSH, Katowice 2013.
- Krzyżak-Szymańska E., „Uzależnienia technologiczne wśród dzieci i młodzieży. Teoria. Profilaktyka. Terapia – Wybrane zagadnienia”, Oficyna Wydawnicza Impuls, Kraków 2018.
- Makaruk K., Włodarczyk J., Michalski P., „Kontakt dzieci i młodzieży z pornografią. Raport z badań”, Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę, Warszawa 2017.
- Pyżalski J., Klichowski M., „Technologie informacyjno-komunikacyjne a dzieci w wieku przedszkolnym – model szans i zagrożeń” (w:) J. Morbitzer, E. Musiał (red.), „Człowiek-media-edukacja”, Wyd. Uniwersytet Pedagogiczny, Kraków 2014.