

Od redakcji

W tym numerze wszystko jest trochę nietypowe – wystarczy spojrzeć na tytuł. Taki też musi być wstęp. Zamiast zachęcać Państwa do zapoznania się z tekstami naszych Autorów, chcemy udzielić językowego wsparcia. Przestrzeń, w jakiej funkcjonuje „smartfoNOWY” uczeń, nasz uczeń... jest często niezbadana także w sensie lingwistycznym. Wirtualny świat to młode zjawisko. Język nie zawsze sobie z tym radzi, stąd wiele zapożyczeń, neologizmów czy neosemantyzmów. Kiedy jeszcze dodożymy do tego tendencję do skrótości, tak charakterystyczną dla młodych bywalców cyberprzestrzeni, nietrudno o zagubienie się w świecie „smartfoNOWEGO” ucznia. Poniżej kilka terminów, które przynależą do zjawisk odciskających swoje piętno na procesach edukacyjnych i wychowawczych:

- **cyberbaiting** – zjawisko polegające na celowym sprowokowaniu nauczyciela przez ucznia lub grupę uczniów do nieprofesjonalnego zachowania się oraz nagranie takiego zachowania za pośrednictwem urządzeń rejestrujących obraz i dźwięk, a następnie opublikowanie takiego zapisu w mediach społecznościowych lub na ogólnodostępnych internetowych platformach streamingowych (polecamy: Piotr Deputowski „Cyberbaiting jako jedno z zagrożeń teleinformatycznych w pracy nauczyciela”),
- **fact-checking** – w dosłownym tłumaczeniu oznacza sprawdzanie faktów; metoda, za pomocą której weryfikuje się informacje oraz sprawdza prawdziwość, między innymi polityków czy ludzi ze świata biznesu. Narzędzie wykorzystywane w pracy dziennikarskiej. Fact-checker – ktoś zajmujący się fact-checkingiem (polecamy: Kinga Osierda, Małgorzata Kilian „Jak nie dać się oszukać, czyli jak walczyć z fałszywymi informacjami?”),
- **patostreaming** – nazwa jest połączeniem słów: „patologia” i „stream” (inaczej: transmisja strumieniowa); charakterystyczne dla tego przekazu są wulgarnie, poniżające treści, pełne przemocy fizycznej i słownej. Patostreamerzy – osoby zajmujące się produkcją patostreamów (polecamy: Małgorzata Najdek, Rafał Węgrzyn „Koniec świata zwiastują patostreamy”),
- **multitask** – wielozadaniowość, równoczesne wykonywanie wielu czynności, w tym związanych z obecnością w cyberprzestrzeni (polecamy: Katarzyna Michałowska „Życie online to życie podwójnym życiem”),
- **fomo** – skrót od ang. *fear of missing out*, oznacza strach przed tym, co nas omija w sytuacji braku dostępu do sieci,
- **donejty** – wpłaty na konto, darowizny przekazywane streamerom przez widzów,
- **game jamy** – konkursy tworzenia gier,
- **pushować** – pozwalać na otrzymywanie powiadomień typu *push*, czyli wiadomości odbieranych najczęściej przez urządzenia mobilne, które wysyłane są z inicjatywy właścicieli aplikacji, a nie na życzenie odbiorcy,
- **seksting** – forma komunikacji elektronicznej, w której przekazem jest seksualnie sugestywny obraz lub treść.

Warto jeszcze na koniec przypomnieć, że świat wirtualny to świat komunikacji obrazkowej. Emocje, których nie oddadzą słowa, mogą być wyrażone ciągiem znaków. Ten popularny sposób komunikowania się został również poddany analizie w jednym z naszych artykułów :-)

Zapraszamy do lektury ●

TEORIE I BADANIA

MACIEJ DĘBSKI

RELACJE – RAMA – RYTUAŁ.

Dlaczego w świecie cyfrowym tak ważne są osobiste więzi i co ma do tego wspólne spożywanie posiłków? ... 2

KATARZYNA MICHAŁOWSKA

Życie online to życie podwójnym życiem 10

MAŁGORZATA NAJDEK • RAFAŁ WĘGRZYN

Koniec świata zwiastują patostreamy 18

ANNA PRZEDLACKA

Seksualność w Internecie – zagrożenia i korzyści dla rozwoju psychoseksualnego dzieci i młodzieży 25

JOANNA ŁUKJANIUK

Kto wyłącza wtyczkę? Dylematy rodziców w profilaktyce uzależnień w cyberprzestrzeni 32

NAUCZANIE I UCZENIE SIĘ

KINGA OSIERDA • MAŁGORZATA KILJAN

Jak nie dać się oszukać, czyli jak walczyć z fałszywymi informacjami? 41

PIOTR DEPUTOWSKI

Cyberbaiting jako jedno z zagrożeń teleinformatycznych w pracy nauczyciela 47

IZABELA MIKOŁAJEWSKA • AGATA MIKOŁAJEWSKA

Młodsze dziecko w sieci – czy (czyj?) to problem? – perspektywa pedagogiczna 53

JAN WASAK

Gra warta... kariery 56

JOANNA POCAŁUŃ

Pokolenie pochylonych głów, czyli jaki wpływ na zdrowie fizyczne mają telefony komórkowe? 63

DOBRA PRAKTYKA

IZABELA ZARADNA

Emotikony i emoji jako forma komunikacji i wyrażania uczuć w wiadomościach tekstowych 67

MAŁGORZATA GASIK

Młody homo ludens potrzebuje cyberprzewodnika 75

Fundacja Nowoczesna Polska

Kim jestem w Internecie? – scenariusz 78

ANNA KRUSIEWICZ

Uczniowie listy piszą... Kim jest tajemniczy „i”? 79

SAMOKSZTAŁCENIE

ANNA KAPELA

Rzeczywistość wirtualna – szanse i zagrożenia
Zestawienie bibliograficzne w wyborze
za lata 2016-2019 83

ANNA KRUSIEWICZ

Anna Wileczek „Kod młodości. Młodomowa w kontekstach społeczno-kulturowych” – recenzja 85

HANNA DRZEWIECKA-KRAWCZYK

Jean M. Twenge „iGEN” – recenzja 86

TECHNOLOGIE INFORMACYJNO-KOMUNIKACYJNE

MARIAN KUĆ

Edukacja na YouTube – to lubię! 87

ALEKSANDRA ZASIMOWICZ

Jeśli nie chcesz mojej zguby,
z gadżetami miarkuj, luby 92

MACIEJ DĘBSKI



DR MACIEJ DĘBSKI jest socjologiem problemów społecznych, wykładowcą akademickim, adiunktem w Instytucie Filozofii, Socjologii i Dziennikarstwa Uniwersytetu Gdańskiego, edukatorem społecznym, ekspertem Najwyższej Izby Kontroli i Rzecznika Praw Obywatelskich. Fundator i Prezes Fundacji Dbam o Mój Zasięg, autor/współautor publikacji naukowych z zakresu problemów społecznych (bezdomność, przemoc w rodzinie, uzależnienia od substancji psychoaktywnych, uzależnienia behawioralne), Internetu, gier online playstation, telewizji.

RELACJE – RAMA – RYTUAŁ DLACZEGO W ŚWIECIE CYFROWYM TAK WAŻNE SĄ OSOBISTE WIĘZI? I CO MA DO TEGO WSPÓLNE SPOŻYWANIE POSIŁKÓW?

MACIEJ DĘBSKI

Przez krótką chwilę mieliśmy nadzieję, że e-maile, czaty i Skype mogą zrekompensować nam fizyczne oddalenie. Niestety, nie mogą. Są to bardzo wartościowe narzędzia, ale sprawdzają się przede wszystkim w pracy, zaś w relacjach opartych na miłości stanowią tylko skąpy substytut kontaktu.

Jesper Juul

TYTUŁEM WSTĘPU

Nie ulega żadnej wątpliwości, że żyjemy w czasach szybkiego rozwoju technologicznego. Co roku jesteśmy zaskakiwani nowymi rozwiązaniami technologicznymi, innowacyjnymi urządzeniami mającymi ułatwić nam życie, dbanie o zdrowie czy kreatywne spędzanie czasu wolnego. Nowe technologie, media cyfrowe, w szczególności zaś urządzenia mobilne stają się coraz częściej narzędziami szeroko rozumianej komunikacji, realizacji własnych pasji, kontroli procesów życiowych, a ich wykorzystywanie ma miejsce praktycznie codziennie. Sport, kultura, zdrowie, sztuka, nauka, edukacja, pomoc społeczna: w tych i pewnie jeszcze w wielu innych dziedzinach życia obserwujemy zdecydowane włączanie się innowacji technologicznych.

Codziennie korzystanie z dostępnych mediów cyfrowych oraz urządzeń mobilnych nieustannie i znacząco zmienia nasze życie. W większości przypadków przynosi to pozytywne efekty (wzrost poczucia bezpieczeństwa, większa i szybsza możliwość zdobywania niezbędnych informacji, nowe możliwości sieciowania (się) swoich pomysłów, idei, poglądów), niekiedy jednak niekontrolowane wykorzystywanie mediów cyfrowych może prowadzić do samotności życiowej, atrofii więzi społecznych (w tym rodzinnych), obniżenia dobrostanu psychicznego czy zdrowia somatycznego użytkownika cyfrowych dobrodziejstw. W skrajnych przypadkach brak kontroli może generować silne uzależnienia oraz takie problemy, jak hazard, ubóstwo, zaburzenia psychiczne czy bezdomność.

RELACJA – RAMA – RYTUAŁ DLACZEGO W ŚWIECIE CYFROWYM TAK WAŻNE SĄ OSOBISTE WIĘZI? I CO MA DO TEGO WSPÓLNE SPOŻYWANIE POSIŁKÓW?

CZYNNIKI WPŁYWAJĄCE NA PROBLEME UŻYWANIE MEDIÓW CYFROWYCH PRZEZ DZIECI I MŁODZIEŻ

Pomimo niewątpliwych korzyści, jakich doświadczamy w związku z codziennym używaniem smartfonów podłączonych do Internetu, okazuje się, że możemy w bardzo prosty sposób utracić nad nimi kontrolę. W roku 2016 w Gdyni Fundacja Dbam o Mój Z@sięg przeprowadziła eksperyment polegający na odłączeniu 103 młodych osób na 72 godziny od wszelkich urządzeń cyfrowych. Ochotnicy mieli w ciągu tygodnia przez trzy następujące po sobie doby nie używać Internetu, tabletów, smartfonów, konsoli do gier, radia i telewizji. W ciągu doby „zwolniło się” przeciętnie około 4 godzin czasu wolnego. Niestety, część młodzieży oraz rodziców nie potrafiła w sposób kreatywny tego czasu zagospodarować. Badania eksperymentalne prowadzone wśród gdyńskiej młodzieży, jak również wywiady jakościowe prowadzone z uczestnikami eksperymentu oraz ich rodzicami, rzuciły światło na czynniki, które miały decydujący wpływ na powodzenie naukowego przedsięwzięcia. Jakie czynniki wpływają na to, że dzieci i młodzież nadużywają korzystania z mediów cyfrowych?

a. Niekontrolowana „inicjacja cyfrowa”: badania prowadzone przez Fundację Dzieci Niczyje (obecnie: Fundacja Dajemy Dzieciom Się) wskazują, że jedynie 23% dzieci do 7 roku życia nigdy nie korzystało z urządzeń elektronicznych, 55% dzieci używało laptopa lub komputera stacjonarnego, 44% tabletu, zaś 43% telefonu komórkowego typu smartfon¹. Z przeprowadzonych przez Fundację badań wynika, że 67% dzieci, które nie ukończyły 1 roku życia ogląda filmy, 21% używa aplikacji mobilnych oraz gra, zaś co dziesiąte dziecko w wieku do 12 miesięcy używa Internetu, a jeśli dziecko roczne bądź 2-3-letnie zaczyna bawić się smartfonem czy tabletem bez kontroli rodziców i ich należytej uwagi, istnieje duże

prawdopodobieństwo modelowania niewłaściwych postaw podczas codziennego używania mediów cyfrowych.

b. Nieograniczony dostęp do Internetu, w szczególności w urządzeniu mobilnym: to możliwość nieograniczonego korzystania z Internetu w smartfonie bardzo często prowadzi do nadużywania mediów cyfrowych. Mobilny Internet sprawia, że uaktywnionych zostaje szereg programów i aplikacji, które używane w sposób niekontrolowany mogą doprowadzić do natłogowego korzystania z urządzenia cyfrowego. W szczególności dotyczy to gier online oraz aplikacji społecznościowych. Nieograniczony dostęp do Internetu bardzo często wiąże się z brakiem kontroli rodziców nad tym, do czego dziecko wykorzystuje media cyfrowe. Dane zebrane podczas ogólnopolskich badań Młodzi Cyfrowi wskazują, że w 25% przypadków rodzice młodzieży nie wiedzą, do czego ich dzieci wykorzystują Internet oraz smartfon.

c. Brak zasad korzystania z mediów cyfrowych: odpowiednie postawy w zakresie używania mediów cyfrowych, w szczególności cyfrowych urządzeń mobilnych, kształtowane są u dzieci, począwszy od ich pierwszego kontaktu ze światem cyfrowym. Bardzo często dochodzi do niego już przed 2 rokiem życia, gdy rodzice dają dziecku tablet. Często zdarza się, że niekontrolowany dostęp do urządzeń cyfrowych powoduje, że dziecko już w wieku 7-8 lat nabywa niektórych symptomów tzw. zespołu abstynencyjnego – emocji i zachowań związanych z niemożnością używania np. tabletu czy smartfona (niepokój, rozdrażnienie, agresja słowna, agresja fizyczna). Tymczasem nie ma odpowiedzialnego korzystania z mediów cyfrowych bez tworzenia zasad codziennego ich używania.

¹ <http://dzieckokrzywdzone.fdds.pl/index.php/DK/article/view/469/335>

MACIEJ DĘBSKI

- d. Nadaktywność na portalach społecznościowych:** człowiek jest istotą społeczną, co oznacza, że ze swej natury dąży do tego, aby funkcjonować we wspólnocie i odgrywać w niej określone role. Można zatem powiedzieć, że chęć oglądania i obserwowania innych, ale także bycia widzianym i monitorowanym przez innych jest głęboko zakorzeniona w naszej ewolucyjnej przeszłości. Ludzie wyewoluowali, by być wyjątkowo społecznym gatunkiem, z czego wynikają stałe poszukiwania przewodnika dla odpowiednich kulturowo zachowań. Jest to również sposób na znalezienie znaczenia i celów życia oraz poczucia własnej tożsamości. Najbardziej uzależniające funkcje smartfonów (aplikacje o charakterze społecznościowym) mają wspólny motyw: dopasowują się do ludzkiego pragnienia łączenia się z innymi ludźmi. Ale w obliczu braku kontroli naszej obecności na portalach społecznościowych zdrowe popędy mogą stać się niezdrowymi natogami.
- e. Nuda, brak pasji i zainteresowań:** nuda zazwyczaj oznacza negatywny stan emocjonalny, polegający na uczuciu wewnętrznej pustki, zwykle spowodowany jednostajnością, brakiem zmian otoczenia, brakiem bodźców, a czasem chorobą – powoduje, że nasza sieć oparcia społecznego jest zdecydowanie uboższa. Nudzie zazwyczaj towarzyszą takie stany, jak apatia, wycofanie, niechęć, obojętność, nieumiejętność bycia z samym sobą. To właśnie gdy się nudzimy, często w sposób niekontrolowany sięgamy po cyfrowe urządzenia mobilne. Z socjologicznego punktu widzenia dziecko niemające zainteresowań i hobby ma o wiele uboższą sieć wsparcia społecznego w postaci rozbudowanych kontaktów z kolegami i koleżankami. Z badań prowadzonych przez Fundację Dbam o Mój Z@sięg wynika, że 60% młodzieży w wieku 12-18 lat najczęściej nadużywa smartfona wtedy, gdy się nudzi. Brak pasji, hobby i zainteresowań jest czynnikiem, który zasadniczo wpływa na niekontrolowane używanie cyfrowych urządzeń mobilnych.
- f. Brak edukacji cyfrowej ze strony rodziców:** pierwszymi nauczycielami odpowiedzialnego używania mediów cyfrowych są (powinni być) rodzice. Niestety, badania prowadzone przez Fundację Dbam o Mój Z@sięg wskazują, że 55,7% uczniów przyznaje, iż rodzice nie uczą ich, jak w odpowiedni sposób korzystać ze smartfona i Internetu, 25,9% uczniów twierdzi, że ich rodzice nie wiedzą, do czego ich dzieci używają smartfonów, zaś 24,7% uczniów twierdzi, że ich rodzice nie wiedzą, do czego ich dzieci używają Internetu².
- g. Złe relacje z rodzicami:** jeśli w pierwszych latach życia rodzic nie da swojemu dziecku odpowiednio dużo uwagi, czułości, przytulenia, dotyku, obecności, wspólnego czasu, dziecko w okresie dalszego rozwoju będzie poszukiwać tego w przestrzeni Internetu. Dobra jakość relacji rodziców z dziećmi jest istotna jeszcze z innego punktu widzenia: jeżeli dziecko pozostaje w dobrych relacjach z rodzicami, to nawet jeśli zachowa się w przestrzeni Internetu w sposób niewłaściwy, istnieje większe prawdopodobieństwo poinformowania o tym rodziców. Może to uchronić dziecko przed takimi zjawiskami, jak uwodzenie w sieci, cyberprzemoc, seksting, szantaż emocjonalny czy finansowy.

IDEA 3xR. DLACZEGO W ŚWIECIE CYFROWYM WAŻNE SĄ RELACJE BEZPOŚREDNIE?

Można powiedzieć, że aktualnie widziany i doświadczany rozwój społeczeństwa informacyjnego powoduje, że życie człowieka, w szczególności młodego, zaczyna koncentrować się (zamykać się) w obrębie trzech najważniejszych pojęć: Internet, mobilność oraz aplikacje. To one wyznaczają nie tylko wierzchołki tzw. trójkąta cyfrowego, ale przede wszystkim kierują codziennym funkcjonowaniem i zachowaniem dzieci i młodzieży.

² Wyniki z badań wstępnych zrealizowanych w latach 2017-2018 na próbie 30 772 uczniów w ramach projektu pt. „Młodzi Cyfrowi – Cyfrowi Rodzice”. Więcej o projekcie na <https://dbamomozasieg.com/mlodzi-cyfrowi>.

RELACJA – RAMA – RYTUAŁ DLACZEGO W ŚWIECIE CYFROWYM TAK WAŻNE SĄ OSOBISTE WIĘZI? I CO MA DO TEGO WSPÓLNE SPOŻYWANIE POSIŁKÓW?

Prezentowana idea Fundacji Dbam o Mój Z@sięg wymaga zgody na się z kilkoma ważnymi założeniami dotyczącymi trójkąta cyfrowego:

- trójkąt cyfrowy dotyczy dzieci w wieku przed-szkolnym, wczesnoszkolnym, młodzieży na wyższych poziomach nauczania, ale również nie jest obcy nauczycielom czy rodzicom; przestrzeń cyfrowa jest naturalnym środowiskiem życia nie tylko dla reprezentantów pokoleń Z, Alpha, ale również dla osób z pokolenia X czy Y,
- życie w obrębie cyfrowego trójkąta może być taką samą szansą na rozwój, jak i zagrożeniem dla codziennego funkcjonowania; czymś szkodliwym wydaje się straszenie swoich najbliższych zagrożeniami związanymi z używaniem Internetu, raczej powinniśmy dostrzeżać również korzyści z przebywania w przestrzeni sieci,
- strach przed nowymi technologiami jest bardzo często generowany przez niski poziom kompetencji cyfrowych użytkowników; nie bójmy się nowych technologii, starajmy się je ośwoić poprzez poznawanie nowoczesnych kanałów komunikacji, zdobywanie wiedzy na temat aplikacji, które wykorzystuje uczeń/dziecko; jeśli to możliwe, używajmy mediów cyfrowych wspólnie z dzieckiem, zarówno w domu, jak i w szkole.

W jaki sposób zadbać o to, żeby w tym właśnie cyfrowym trójkącie poruszać się w sposób odpowiedzialny? Jak ograniczyć występowanie takich problemów, jak cyberprzemoc, seksting, przestępczość cyfrowa, problemowe używanie mediów cyfrowych? W jaki sposób, jakimi narzędziami doprowadzić do sytuacji, w której wzrastająca w świecie cyfrowym młoda osoba wykorzystuje przestrzeń Internetu z korzyścią dla siebie, dla własnego rozwoju, dla bliższej i realnej obecności z innymi? Kluczem do zrozumienia idei 3xR jest przyznanie, że budowanie odpowiedzialności cyfrowej młodego człowieka dokonuje się nie

tylko poprzez wzmacnianie kompetencji cyfrowych dzieci, nauczycieli oraz rodziców, ale również poprzez umiejętność nawiązywania odpowiednich relacji, budowania rodzinnych rytuałów oraz ustalania ram rodzinnych dla codziennego używania mediów cyfrowych. Właśnie na tych trzech filarach osadza się idea, którą nazwaliśmy ideą 3xR. Wydaje się, że drogą wiodącą do wzrostu liczby odpowiedzialnych zachowań widocznych w przestrzeni Internetu może być trwałe wdrożenie tej idei.

RELACJE

Każda bliska relacja oparta na miłości wymaga ciągłości i bycia razem, dzięki czemu ludzie mogą zacieśniać i rozwijać swój potencjał bliskości. Nie ma w tym nic odkrywczego. Wiemy od par, które żyją ze sobą dłużej niż siedem lat, że kiedy brakuje tego doświadczenia bycia razem, a bliskie spotkania mają miejsce tylko w wypadku jakichś kryzysów lub problemów rodzinnych, to czują się oni wtedy samotni, nieszczęśliwi i sfrustrowani w swoich związkach. Tym bardziej jeśli te awaryjne spotkania są bardzo krótkie lub zorientowane tylko na rozwiązanie. Tacy ludzie pozornie funkcjonują ze sobą bardzo dobrze, ale tak naprawdę nie żyją razem.

Jesper Juul³

Czego potrzebuje mózg dziecka do intensywnego rozwoju? Przede wszystkim rodzicielskiej miłości okazywanej poprzez ciepły dotyk, przytulanie, czułe przemawianie, śpiewanie, kontakt wzrokowy. Im więcej tego rodzaju bodźców dostarczymy dzieciom, tym dla ich rozwoju psychofizycznego lepiej. Dziecko chłonie te pozytywne emocje niczym gąbka, a naturalną konsekwencją takiego działania rodziców jest w pierwszej kolejności poczucie bezpieczeństwa. Kształtuje się ono wówczas, gdy podstawowe potrzeby dziecka pozostają

³ <http://dziecisawazne.pl/korzystanie-urzadzen-elektronicznych-wplyw-rozwoj-dziecka-jesper-juul>

MACIEJ DĘBSKI

Najbardziej uzależniające funkcje smartfonów (aplikacje o charakterze społecznościowym) mają wspólny motyw: dopasowują się do ludzkiego pragnienia łączenia się z innymi ludźmi. Ale w obliczu braku kontroli naszej obecności na portalach społecznościowych zdrowe popędy mogą stać się niezdrowymi nałogami.

zaspokojone: przytulamy dziecko, gdy się wystraszy, jesteśmy blisko niego, gdy daje nam sygnały, że tej bliskości potrzebuje. Jeśli dziecko wzrasta w obecności wyrozumiałych, ale i stanowczych rodziców, którzy są jego przewodnikami, w sposób naturalny tworzy się dyscyplina rozumiana jako wskazówki, co dziecku wolno, a czego nie, co jest dobre, a co takie nie jest⁴. Prawdopodobnie najdłużej trwające badania panelowe prowadzone przez Uniwersytet Harvarda nad rozwojem 724 dorosłych ludzi jednoznacznie wskazują, że dobre relacje, jakie mamy z innymi ludźmi, nie tylko utrzymują nas w szczęściu i zdrowiu, ale mają bardzo pozytywny wpływ na przeżywanie naszej starości oraz na funkcjonowanie naszego mózgu. Wnioski z badań prowadzą nas do prostego stwierdzenia, że więzi społeczne są dla nas dobre, a samotność nas zabija. Naukowcy prowadzący badania udowadniają, że na podstawie jakości relacji można przewidzieć, w jaki sposób ułożą się przyszłe losy badanych osób. Zależność wydaje się być prosta: osoby, które mają lepsze więzi społeczne w rodzinie, które mają wsparcie w przyjaciółtach czy w lokalnej społeczności, są szczęśliwsze, są fizycznie zdrowsze i żyją dłużej niż osoby, które nie mają tak dobrych więzi. Ludzie,

którzy byli najbardziej zadowoleni ze swoich relacji w wieku lat 50, byli zdrowsi w wieku lat 80⁵.

W innym ciekawym opracowaniu autorzy dochodzą do wniosku, że umarlibyśmy bez kontaktu fizycznego. Ludzie rodzą się z potrzebą dotyku, albowiem warunkuje on jakość relacji, a nawet jest podstawą rozpoznawania i regulacji emocji. Dobrze zbudowana relacja redukuje lęki egzystencjalne u osób z niskim poczuciem własnej wartości, zmniejsza uczucie lęku i samotności, obniża poziom stresu, wpływa na odporność organizmu, a nawet leczy. Dotyk buduje więź, można powiedzieć, że jest językiem miłości. Widoczne jest to nawet wówczas, gdy dziecko nie potrafi się komunikować za pomocą słów, lecz przytula się do swoich rodziców i wiąże się z nimi swoim dotykiem. Innymi słowy, możemy powiedzieć, że dobrze zbudowana relacja oparta na bliskości i zrozumieniu emocji wzmacnia poczucie szczęścia⁶.

RYTUAŁ

Żeby rozwinąć bliskość emocjonalną i intelektualną w relacji z dziećmi i partnerem, potrzebujemy 2-3 godzin dziennie na bycie razem, w którym jest także miejsce na ciszę i brak wszelkich planów. To doskonała sposobność, aby budować wspólne rytuały. Wszystkie one mają sens o tyle, o ile są często i konsekwentnie powtarzane. Rytuały rodzinne, w których realizację zaangażowani są wszyscy domownicy, przede wszystkim budują poczucie bezpieczeństwa dziecka od jego najmłodszych lat. Sprawiają, że dziecko przywyka do pożądanego rytmu dnia codziennego i powodują, że wszystkie osoby zaangażowane zaczynają być bliżej siebie. Poniżej wymieniono jedynie wybrane propozycje codziennych rytuałów możliwych do wprowadzenia w domu:

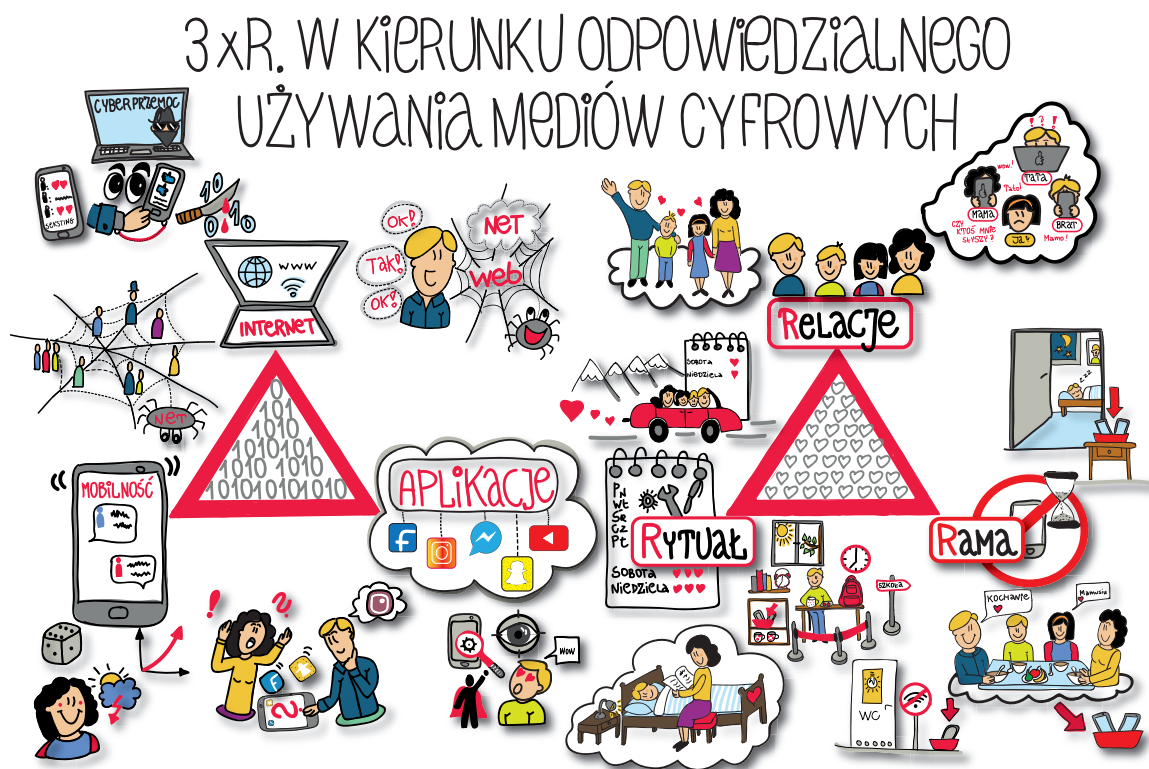
- a. poranne przygotowywanie się do szkoły w strefie wolnej do mediów cyfrowych (phone-free zone),

⁴ <http://www.psychologiawygladu.pl/2015/10/mozg-dziecka-nie-radzi-sobie-bez-miosci.html?spref=fb&m=1>

⁵ https://www.youtube.com/watch?v=S4_oVpKorQA&t=12s

⁶ <http://dziecisawazne.pl/umarlibysmy-bez-kontaktu-fizycznego-dlaczego-wazny>

RELACJA – RAMA – RYTUAŁ DLACZEGO W ŚWIECIE CYFROWYM TAK WAŻNE SĄ OSOBISTE WIĘZI? I CO MA DO TEGO WSPÓLNE SPOŻYWANIE POSIŁKÓW?



RYSUNEK 1. Idea „3xR” – Ważność relacji, rytuałów oraz rami funkcjonowania w świecie cyfrowym
Opracowanie graficzne: Vitia Bartosova Hoffmann, Miluju@Maluju Vitia Hoffmann
Opracowanie merytoryczne: Maciej Dębski

- b. wieczorna kąpiel o ustalonej porze dnia,
- c. wspólna celebrowanie posiłków,
- d. czytanie książki przed zaśnięciem,
- e. systematycznie powtarzane weekendy bez używania mediów cyfrowych,
- f. wspólne wyjazdy w ważne miejsca.

korzystanie z Internetu, używanie mediów cyfrowych tylko w miejscach bezpiecznych, niekorzystanie z urządzeń mobilnych podczas spotkań towarzyskich – to tylko niektóre z zasad, które jako pierwsze przychodzą na myśl. Ustalając rodzinne zasady dotyczące naszego współistnienia z urządzeniami mobilnymi, należy pamiętać o kilku bardzo istotnych kwestiach:

RAMA – ZASADY

Nie ma odpowiedzialnego używania smartfona, tabletu czy Internetu bez określenia jasnych zasad korzystania z urządzeń mobilnych. Zasady te stanowią ramę dla używania cyfrowych urządzeń komunikacji z innymi i tak rozumiane są naturalną konsekwencją wdrożonych w rodzinie rytuałów. Pomysłów na uregulowanie naszego codziennego współistnienia w sąsiedztwie mediów cyfrowych jest naprawdę wiele: nieużywanie urządzeń cyfrowych podczas wspólnych posiłków, niezabieranie ze sobą smartfona do łóżka, dokładne i konsekwentne pilnowanie czasu przeznaczanego na

- o zasadach panujących w domu współdecydują wszyscy członkowie rodziny – rodzice pozostają liderem w procesie tworzenia tych zasad,
- ustalone zasady dotyczą wszystkich domowników,
- zasady są konsekwentnie przestrzegane, wszyscy wiedzą, jakie konsekwencje towarzyszą ich złamaniu,

MACIEJ DĘBSKI

Dobre relacje, jakie mamy z innymi ludźmi, nie tylko utrzymują nas w szczęściu i zdrowiu, ale mają bardzo pozytywny wpływ na przeżywanie naszej starości oraz na funkcjonowanie naszego mózgu. Wnioski z badań prowadzą nas do prostego stwierdzenia, że więzi społeczne są dla nas dobre, a samotność nas zabija.

- zasady są wiadome dla wszystkich, najlepiej, jeśli zostaną spisane i umieszczone w widocznym miejscu,
- zasady dotyczą nie tylko bezpośrednio korzystania z mediów cyfrowych, ale rozciągają się również na inne aktywności podejmowane przez członków rodziny w czasie wolnym, w czasie nauki, w czasie pracy.

GDZIE TWORZY SIĘ WSPÓLNE RELACJE? POTĘGA STOŁU W ŚWIECIE CYFROWYM

Gwałtowne przeobrażenia powodowane ciągłą obecnością nowych technologii dotyczą również (i jeszcze gwałtowniej będą dotyczyć) nie tylko kultury spożywania posiłków, ale również samego jedzenia⁷. W jaki sposób funkcjonować w świecie cyfrowym, w którym alternatywa w postaci życia w realu będzie coraz trudniejsza? W jaki sposób odpowiedzialnie i z korzyścią dla samych siebie używać cyfrowych dobrodziejstw? Co robić, aby utrzymać w mocy tezę, według której osobiste relacje są czymś ważniejszym niż kontakt interfejsu do interfejsu? Wydaje się, że kluczem do naszego

dalszego bycia w świecie, do codziennego używania technologii informacyjno-komunikacyjnych jest i będzie dobrze zbudowana relacja bezpośrednia z osobami najbliższymi. W jaki sposób ją budować? Najważniejszym miejscem do tworzenia głębokich więzi i relacji opartych na osobistym spotkaniu jest wspólne spożywanie posiłków.

KORZYŚCI WYNIKAJĄCE ZE WSPÓLNEGO SPOŻYWANIA POSIŁKÓW BEZ OBECNOŚCI MEDIÓW CYFROWYCH

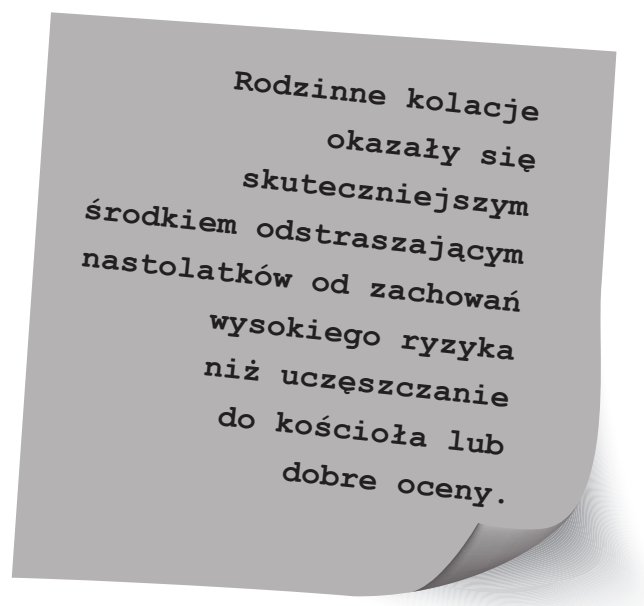
Dlaczego warto unikać samotnego jedzenia? Jakie korzyści mogą stać się naszym udziałem podczas wspólnej celebracji posiłków? Dlaczego warto całkowicie zrezygnować z obecności urządzeń cyfrowych podczas wspólnego jedzenia? Oto kilka najistotniejszych powodów:

- POPRAWA WZAJEMNYCH RELACJI** – okazywanie zainteresowania, rozmowa i bliskość przyczyniają się do zacieśnienia więzi rodzinnych, dają poczucie akceptacji i bezpieczeństwa; efekt ten, zwłaszcza w dłuższej perspektywie, jest bardzo wyraźny.
- UŁATWIENIE ZMAGAŃ ZE SKUTKAMI STRESU** – spożywanie wspólnych posiłków pomaga rozładować napięcie psychiczne, będące skutkiem obciążenia pracą i innymi obowiązkami. Zależność ta oczywiście zachodzi, gdy konsumpcja przebiega w przyjaznej atmosferze, wśród dobrze nastawionych osób.
- MNIEJSZE ZAINTERESOWANIE UŻYWKAMI** – analizy naukowców wskazują, że dzieci i młodzież spożywający posiłki wspólnie z najbliższymi rzadziej sięgają po alkohol, papierosy czy narkotyki. Rodzinne kolacje okazały się skuteczniejszym środkiem odstraszającym nastolatków od zachowań wysokiego ryzyka niż uczęszczanie do kościoła lub dobre oceny.

⁷ Więcej na <http://hatalaska.com/2018/08/01/far-future-nasza-książka-o-prognozach-dla-swiata-2068-i-dalej>

RELACJA – RAMA – RYTUAŁ DLACZEGO W ŚWIECIE CYFROWYM TAK WAŻNE SĄ OSOBISTE WIĘZI? I CO MA DO TEGO WSPÓLNE SPOŻYWANIE POSIŁKÓW?

- d. LEPSZE WYNIKI W SZKOLE** – jak pokazują obserwacje naukowców, dzieci spożywające rodzinne posiłki osiągają lepsze wyniki w nauce oraz mają mniejsze problemy z dostosowaniem się do środowiska niż rówieśnicy, którzy jedzą w samotności lub z telewizorem bądź komputerem. Dla małych dzieci rozmowa w czasie obiadowym wzbogaca słownictwo jeszcze bardziej niż czytanie na głos. Starsze dzieci czerpią również korzyści intelektualne z rodzinnych kolacji. Dla młodzieży w wieku szkolnym regularny czas posiłku jest jeszcze silniejszym predykatorem wysokich wyników niż czas spędzony w szkole, odrabianie lekcji, uprawianie sportu lub tworzenie sztuki. Inni badacze podali spójny związek między częstotliwością obiadów rodzinnych a osiągnięciami akademickimi nastolatków. Młodzież, która jadła posiłki rodzinne od 5 do 7 razy w tygodniu dwukrotnie częściej otrzymywała najwyższe oceny w szkole niż ci, którzy jedli obiad z rodzinami mniej niż dwa razy w tygodniu.
- e. LEPSZA SOMATYKA** – dzieci, które jedzą regularne obiady rodzinne, spożywają więcej owoców, warzyw, witamin i mikroelementów, a także mniej smażonych potraw i napojów bezalkoholowych. Niektóre badania wykazały nawet związek między regularnymi obiadami rodzinnymi a zmniejszeniem objawów zaburzeń medycznych, takich jak astma. Korzyść może wynikać z dwóch możliwych produktów ubocznych wspólnego posiłku rodzinnego: niższego lęku i możliwości sprawdzenia przestrzegania przez dziecko zaleceń lekarskich. Nie tylko zdrowa żywność prowadzi do wszystkich tych korzyści. Ważna jest również atmosfera kolacji. Aby zachęcić dzieci do zdrowego odżywiania się, rodzice muszą być cierpliwi i zaangażowani, a nie kontrolować i ograniczać.
- f. MNIEJSZE RYZYKO DEPRESJI ORAZ ZABURZEŃ ODŻYWIANIA** – prawidłowość ta jest szczególnie widoczna w przypadku nastolatków. Może mieć związek z poczuciem



akceptacji i większej pewności siebie. Pomaga też wypracować odpowiednie mentalne podejście do jedzenia.

- g. LEPSZE SAMOPOCZUCIE** – czas spędzony wspólnie z bliskimi przy stole pomaga się odprężyć i zrelaksować, pozwala oderwać się od szarej rzeczywistości, pomaga także „naładować akumulatory”.
- h. LEPSZE ODŻYWIANIE** – wspólne posiłki sprawiają, że spożywamy więcej potraw ważnych dla zdrowia i sylwetki. Dla odmiany – samotne jedzenie przed telewizorem odwraca uwagę od jakości i ilości spożywanych produktów, przyczyniając się do rozwoju nadwagi i problemów zdrowotnych. Jak wynika z jednego z badań, amerykańscy przedszkolacy, którzy oglądali telewizję podczas kolacji, byli bardziej narażeni na nadwagę do czasu, gdy znaleźli się w trzeciej klasie. Związek między oglądaniem telewizji podczas obiadu a nadwagą u dzieci odnotowano również w Szwecji, Finlandii i Portugalii. ●

KATARZYNA MICHAŁOWSKA



KATARZYNA MICHAŁOWSKA jest podcasterką – Stacja Zmiana.pl. Pasjonatka Twittera, organizuje spotkania ludzi twittujących w Trójmieście – 3miasto Tweetup. Jest dziennikarką, redaktorką naczelną magazynu podprad.pl, reporterką, medioznawczynią i mentorką. Absolwentka Politechniki Gdańskiej. Studiowała dziennikarstwo, doradztwo psychologiczne, teologię i pedagogikę. Prowadzi szkolenia z dziennikarstwa i inteligencji emocjonalnej: aktywnego słuchania, rozwiązywania konfliktów i zarządzania stresem. Uczy, jak panować nad informacyjnym chaosem.

ŻYCIE ONLINE TO ŻYCIE PODWÓJNYM ŻYCIEM

KATARZYNA MICHAŁOWSKA

Każdego dnia przyswajamy 100 000 słów, przetwarzamy 34 gigabajty informacji. Nasze spotkania towarzyskie polegają na przeglądaniu tego, co mamy w naszych smartfonach. A życie online jest prowadzeniem drugiego życia umiejscowionego poza gronem naszych realnych przyjaciół i rodziny.

W artykule znajdziesz pytania, które należy zadać sobie samemu. Jakie są konsekwencje takiego stylu życia i czy jest on dobry czy zły? Temat życia poza siecią i życia w sieci jest tak aktualny, że warto zastanowić się, jak sieć wpływa na nasze funkcjonowanie, w czym pomaga, w czym przeszkadza i jak możemy pomóc sobie i innym unikać zagrożeń związanych z życiem online?

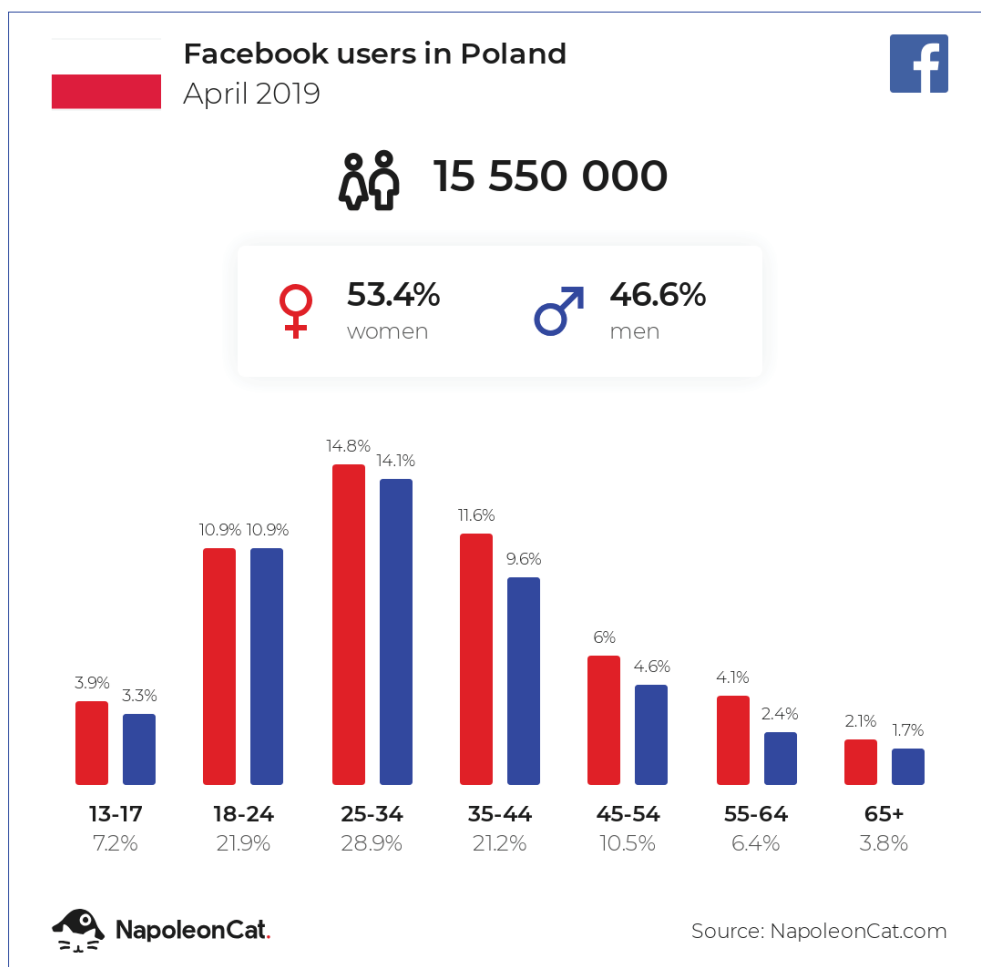
„Multitask” to słowo, którym możemy określić każdego z nas. Każdego dnia odbieramy miliony wiadomości i zapoznajemy się z tysiącem informacji. To wszystko ma wpływ na sposób, w jaki żyjemy i budujemy relacje. Prawdopodobnie każdy z czytelników ma swoje konto na jakiejś platformie internetowej. Jak podają badania z 2019 roku, w kwietniu w Polsce było ponad 15 mln użytkowników Facebooka, co stanowiło 40,9% całej populacji. Większość z nich to kobiety – 53,4% (rys. 1). Największą grupę użytkowników stanowiły osoby w wieku od 25 do 34 lat (4,5 mln). Natomiast w marcu tego roku mieliśmy w Polsce ponad 6 mln użytkowników Instagrama, co stanowiło 16% całej populacji. Większość z nich to kobiety (59,4%), osoby w wieku od 18 do 24 lat były największą grupą użytkowników

(2,3 mln – rys. 2). By dopełnić obraz liczbowy przywołanych statystyk, warto dodatkowo przeanalizować liczbę użytkowników facebookowego Messengera, który wśród młodych ludzi zastąpił komunikowanie się poprzez mail (rys. 3).

Aktualne raporty: <https://napoleoncat.com/stats/messenger-users-in-poland/2019/03>

Myślmy, że młodzież, która od dziecka wychowała się w Internecie, doskonale sobie radzi w nowej rzeczywistości. Jednak wcale nie wygląda to tak różowo. Media zawłaszczają czas młodych ludzi, a oni potrzebują pomocy mentorów, rodziców i nauczycieli, którzy pokażą im, w jaki sposób mądrze żyć podwójnym życiem. Mentorzy, rodzice

ŻYCIE ONLINE TO ŻYCIE PODWÓJNYM ŻYCIEM



RYSUNEK 1

i nauczyciele mają potrzebną do tego wiedzę, ponieważ pamiętają, jak to było, gdy nie było Facebooka.

ILE CZASU SPĘDZAMY ONLINE?

Zachęcam do przyjrzenia się badaniom internautów wykonanym przez CBOS. Dane przedstawiają skalę zjawiska. Osoby w wieku od 18 do 24 lat mówią o tym, że spędzają online około siedemnastu-osiemnastu godzin tygodniowo. Dla porównania – tyle właśnie wynosi średnie pensum nauczycielskie. Pamiętajmy, że czas ten wciąż dynamicznie wzrasta. Rośnie również dostępność mediów społecznościowych przez smartfony, bo tymi przede wszystkim je obsługujemy. Z tego wnioskujemy, że właściwie ciągle jesteśmy w zasięgu sieci, ciągle jesteśmy online. Sami musimy decydować, czy

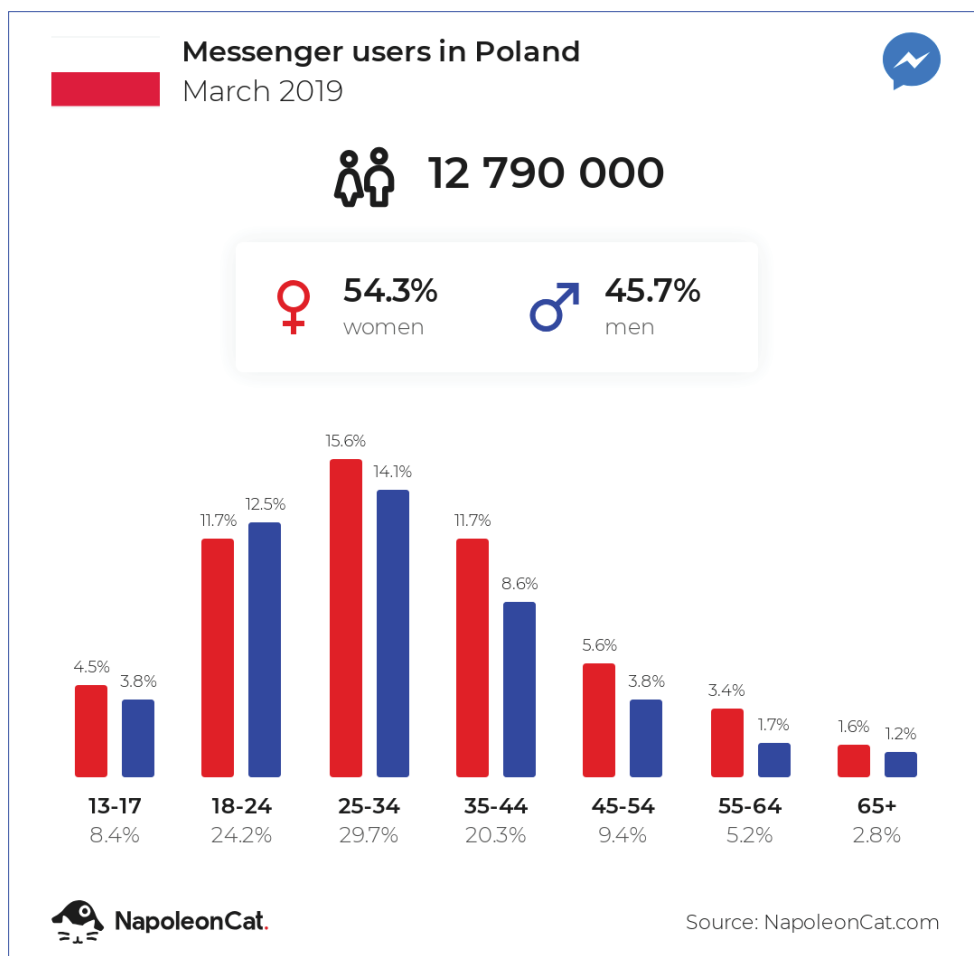
wyłączać powiadomienia, dźwięki, odłożyć telefon, być poza Facebookiem lub Twitterem.

Raport CBOS do przejrzania tutaj: https://www.cbos.pl/SPISKOM.POL/2015/K_090_15.PDF

Problem polega już nie na tym, że fizycznie przesuwamy palcem po ekranie, ale że jesteśmy bez przerwy częściowo, jedną nogą, jedną ręką, jednym uchem, jednym okiem, a może już całkowicie w świecie wirtualnym, w którym żyjemy osobnym życiem.

Nasuwają się pytania, czy jest to inne życie, czy jest to życie realne, czy fikcyjne, czy jest ono gorsze, czy lepsze? Czy tam jesteśmy lepsi, czy gorsi?

KATARZYNA MICHAŁOWSKA



RYSUNEK 2

Warto w tym miejscu przywołać informację, że dziennie przyswajamy sto tysięcy słów, więc do naszego mózgu docierają 34 gigabajty informacji. Laptop by sobie z tym nie poradził. My jednak musimy.

WALKA O ODBIORCĘ TREŚCI, CZYLI O NAS

Dlaczego nadmiar informacji jest dla nas zagrożeniem, a dzieci w szkołach pamiętają coraz mniej? Mamy trzy rodzaje pamięci. Pamięć sensoryczną, krótkotrwałą i długotrwałą. Aby informacja weszła do pamięci długotrwałej, musi przejść przez pamięć krótkotrwałą, więc musi się w niej osadzić.

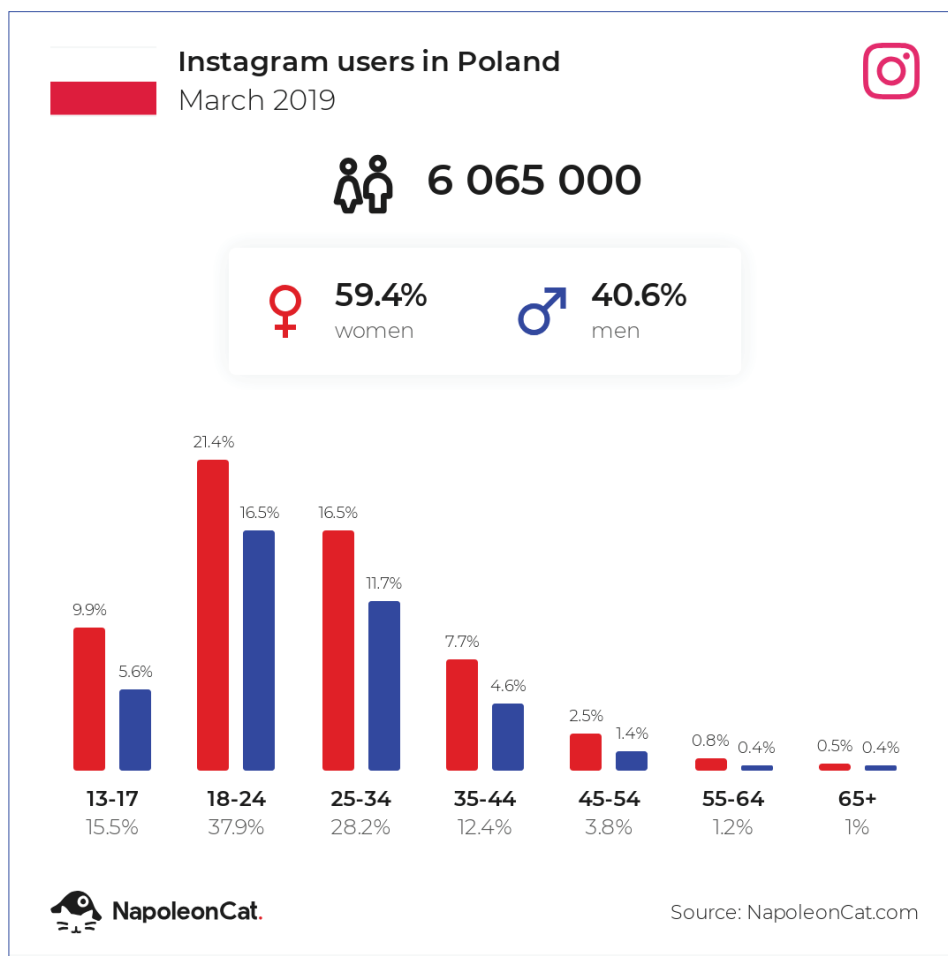
W mózgu osób korzystających z portali i social mediów rozgrywa się wielka wojna, ponieważ

przyswajamy dużo informacji przez pamięć krótkotrwałą, a one przychodzą i odchodzą, nie osadzając się w naszej pamięci długotrwałej. Do tego nasz mózg nie umie segregować ważności informacji. Dlatego zapomnimy o urodzinach babci, bo wyparta je informacja o kocie bojącym się ogórka.

Naukowcy mówią, że wygrany jest ten, kto umie szybko zapominać informacje, czyli odkładać je na półkę, w jakiś sposób je segregować. To sprawia, że odblokowujemy pamięć krótkotrwałą, aby zapamiętywać istotne treści.

Powstaje ważne pytanie: na ile istotne są informacje, które do nas napływają? Jakie mają znaczenie dla naszego życia? Musimy jakoś przepłynąć przez to morze informacji. Ale emitenci informacji walczą o naszą uwagę, chcą przykuć lub pozyskać

ŻYCIE ONLINE TO ŻYCIE PODWÓJNYM ŻYCIEM



RYСУNEK 3

odbiorcę. Muszą walczyć i jest to walka bezpardonna. Walką o kliki, czyli o to, kto wymyśli bardziej chwytliwe hasło i kto wrzuci zdjęcie śmieszniejszego kota. Niestety nie wpływa to pozytywnie na jakość odbieranych przez nas treści.

CZY NAPRAWDĘ MUSIMY WIEDZIEĆ WSZYSTKO NATYCHMIAST?

Jeśli obiegowe powiedzenie z dawnych lat, że złe nowiny i tak do nas dotrą, a dobre mogą poczekać jest prawdziwe, to gdy podejmiemy świadomą decyzję, że nie chcemy być ciągle na bieżąco, pójdziemy w kierunku namysłu i refleksji. W podjęciu decyzji pomaga zadanie sobie ważnego pytania: po co?

Może można na jakiś czas całkowicie odłączyć się od podążania za informacją? Z pewnością pojawi się w pierwszym momencie niepokój, ale po trzech-czterech dniach spokój zaczyna przychodzić. Można odkryć, że ma się dużo wolnego czasu, który można spożytkować na wartościowe działania.

Jeśli nie chcemy zupełnie odłączać się od sieci, warto skorzystać z kilku podpowiedzi, które pomogą w mądry sposób żyć życiem online. Warto wybierać, którym serwisom pozwalamy *pushować* powiadomienia. Warto odinstalować powiadomienia z Messengera. Warto robić przerwy nawet tylko na kilka godzin, kiedy odkładamy telefon ekranem do dołu, żeby nic nas nie rozpraszało. Jest to kulturalne, zwłaszcza kiedy spotkamy się ze znajomymi.

KATARZYNA MICHAŁOWSKA

Artykuł opisujący wnioski po miesięcznym

odłączeniu się od Internetu: <https://medium.com/polish/8-rzeczy-kt%C3%B3rych-dowiedz-si%C4%99-o-sobie-odcinaj%C4%85c-si%C4%99-od-social-medi%C3%B3w-b691109fa6a2#.c2wyipmkf>

Media społecznościowe są niezwykle mocno zakorzenione w każdej sferze naszego życia, co można zauważyć wtedy, kiedy się od nich odetniemy. Warto siebie lub swoich uczniów zapytać: Po co ich używam? Jak często? Jak bardzo zmieniły już moje życie, przyzwyczajenia? Kiedy ostatnio jadłem obiad, nie zaglądając na Facebooka? Kiedy jadłem śniadanie zupełnie skupiony tylko na śniadaniu? Kiedy ostatnio siedziałem ze znajomymi na piwie i byłem skupiony tylko na spotkaniu z nimi, a nie byłem w tym czasie też na YouTube? Zauważymy również, że często nasze spotkania towarzyskie polegają na tym, że razem oglądamy, co jest w naszych smartfonach. Jest w tym coś dziwnego i jeśli to robimy, warto się zastanowić, dlaczego i do czego to ma nas prowadzić? Czy to nam daje coś dobrego, czy złego?

CZY MEDIA SPOŁECZNOŚCIOWE MOGĄ COŚ DODAĆ DO NASZEGO ŻYCIA?

Można wejść w *social media* świadomie. Może to być okazją do poznania ludzi z innych środowisk. Takie podejście może nas wzbogacić. Jeśli zrobimy to mądrze i z rozmysłem, może być to wartość dodana do naszego życia i osobistych celów.

Można poznać ludzi, którzy czytają ciekawe książki lub artykuły. Ale warto mieć określone spisane cele korzystania z wybranego medium społecznościowego i o nich pamiętać oraz regularnie do nich wracać.

Niestety, tracimy czas przez złe nawyki. Czasami przy bezmyślnym scrollowaniu, czyli przeglądaniu swojej tablicy na Facebooku lub Instagramie, dopiero po kilku minutach zadajemy sobie pytania: Po co tutaj jestem? I co ja robię? Dobra rada brzmi:

nie scrollować, ale poszukiwać. Efektywny czas spędzony w mediach społecznościowych to ten, gdy dowiadujemy się czegoś ciekawego, a nie bezmyślnie konsumujemy. Można przywołać porównanie do trenowania i obżerania się przed telewizorem. To pierwsze jest mądre, to drugie może i fajne, ale mądre nie jest.

Mądre korzystanie z *social mediów* to ciągłe pytanie samego siebie: Czego szukam? Czego potrzebuję?

To, co na pewno media społecznościowe nam dają, to budowanie społeczności. Ludzie zabierają nas do swoich światów i pokazują coś, co lubią, co oglądają, co czytają, wyrażają swoje poglądy. Druga rzecz: media społecznościowe pozwalają nam promować czy też przyciągać nowych ludzi do czegoś, co jest nam bliskie. Za pomocą sieci takich jak Facebook, Twitter, Instagram możemy próbować rozprzestrzenić nasze pomysły lub naszą wizję świata.

Wartościowe jest również poszerzenie naszej wiedzy lub nauczenie się czegoś. Dostępność wiedzy zmieniła nasz świat. Wiedza jest tak dostępna, że możemy szybko uczyć się na cudzych błędach. Zaangażowanie w mediach społecznościowych potrafi rozszerzyć krąg zainteresowań kulturalnych. Poprzez platformę YouTube możemy znaleźć tutoriale właściwie do wszystkiego, ponieważ większości umiejętności można nauczyć się korzystając z YouTube'a lub jakiegoś kursu online.

JAKOŚĆ DEBATY PUBLICZNEJ

Facebook i Twitter to przestrzeń do debaty politycznej i niesamowita możliwość skrócenia dystansu pomiędzy obywatelem i władzą, czyli tymi, którzy decydują i tymi, którzy głosują.

Jako społeczeństwo mieliśmy ogromną nadzieję, że to zmieni jakość życia politycznego, wpłynie na to, że ludzie-społecznicy, zgromadzeni wokół mało medialnych akcji, otrzymają słyszalny głos. *Crowdfunding* (zbieranie funduszy),

ŻYCIE ONLINE TO ŻYCIE PODWÓJNYM ŻYCIEM

społecznościowe akcje, gromadzenie środków albo energii ludzkiej, to się dzieje, jednak cena, jaką płacimy, jest ogromna. Po wyborach parlamentarnych i prezydenckich w Polsce, po kampanii w Stanach Zjednoczonych coraz więcej ludzi widzi i mówi o tym głośno, że *social media* wprowadzają do życia społecznego dużo toksycznych zjawisk. Doświadczamy dezinformacji, trollingu i hejtu. Fikcyjne informacje, opinie i profile. Na dodatek nie mamy świadomości, jak bardzo sami się ograniczamy przez grono swoich znajomych. To sprawia, że żyjemy w fikcyjnej bańce informacyjnej i nie jesteśmy w stanie poza nią wyskoczyć, a po drugie, jesteśmy w tej bańce manipulowani.

ALGORYTMY POKAZUJĄ NAM, CO CHCĄ

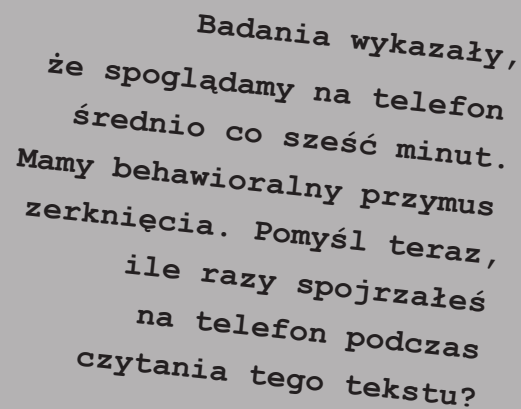
Władza osób, które przedstawiają algorytmy Facebooka lub Google'a jest przeogromna.

Nie zdajemy sobie sprawy, że styczność z określonym medium internetowym to zetknięcie się z zaawansowanym algorytmem, według którego mamy wyświetlane pewne informacje oraz coś jest nam proponowane. Na jednym komputerze wyszukiwane hasło widać inaczej niż na innym.

Nie każdy świadomie korzysta ze swoich mediów, przykładem jest tu teoria 1-9-90: [https://en.wikipedia.org/wiki/1%25_rule_\(Internet_culture\)](https://en.wikipedia.org/wiki/1%25_rule_(Internet_culture))

Ta teoria mówi o tym, że tylko 1% internautów korzystających z social mediów generuje treści, 9% to ci, którzy udostępniają, „lajkują”, czyli wchodzi w jakąś interakcję, a 90% to ci, którzy są cichymi obserwatorami. Natomiast zasada Pareto mówi o tym, że 20% użytkowników generuje 80% treści, więc liczba osób, które generują treści w sieci, jest w gruncie rzeczy niewielka.

Po pierwsze, warto zastanowić się, które miejsce zajmuję jako użytkownik mediów społecznościowych. Warto być w tym procencie, który ma wpływ. I dalej, czy zdaję sobie sprawę z zagrożeń



Badania wykazały, że spoglądamy na telefon średnio co sześć minut. Mamy behawioralny przymus zerknięcia. Pomyśl teraz, ile razy spojrzalesz na telefon podczas czytania tego tekstu?

psychospołecznych – jak to wpływa na mnie jako jednostkę? Jak wpływają na mnie social media? Jak to wpływa na moją pamięć krótkotrwałą? Nie mogę się skupić, wyłączam swoją uwagę, co chwila myślę o czymś innym.

Po drugie, warto zdawać sobie sprawę, że bawimy się w cudzej piaskownicy. Facebook, Snapchat, Instagram czy Twitter to cudzy plac zabaw, na którym obowiązują reguły właściciela danego medium, a nie nasze.

ZADANIE MENTORA TO POMOC W OKREŚLENIU CELU

Nie zatrzymamy zmian. Nasze dzieci, uczniowie będą korzystać z social mediów, bo to jest wygodne i zmieniło nasz świat. Jako mentorzy, nauczyciele, rodzice możemy pomóc w dokonywaniu mądrych wyborów. Warto pomóc określić cele, dla których konkretna osoba funkcjonuje w sieci. Co jest dla niej dobre i co jest jej potrzebne. Uświadomić, że sposób, w jaki funkcjonujemy, na przykład, czy wciąż zaglądamy do naszego smartfona, jest kwestią naszego wyboru. Należy mówić o konsekwencjach, bo dzisiaj wrzucam zdjęcia z szalanej studniówki, a jutro będę chciał w białym kołnierzyku

ubiegać się o posadę dyrektora albo być poważnie traktowanym profesorem.

TECHNOLOGIA SIĘ ZMIENIA, ZMIENIAJĄ SIĘ RELACJE

Musimy pamiętać, że różne media wymuszają różny sposób budowania relacji międzyludzkich. Na przykład Snapchat lub Story na Instagramie jest hybrydą realnego funkcjonowania. Kiedyś dziewczyny wracały razem ze szkoły i, na przykład, jedna drugiej powiedziała: „O zobacz, jakie fajne buty na witrynie. Czerwone za 35 złotych”, druga odpowiedziała „Aha”. To nic nie wnosi do naszego życia, ale buduje wzajemne relacje. Tę potrzebę spełnia Snapchat lub Instagram, tylko że on jest w sieci. Prawdopodobnie te dziewczyny nie mają możliwości wspólnego powrotu po lekcjach, gdyż mieszkają w dwóch różnych miejscach. A chcą się przyjaźnić, więc potrzebna jest im relacyjna hybryda. Jedna robi zdjęcie butów w swojej aplikacji, wysyła drugiej. Ta druga spojrzy i powie „OK” w formie lajka, serduszka lub czegośkolwiek innego, i za chwilę ta informacja zniknie.

Narzędzia budowania relacji się zmieniają, ale ludzie mają te same potrzeby dzielenia się informacjami, współdzielenia życia, współodczuwania. Technologia w jakiś sposób im w tym pomaga.

By dopełnić obraz, warto obejrzeć reklamę aplikacji Couple, która świetnie to pokazuje:

<https://www.youtube.com/watch?v=NkveWyiU4Go&feature=youtu.be>

Jest to aplikacja, która pozwala na budowanie relacji z partnerem online w czasie rzeczywistym. Kiedy relacja się zakończy, aplikacja umożliwia (jednym kliknięciem) wyrzucenie całej korespondencji z ukochanym, co odróżnia ją od Facebooka. Ten za rok przypomni nam o zerwanej relacji we wspomnieniach na naszej tablicy.

Technologia, która pomaga w budowaniu relacji, zmienia je. Jednym kliknięciem możemy wyrzucić bliską relację do śmietnika. Kiedyś darliśmy zdjęcia i mieliśmy czas na przeżywanie rozstania i smutek, a teraz możemy to „załatwić” jednym kliknięciem.

KONTROLA CZASU W MEDIACH SPOŁECZNOŚCIOWYCH I UZALEŻNIENIE

Ważną kwestią jest kontrolowanie czasu spędzanego w mediach społecznościowych. Bo wielu z nas jest po prostu od nich uzależnionych.

Możemy poszukać aplikacji pokazujących, ile czasu spędzamy w mediach społecznościowych: <https://play.google.com/store/apps/details?id=com.zerodesktop.appdetox.qualitytime>

PO CZYM MOŻNA POZNAĆ, ŻE KTOŚ JEST UZALEŻNIONY?

By odpowiedzieć sobie na to pytanie, warto zapoznać się z raportem Fundacji Dbam o Mój Zasięg: <https://dbamomozasieg.com/wp-content/uploads/2016/04/Na%C5%82ogowe-korzystanie-z-telefonow-komorkowych.pdf>

Raport omawia symptomy uzależnienia, FOMO oraz przywołuje statystyki, które dotyczą młodzieży. Uzależnienie sprawia, że normalne funkcjonowanie jest zaburzone. Przestajemy mieć kontrolę nad pewną częścią naszego życia. Badania wykazały, że spoglądamy na telefon średnio co sześć minut. Mamy behawioralny przymus zerknięcia. Pomyśl teraz, ile razy spojrzales na telefon podczas czytania tego tekstu?

Znaczkami z cyferkami, które się pojawiają przy ikonkach mediów społecznościowych, powodują naszą natychmiastową reakcję. Nazywamy to uwarunkowaniem, czyli nieświadomą reakcją.

Podkreślanie w rozmowach: „Bardzo dużo ludzi lajkowało mi to zdjęcie” można uznawać za dziwne, ale trzeba przyznać, że jest bardzo popularne.

ŻYCIE ONLINE TO ŻYCIE PODWÓJNYM ŻYCIEM

ODARTY Z PRYWATNOŚCI

Wysoką ceną, którą płacimy, jest nasza prywatność. Im bardziej chcemy być w sieci dostępni, popularni, tym więcej ludzie o nas wiedzą, bo tym więcej pokazujemy naszego życia, tego co lubimy, co jemy, w co się ubieramy. Śmiejemy się, że fotografujemy jedzenie, bo niby wtedy lepiej smakuje, ale *de facto*, jeśli ktoś te wszystkie informacje zbierze, to wie dokładnie, co lubimy, dokąd, kiedy, gdzie, z kim chodzimy na imprezy, kiedy ostatnio piliśmy, co dostaliśmy na gwiazdkę, jak wyglądała nasza choinka, jak wygląda nasz pies, chomik i jakie buty sobie ostatnio kupiliśmy. Wszystko można otrzymać z mediów społecznościowych. Zaprzęgnięcie sztucznej inteligencji w analizowanie naszego życia całkowicie pozbawi nas intymności.

Profesor Godzic stwierdził, że wskaźnik ekshibicjonizmu jest odwrotnie proporcjonalny do wieku. Ponieważ młodzież media społecznościowe „wysłała z mlekiem matki”, jest bardziej ekshibicyjniejsza niż starsi od niej nauczyciele lub mentorzy. Jest to odarcie się z tajemnicy. Młodzież zapomina o tym, że tajemnica jest potrzebna, bo ona może być tym, co jest przeznaczone tylko dla wyjątkowych osób. Tylko osoby, które są najbliższe, wiedzą o pewnych rzeczach. Uzależnienie powoduje w nas przymus mówienia o wszystkim światu. Nazwano to: *share or die*.

MĄDRE ŻYCIE PODWÓJNYM ŻYCIEM

By rozpocząć mądre życie podwójnym życiem, potrzeba trochę refleksji, zrobienia kroku w tył i spojrzenia z dystansu na nasze funkcjonowanie w sieci. Można poprosić o pomoc lub szukać ludzi podobnych do siebie. Warto doceniać rzeczy analogowe. Wydrukować zdjęcia, pójść na pocztę i wysłać bliskim kartki pocztowe na święta lub własnoręcznie napisany list.

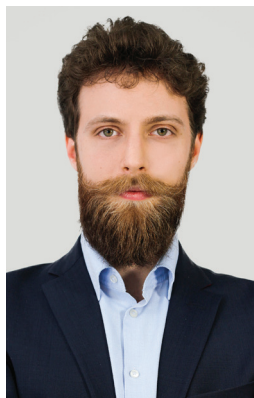
Warto mądrze uporządkować swój cyfrowy świat. Zrobić swój wewnętrzny audyt, przejrzeć, kogo obserwujemy i zastanowić się, czy chcemy go obserwować. Warto wyłączyć powiadomienia z kanałów społecznościowych (zaglądaj wtedy, kiedy masz na to czas).

Polecam artykuł zachęcający do ustalenia swoich zasad: <https://kmichalowska.wordpress.com/2017/01/06/zalezosc-od-sieci-a-nasze-wartosci-higiena-bycia-w-social-mediach-podpowiedzi-pomysly-pomocne-rozwiazania/#more-849>

By uwolnić swoją pamięć krótkotrwałą, można skorzystać z pomocnych aplikacji. Na przykład aplikacja **Feedly** pomaga segregować czytane treści: wrzucamy tam artykuły do przeczytania i czytamy je w wolnej chwili. **Evernote** to pomocna elektroniczna kieszka do zapisywania ważnych spraw, by się nie stresować, że coś nam umknie (np. notatki, pomysły, zdjęcia lub artykuły do przeczytania). **RescueTime** – oszacuje nasz zmarnowany czas, może to być nasza chwila prawdy, ile czasu marnotrawimy i w jakich miejscach. Aplikacja **Forest** – pomaga skupić się na pracy, zmotywować, a przy tym jest formą rozrywki. Jej działanie polega na wirtualnym sadzeniu drzew. Po zasadzeniu nasionka wyznacza się od 30 do 120 minut na nieprzerwaną pracę. Po przepracowaniu danego czasu można otrzymać wirtualne monety, pozwalające na sadzenie większej ilości roślin. Jeśli się nie uda, drzewko usycha. Aplikacje **Elevate** – ćwiczenie mózgu – zadania matematyczne i zadania na zapamiętywanie (aplikacja jest w języku angielskim).

A poza tym, warto się zastanowić, zanim coś udostępnimy, czy to jest informacja prawdziwa, komu ona służy, kogo wzbogaci, komu potęchce dumę. Zadać sobie pytanie, czy nie szerzymy kłamstwa, podziałów i nienawiści, bo media społecznościowe niestety kipią nienawiścią, ale to jest temat na następny artykuł. ●

MAŁGORZATA NAJDEK RAFAŁ WĘGRZYN



MAŁGORZATA NAJDEK jest psychologiem klinicznym SWPS Uniwersytetu Humanistycznospołecznego we Wrocławiu. Zajmuje się terapią dzieci i młodzieży. Prowadzi szkolenia o nowych technologiach i zagrożeniach w sieci. Terapeuta behawioralny w trakcie procesu licencyjnego.

RAFAŁ WĘGRZYN jest wykładowcą akademickim SWPS Uniwersytetu Humanistycznospołecznego we Wrocławiu. UX designer, projektant stron internetowych i aplikacji, psycholog Internetu i badacz nowych technologii. Prowadzi szkolenia o nowych technologiach i zagrożeniach w sieci.

KONIEC ŚWIATA ZWIASTUJĄ PATOSTREAMY

MAŁGORZATA NAJDEK • RAFAŁ WĘGRZYN

CYFROWA REWOLUCJA – ROZWÓJ CZY UPADEK?

Umiejętności w zakresie korzystania z nowych technologii zdają się być jednymi z podstawowych kompetencji człowieka XXI wieku¹. Dzięki możliwościom, jakie dają nam urządzenia elektroniczne oraz Internet, zmienia się jakość naszego życia². Cyfrowa rewolucja ukazuje człowiekowi nowe perspektywy w zakresie komunikacji, funkcjonowania społecznego, uczenia się, pozyskiwania informacji, a nawet dostarcza rozrywek o nieznanym wcześniej walorach³.

Wraz z rozwojem nowych technologii i ukazaniem się ich zalet równolegle rozwija się ich ciemna strona⁴. Wszechobecność mediów elektronicznych

¹ Tomsia K. *Wiedza dziecka na temat komputera i Internetu* [w:] Szmigielska B. *Całe życie w Sieci*, Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków 2008.

² Morbitzer J. *O istocie medialności młodego pokolenia*, „Neodidagmata” nr 33-34/2012, s. 131-153.

³ Tomsia K. op. cit.

⁴ Adamski A. *Media w analogowym i cyfrowym świecie. Wpływ cyfrowej rewolucji na rekonfigurację komunikacji społecznej*, Elipsa, Warszawa 2012; Aboujaoude E. *Wirtualna osobowość naszych czasów. Mroczna strona e-osobowości*, Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków 2012; Orliński W. *Internet. Czas się bać*, Agora SA, Warszawa 2013; Spitzer M. *Cyberchoroby: jak cyfrowe życie rujnuje nasze zdrowie*, Wydawnictwo Dobra Literatura, Poznań 2016; Spitzer M. *Cyfrowa demencja*, Wydawnictwo Dobra Literatura, Poznań 2007.

przyczynia się do powstawania nowych zagrożeń, czyhających przede wszystkim na młodego człowieka. Celem niniejszego artykułu jest omówienie zjawiska patostreamingu będącego fenomenem panującym się w sieci internetowej. Znajomość niebezpieczeństw obecnego wieku zdaje się być niezbędna w celu ochrony i przeciwdziałania. Ponadto każdy, kto prowadzi edukację w zakresie zagrożeń technologicznych, powinien zadbać o własną wiedzę i jej ciągłe uaktualnianie⁵.

INTERNET – MASZYNA NIE DO ZATRZYMANIA

W serwisie społecznościowym należącym do Google jest publikowanych około 400 godzin materiału filmowego na minutę. Choć istnieją różnego rodzaju kontrole nadzorujące treści (czego przykładem może być cenzura dotycząca twórców działających za pośrednictwem portalu youtube.com), niemożliwością jest przefiltrowanie takiej ilości materiału. Dodatkowo problem może być analizowany z perspektywy wolności słowa i swobody twórczej. W tym przypadku jakakolwiek cenzura i blokowanie treści może być postrzegana jako

⁵ Pyżalski J. *Agresja elektroniczna wśród dzieci i młodzieży*, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 2011.

KONIEC ŚWIATA ZWIASTUJĄ PATOSTREAMY

ograniczenie autonomii twórcy. Jednakże prawdą jest, że dostęp do zagrażających treści za pomocą Internetu jest zatrzważająco łatwy.

PATOSTREAMY JAKO „KONTROWERSYJNA SZTUKA NOWOCZESNA”

Jednym z rodzajów internetowej twórczości są patostreamy. Nazwa jest połączeniem dwóch słów: „patologia” i „stream” (inaczej: transmisja strumieniowa). Filmy tego typu są przekazem na żywo, ukazującym wielokrotnie patologiczne, niemoralne oraz zagrażające zachowania⁶. Paweł Siedlanowski ujmuje zjawisko patostreamingu jako amatorskie filmiki (...), ukazujące na wizji patologiczne zachowania: upijanie się do nieprzytomności, wyzwiska, awantury, bójki, poniżanie, podpalanie kolegów, wymioty, załatwianie się do wiaderka⁷. W filmach występują sami twórcy, choć niejednokrotnie towarzyszą im inne osoby, np. partnerzy, rodzina, znajomi lub inni patostreamerzy. Patostreamy nie są serialami, nie mają ukształtowanego początku ani końca, twórcy nie postępują się scenariuszem. Rozpoczynają się wraz z włączeniem kamery internetowej⁸.

Opisywane zjawisko jest rozpowszechniane poprzez polskie i zagraniczne strony internetowe, zajmujące się tzw. streamingiem, czyli transmisjami prowadzonymi na żywo przez niezależnych twórców. Wśród stron oferujących tego typu „rozrywkę” znajdują się między innymi: Stream.me, Stream.cz, Mixer.com, Streamerzy.pl, Bandicam.com. Co istotne, wymienione strony internetowe nie są profilowane wyłącznie pod patostreaming. Wielu twórców umieszcza na nich transmisje poświęcone innej tematyce, np. vlogowanie podróży, streamy gier komputerowych (zwane gameplayerami),

wideoporadniki czy też relacjonowanie wydarzeń i eventów (sportowych, artystycznych itd.).

Tym, co odróżnia patostreamy od innych streamów internetowych, jest przede wszystkim treść. Twórcy patostreamingu promują destrukcyjne i ryzykowne zachowania. Podczas trwających często wiele godzin transmisji możemy być świadkami obrażania i poniżania innych, prowokowania sytuacji zagrażających życiu i zdrowiu osób występujących w streamie, zachowań dziwacznych i nieuzasadnionych, zachowań seksualnych, przemocy, agresji oraz autoagresji.

PROBLEM W UJĘCIU NAUKOWYM ZJAWISKA

Temat patostreamów pojawia się w literaturze naukowej stosunkowo rzadko. Po wpisaniu hasła „patostream” w serwisie Google Scholar możemy odnaleźć trzy artykuły (stan na 5 maja 2019). Dodatkowym utrudnieniem jest to, że autorzy tekstów jedynie wzmiankują omawiane zjawisko. Wielokrotnie jest ono traktowane pobieżnie i opisywane z licznymi uproszczeniami. Jak zauważa Eunika Baron-Polańczyk w swym artykule „Algorytmy vs prawo – uważaj, jak się uczysz!”⁹, w którym między innymi opisuje zjawisko patostreamingu, część materiału filmowego trafia na platformę youtube.com (zwykle w postaci tzw. shotów), lecz nie wszystkie są na nim tworzone. Patostreaming może pojawić się na takich platformach, które umożliwiają widostrumieniowanie. Choć strona youtube.com daje taką możliwość, daje również możliwość blokowania działalności twórców na podstawie tzw. wytycznych dla społeczności. Dodatkowo inni użytkownicy youtube.com mogą zgłosić dany profil jako promujący treści amoralne i zagrażające.

Problemem dla próby zrozumienia i wyjaśnienia zjawiska patostreamingu jest brak rzetelnych badań eksperymentalnych i systematycznych opisów przypadków. Kolejnym utrudnieniem może być

⁶ Baron-Polańczyk E. *Algorytmy vs prawo – uważaj, jak się uczysz!* Komitet Naukowy/Scientific Committee 2018, s. 127.

⁷ Siedlanowski P. *Patologia na piedestale. Próba oceny zjawiska patostreamu, jego źródeł i wpływu na rozwój dzieci i młodzieży* [w:] Jędrzejko M.Z., Szwedzik A. [red.] *Pedagogika i profilaktyka społeczna. Nowe wyzwania, konteksty, problemy*, Oficyna Wydawnicza ASPRA, Warszawa 2018, s. 128.

⁸ Ibidem.

⁹ Baron-Polańczyk E. op. cit.

MAŁGORZATA NAJDEK RAFAŁ WĘGRZYN

problem ze stworzeniem procedury oraz etycznymi aspektami prowadzenia takich badań. Obecnie większość wniosków wyciąganych przez obserwatorów zjawiska to jedynie hipotezy. Odpowiedzi na pytania, dotyczące m.in. popularności patostreamów, charakterystyki widzów i twórców transmisji to jedynie domysły.

PATOBIZNES JAKO WYRAZ PRZEDSIĘBIORCZOŚCI TWÓRCÓW

Obserwując zjawisko patostreamingu, można zadać pytanie, dlaczego twórcy filmów podejmują się tak zagrażającej aktywności. Okazuje się, że patostreamowanie jest niezwykle opłacalne pod względem finansowym. Sylwester Wardęga¹⁰, jeden z pierwszych polskich youtuberów, w wywiadzie dla „Newsweek Opinie” podaje, że analiza jednej z publikowanych transmisji popularnego patostreamera wykazała, że twórca otrzymał od fanów 3000 zł w przeciągu 10 minut wideo. Powołując się na wiadomości prywatne przyznaje, że najpopularniejsi polscy patostreamerzy mogą zarabiać od 15 000 do 40 000 zł miesięcznie. Zarobki cieszących się mniejszą sławą twórców mogą przekraczać 1000 zł miesięcznie. Choć patostreaming nie jest oficjalnym zawodem, w polskiej przestrzeni Internetu można znaleźć ludzi, którzy dzięki niemu mogą się utrzymać, a nawet bardzo dobrze zarabiać.

Jedną z reguł obowiązujących na patostreamach jest realizowanie wymyślanych przez widzów zadań, których mają podjąć się „bohaterowie” transmisji. Wśród popularnych zadań wyznaczanych przez odbiorców są: picie alkoholu w dużych ilościach (tego typu materiał filmowy nosi nazwę „drunkstream”), przekleństwa i wyzwiska kierowane w stronę konkretnej osoby, dopuszczanie się przemocy lub autoagresji, zachowania seksualne i okołosexualne, w tym namawianie innych odbiorców filmu do obnażania się w Internecie, upublicznianie

treści pornograficznych, nawoływanie do linczu lub hejtu konkretnej osoby.

Analizując powyższe dane, można dojść do wniosku, że niejednokrotnie to sami widzowie dobrowolnie uczestniczą w tworzeniu kanału oraz przyczyniają się do pogłębienia patologicznego wydźwięku transmisji.

JAK WYCENIĆ PATOLOGIE?

Widzowie kanałów patostreamowych mają możliwość dokonywania wpłat na konto twórcy. Jeżeli wyznaczają zadanie do zrealizowania przez streamera, istnieje większe prawdopodobieństwo, że zostanie ono wykonane, jeżeli widz za to zapłaci. Wpłaty na konto są znane pod nazwą „donejty” (słowo stworzone z języka angielskiego „donates” – darowizny). Zadania mają niezwykle różny charakter, począwszy od zwykłych pozdrowień na wizji, skończywszy na opisywanych wcześniej drunkstreamach, przemocy czy innych zagrażających zachowaniach.

Można odnieść wrażenie, że widzowie intuicyjnie wiedzą, w jaki sposób wycenić poszczególne zadania. Obserwując transmisje, niejednokrotnie można zauważyć, że wraz z poziomem „trudności” zadania rośnie kwota pieniędzy wpływająca na konto streamera. Istotne jest to, że wszystkie wpłaty odbywają się w sposób jawny. Podczas transmisji na ekranie wyświetla się, jaka suma została w danym momencie wpłacona oraz nick osoby wpłacającej, tzw. donejta. Dodatkowo autor streama nagradza osoby wpłacające najwięcej, tworząc listę najbardziej hojnych widzów. Lista zawiera kilka pseudonimów wraz z dokładną kwotą przelaną na konto streamera.

Wielokrotnie patostreamerzy tworzą czasowe „cele finansowe”, w których zawierają kwotę, którą chcieliby zarobić podczas konkretnej transmisji. Widzowie mogą obserwować wskaźnik, w jakim procencie cel pieniężny został osiągnięty.

¹⁰ Odcinek programu „Newsweek Opinie” poświęcony patostreamom; gościem Renaty Kim był youtuber Sylwester Wardęga. <https://vod.pl/programy-onetu/newsweek-opinie-sylwester-wardega-2703/s2cpvp4> (data publikacji: 27.03.2018).

KONIEC ŚWIATA ZWIASTUJĄ PATOSTREAMY

PATOSTREAM JAKO RODZAJ OSOBLIWEJ SPOŁECZNOŚCI INTERNETOWEJ

Widzowie kanałów poszczególnych patostreamerów podczas transmisji mają możliwość komunikowania się z twórcą oraz innymi widzami transmisji za pośrednictwem chatu tekstowego. Wśród treści zamieszczanych na tego typu komunikatorach wielokrotnie pojawiają się wyzwiska kierowane wobec patostreamera oraz komentarze dotyczące jego aktualnej aktywności na streamie.

Budowanie społeczności patostreamowej jest wspierane przez to, że podczas transmisji widzowie mogą za pomocą komentarzy i wplotów zachęcać streamera do podejmowanej przez niego aktywności¹¹. Poczucie sprawczości może mieć wpływ na zwiększenie motywacji obserwatorów do dalszego oglądania kanału twórcy. Dodatkowo możliwość sprawowania kontroli nad aktywnością streamera, prezentowaną podczas transmisji, przekształca widzów w uczestników wydarzeń¹².

„ZAPOTRZEBOWANIE NA OKRUCIEŃSTWO”

Paweł Siedlanowski w swych rozważaniach na temat patostreamów w sieci przywołuje historię człowieka, począwszy od hominidów – istot człowiekowatych uwieczniających na skalnych malowidłach swe krwawe walki, poprzez wyrafinowane tortury Persów czy Rzymian, którym towarzyszyły tłumy ludzi, a skończywszy na publicznych wyrokach śmierci wykonywanych w Europie. Okrucieństwo stanowiło wówczas rozrywkę, rozładowało i dostarczało emocji, było odpowiedzią na wewnętrzne potrzeby ludu.

Okrucieństwo jest towarem, który odwiecznie dobrze się sprzedaje, a nowe technologie dostarczyły jedynie nowych metod prezentacji¹³. W przypadku patostreamów mamy do czynienia z agresją

wymierzaną w dwie strony. Patostreamerzy dopuszczają się dziwacznych i zagrażających zachowań podczas transmisji, swoim działaniem wyrażają przemoc względem swoich widzów. Z drugiej strony odbiorcy piszący negatywne komentarze oraz namawiający do zagrażających zachowań streamera również dopuszczają się przemocy.

To że kontakt pomiędzy odbiorcami a streamerem odbywa się jedynie w przestrzeni online, ułatwia widzom dopuszczanie się agresji w formie obraźliwych komentarzy. Dodatkowo odbiorcy pozostają anonimowi, schowani za wymyślnymi nickami, co stanowi ochronę przed negatywnymi konsekwencjami bycia sprawcą przemocy¹⁴.

CO MÓWIĄ PATOSTREAMERZY O SWOJEJ „TWÓRCZOŚCI”?

Internet, pełniący funkcję środka przekazu, ma charakter neutralny i sam w sobie nie jest ani pożyteczny, ani szkodliwy¹⁵. Jedynie sposób wykorzystania sieci komputerowej wpływa na to, czy staje się ona źródłem korzyści, czy też źródłem zagrożeń, nadużyć i przestępstw¹⁶.

Człowiek współczesny kuszony jest przekraczaniem granic tego, co dobre i złe, tego co jednoznacznie szkodliwe, często nieodwracalne¹⁷. Poprzez możliwość obserwacji zachowań innych osób w środowisku wirtualnym możliwa jest nieustająca edukacja¹⁸. Jak słusznie zauważa Barbara Szmigielska, w sieci każdy jest edukowany i każdy jest edukatorem¹⁹, jednak nikt

¹⁴ Pyżalski J. *Polscy nauczyciele i uczniowie a agresja elektroniczna – zarys teoretyczny i najnowsze wyniki badań* [w:] Jędrzejko M.Z., Sarzała D. [red.] *Człowiek i uzależnienia*, Akademia Humanistyczna im. Aleksandra Gieysztor, Oficyna Wydawnicza ASPRA-JR, Pułtusk-Warszawa 2010.

¹⁵ Greenfield P., Yan Z. *Children, adolescents, and the Internet: A new field of inquiry in developmental psychology*, „Developmental psychology” nr 42(3)/2006, s. 391.

¹⁶ Tomsia K. op. cit. s. 21.

¹⁷ Jędrzejko M.Z., Szwedzik A., Sarzała D., Sieroń R., Błaszczuk A., Bębas S. *Młode pokolenie w zawirowanej rzeczywistości. Podsumowanie – dlaczego nie wolno się poddawać?* [w:] Jędrzejko M., Szwedzik A. [red.] *Pedagogika i profilaktyka społeczna. Nowe wyzwania, konteksty, problemy*, Oficyna Wydawnicza ASPRA, Warszawa 2018, s. 121-137.

¹⁸ Greenfield P., Yan Z. op. cit.

¹⁹ Szmigielska B. *Całe życie w Sieci*, Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków 2008, s. 7.

¹¹ Siedlanowski T. op. cit.

¹² Ibidem.

¹³ Ibidem.

MAŁGORZATA NAJDEK RAFAŁ WĘGRZYN

Internet, pełniący funkcje
środku przekazu,
ma charakter neutralny
i sam w sobie nie jest ani
pożyteczny, ani szkodliwy.
Jedynie sposób wykorzystania
sieci komputerowej wpływa
na to, czy staje się ona
źródłem korzyści,
czy też źródłem zagrożeń,
nadużyć i przestępstw.

nie ponosi odpowiedzialności za różnego rodzaju skutki procesów edukacyjnych.

Na podstawie wypowiedzi niektórych patostreamerów można odnieść wrażenie, że nie postrzegają oni swojej aktywności jako zagrażającej. W wywiadzie udzielonym dla TVN UWAGA! znany patostreamer Rafatus przyznaje: Nie znam pojęcia patologii, bo nigdy w niej nie uczestniczyłem²⁰. Z kolei Gural dokonuje swego rodzaju rozproszenia odpowiedzialności, uznając, że jej część za patologiczne czyny twórcy ponoszą widzowie: to nie jest tak, że ja jestem w stu procentach winny, (...) to wszyscy Ci ludzie zebrali te brudy na mnie i wrzucili do Internetu. (...) Razem budowaliśmy ten kanał.

Inny popularny patostreamer DanielMagical, podsumowując swoją internetową aktywność podczas wywiadu dla TVN UWAGA!, przyznaje: Dobrze się czuję, w tym co robię. (...) Gdyby nie to, co robiłem, czyli piłem, robiłem, jak to się mówi, dymy, nie byłbym

tu, gdzie jestem teraz (...). Ja doszedłem do tego bardzo ciężko, nic nie ukradłem²¹. Na podstawie tej wypowiedzi można uznać, że patostreamer ma poczucie uczciwego zarobku dzięki ciężkiej pracy budowania kanału.

Internet staje się publiczną przestrzenią prywatną, w której to, co osobiste, zaczyna być prezentowane całemu światu w sposób bezrefleksyjny. DanielMagical podczas rozmowy z dziennikarzem mówił: ja się tego nie wstydzę (...). To jest prywatne życie, w swoim mieszkaniu mogę wszystko robić. Z kolei inny twórca, Rafatus, przyznał: Ja tego nie robię na ulicy, ja po ulicach nawet pijany nie chodzę, więc o co chodzi?

Zastanawiające są powody, dla których ludzie podejmują taką działalność w Internecie. Rafatus, poproszony podczas wywiadu o uzasadnienie swojego postępowania, stwierdził: Piłem z nudów. Dla korzyści materialnych po części... może (...) dlatego, żeby stać się kimś. Swoją cyfrową aktywność nazywa „kontrowersyjną sztuką nowoczesną”, jednocześnie dodając: To był show biznes (...), ja na to poświęciłem wiele czasu, więc jestem po części artystą. Twórcy kanałów zdają się nie tylko nie widzieć zagrożeń płynących z ich aktywności, ale, co ciekawe, dostrzegają wręcz same korzyści. Partnerka Rafatusa, która wielokrotnie uczestniczyła w jego transmisjach, w wywiadzie dla TVN UWAGA!, oceniając aktywność patostreamera, powiedziała: Dobrze jest to, że streamuje, rozbawia widzów i robi show.

PATOSTREAMY – ROZRYWKA DLA NIELETNICH

W czasach nowych technologii dorasta pokolenie, które nie zna życia pozbawionego telefonów, komputerów, Internetu i innych zdobyczy

²⁰ UWAGA! Kim są patostreamerzy? Historia Rafatusa (odcinek 5278, Sezon 22, 2018), <https://player.pl/programy-online/uwaga-odcinki,351/odcinek-5278,S22E5278,101882>

²¹ Patologia na żywo, czyli świat patostreamerów. Interwencja dziennikarska Ryszarda Cebuli dla UWAGA PO UWADZE TVN, <https://uwaga.tvn.pl/uwaga-po-uwadze,2680,n/patologia-na-zywo-czyli-swiat-patostreamerow-oficjalna-strona-programu-uwaga-tvn,273874.html> (data publikacji: 17.09.2018).

KONIEC ŚWIATA ZWIASTUJĄ PATOSTREAMY

technologicznych²². Nowe media zastępują powoli stare, takie jak radio czy telewizja. Starsze pokolenie musi zmierzyć się z brakiem wystarczających kompetencji do obsługi nowych technologii, zatem dzieci stają się edukatorami medialnymi dla swoich rodziców i dziadków. Badania Teresy Correa²³ wykazały, że dzieci uczą rodziców (najczęściej matki) korzystania z komputerów, technologii mobilnej i Internetu. Rodzice jednak (zwłaszcza ojcowie) często nie zauważają i nie doceniają wysiłków edukacyjnych dzieci.

Zdecydowaną większość użytkowników Internetu stanowi młodzież²⁴. Według badań Pawła Siedlanowskiego, przeprowadzonych w marcu 2018 roku, a dotyczących znajomości przez młode pokolenie przestrzeni patostreamowej, dzieci dysponują dużą wiedzą na temat pseudonimów twórców kanałów patostreamowych. Temat okazał się znany uczniom klasy V i starszym, natomiast wśród młodszych dzieci zdarzały się przypadki, w których za przyczyną starszego rodzeństwa dzieci zetknęły się z transmisjami patostreamowymi.

Według opisywanych badań, w których brało udział 220 uczniów klas podstawowych i gimnazjalnych, młodzi respondenci najczęściej biorą bierny udział w streamach (raczej nie piszą komentarzy i nie dokonują wpłat).

WALKA O BEZPIECZEŃSTWO DZIECI I MŁODZIEŻY

Umiejętność korzystania z nowych technologii jest obecnie czymś porównywalnym z umiejętnością czytania i pisania, dlatego też warto jest przygotować młodego człowieka do właściwego korzystania z mediów elektronicznych, ze szczególnym uwzględnieniem wiedzy na temat zagrożeń²⁵.

Podstawą ochrony i przeciwdziałania istniejącej patologii w sieci zdaje się być świadomość zagrożeń oraz ustawiczne uaktualnianie informacji na temat pojawiających się zjawisk. Ponadto niezbędna jest wiedza na temat różnych rozwiązań technologicznych umożliwiających obronę przed niebezpieczeństwami wynikającymi z wszechobecnej cyfryzacji²⁶.

Warto zapoznać się z informacjami dostarczanymi przez dostawców usług sprzętów i oprogramowań technologicznych, które w swej ofercie proponują tzw. programy chroniące. Instalacja i użytkowanie tego typu programu umożliwi między innymi: kontrolowanie oraz ograniczenie czasu spędzanego przez dziecko w Internecie, monitorowanie aktywności na stronach internetowych oraz w mediach społecznościowych, regulowanie dostępu do stron i aplikacji sieciowych. Istnieje możliwość instalacji programów chroniących zarówno w komputerze, jak i w telefonie, z którego dziecko korzysta.

Paradoksalnie, najwięcej o możliwościach technologicznych i wykorzystywaniu ich do obrony przed zagrożeniami wiedzą sami młodzi ludzie²⁷. Rolą opiekuna lub nauczyciela może okazać się stworzenie sytuacji, podczas których to właśnie dzieci i młodzi ludzie będą mogli swobodnie wypowiedzieć się na temat zagrożeń i prewencji²⁸. ●

BIBLIOGRAFIA

1. Aboujaoude E. *Wirtualna osobowość naszych czasów. Mroczna strona e-osobowości*, Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków 2012.
2. Adamski A. *Media w analogowym i cyfrowym świecie. Wpływ cyfrowej rewolucji na rekonfigurację komunikacji społecznej*, Elipsa, Warszawa 2012.

²² Morbitzer J. op. cit.

²³ Correa T. *Bottom-up technology transmission within families: Exploring how youths influence their parents' digital media use with dyadic data*, „Journal of communication” nr 64(1)/2013, s. 103-124.

²⁴ Szmigielska B. op. cit. s. 10.

²⁵ Tomsia K. op. cit. s. 19.

²⁶ Pyżalski J. *Agresja...*, ibidem, s. 132.

²⁷ Ibidem.

²⁸ Ibidem.

**MAŁGORZATA NAJDEK
RAFAŁ WĘGRZYN**

TEORIE I BADANIA

3. Baron-Polańczyk E. *Algorytmy vs prawo – uważaj, jak się uczysz!* Komitet Naukowy/Scientific Committee 2018.
4. Correa T. *Bottom-up technology transmission within families: Exploring how youths influence their parents' digital media use with dyadic data*, „Journal of communication” nr 64(1)/2013.
5. Greenfield P., Yan Z. *Children, adolescents, and the Internet: A new field of inquiry in developmental psychology*, „Developmental psychology” nr 42(3)/2006.
6. Jędrzejko M.Z., Szwedzik A., Sarzała D., Sieroń R., Błaszczuk A., Bębas S. *Młode pokolenie w zawirowanej rzeczywistości. Podsumowanie – dlaczego nie wolno się poddawać?* [w:] Jędrzejko M.Z., Szwedzik A. [red.] *Pedagogika i profilaktyka społeczna. Nowe wyzwania, konteksty, problemy*, Oficyna Wydawnicza ASPRA, Warszawa 2018.
7. Morbitzer J. *O istocie medialności młodego pokolenia*, „Neodidagmata” nr 33-34/2012.
8. Orliński W. *Internet. Czas się bać*, Agora SA, Warszawa 2013.
9. Pyżalski J. *Agresja elektroniczna wśród dzieci i młodzieży*, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 2011.
10. Pyżalski J. *Polscy nauczyciele i uczniowie a agresja elektroniczna – zarys teoretyczny i najnowsze wyniki badań* [w:] Jędrzejko M.Z., Sarzała D. [red.] *Człowiek i uzależnienia*, Akademia Humanistyczna im. Aleksandra Gieysztora, Oficyna Wydawnicza ASPRA-JR, Pułtusk-Warszawa 2010.
11. Siedlanowski P. *Homo crudelis? Patostream – kolejna patologia w sieci*, „Biuletyn Edukacji Medialnej” nr (2)/2018.
12. Siedlanowski P. *Patologia na piedestale. Próba oceny zjawiska patostreamu, jego źródeł i wpływu na rozwój dzieci i młodzieży* [w:] Jędrzejko M.Z., Szwedzik A. [red.] *Pedagogika i profilaktyka społeczna. Nowe wyzwania, konteksty, problemy*, Oficyna Wydawnicza ASPRA, Warszawa 2018.
13. Spitzer M. *Cyberchoroby: jak cyfrowe życie rujnuje nasze zdrowie*, Wydawnictwo Dobra Literatura, Poznań 2016.
14. Spitzer M. *Cyfrowa demencja*, Wydawnictwo Dobra Literatura, Poznań 2007.
15. Szmigielska B. *Całe życie w Sieci*, Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków 2008.
16. Tomsia K. *Wiedza dziecka na temat komputera i Internetu* [w:] Szmigielska B. *Całe życie w Sieci*, Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków 2008.

NETOGRAFIA

1. *Patologia na żywo, czyli świat patostreamerów*. Interwencja dziennikarska Ryszarda Cebuli dla UWAGA PO UWADZE TVN, <https://uwaga.tvn.pl/uwaga-po-uwadze,2680,n/patologia-na-zywo-czyli-swiat-patostreamerow-oficjalna-strona-programu-uwaga-tvn,273874.html> (data publikacji: 17.09.2018).
2. UWAGA! *Kim są patostreamerzy? Historia Rafatusa* (odcinek 5278, Sezon 22, 2018), <https://player.pl/programy-online/uwaga-odcinki,351/odcinek-5278,S22E5278,101882>.
3. *Eldorado „patostreamerów”. Ile można zarobić na poniżaniu, obrażaniu i wyzywaniu ludzi?* <https://www.newsweek.pl/polska/spoleczenstwo/ile-zarabiaja-patostreamerzy-newsweek-opinie/9bltwe3> (data publikacji: 28.03.2018).
4. Odcinek programu „Newsweek Opinie” poświęcony patostreamom; gościem Renaty Kim był youtuber Sylwester Wardęga, <https://vod.pl/programy-onetu/newsweek-opinie-sylwester-wardega-2703/s2cpvp4> (data publikacji: 27.03.2018).
5. Popularny youtuber namawiał nastolatki do rozbiegania się przed kamerką. Były przekonane, że to prywatna transmisja, <https://www.newsweek.pl/opinie/sylwester-wardega-oguralu-ktory-namawial-nastolatki-do-rozbiegania-sie-przed-kamerka/x39qlm7> (data publikacji: 27.03.2018).

SEKSUALNOŚĆ W INTERNECIE – ZAGROŻENIA I KORZYŚCI DLA ROZWOJU PSYCHOSEKSUALNEGO DZIECI I MŁODZIEŻY

ANETA PRZEDLACKA jest psycholożką w trakcie certyfikacji na seksuologa klinicznego. Od 12 lat pracuje w placówkach oświatowych z dziećmi i młodzieżą, wspierając ich w rozwoju. Prowadzi własną praktykę psychologiczno-seksuologiczną oraz szkolenia z zakresu rozwoju psychoseksualnego. Członek Polskiego Towarzystwa Seksuologicznego.



SEKSUALNOŚĆ W INTERNECIE – ZAGROŻENIA I KORZYŚCI DLA ROZWOJU PSYCHOSEKSUALNEGO DZIECI I MŁODZIEŻY

ANETA PRZEDLACKA

Aby dokonać analizy zagrożeń i korzyści dla seksualności, wynikających z korzystania z Internetu, warto na początku zadać sobie pytanie, na czym rozwój ten polega, jak przebiega oraz jakie wyznacza zadania na poszczególnych etapach. Kluczowym zaś wstępem do moich rozważań będzie podkreślenie dwóch aksjomatów: po pierwsze – seksualność należy do wrodzonych funkcji organizmu, jest jego naturalną potrzebą zdeterminowaną działaniem trzech grup czynników: biologicznych, psychicznych i społecznych; po drugie – ludzie są istotami seksualnym przez całe życie, od narodzin aż do śmierci. Uznając seksualność za nieodłączny atrybut człowieka, łatwiej jest nam spojrzeć na związane z nią wyzwania, cieszyć się jej nowymi aspektami i z pokorą przyjmować jej ograniczenia.

Rozwój psychoseksualny człowieka ma charakter ciągły, przebiegający od narodzin aż do śmierci. Oznacza to, że dzieci – także małe, przed osiągnięciem dojrzałości płciowej – są również istotami seksualnymi, zdolnymi do ekspresji swojej seksualności w sposób typowy dla wieku i poziomu rozwoju.

Ponadto rozwój ten jest bardzo intensywny i przebiega w wielu obszarach jednocześnie – w sferze fizycznej, poznawczej, emocjonalnej, społecznej, moralnej. Zdecydowana większość autorów mówi o fazowym przebiegu rozwoju psychoseksualnego, w którym kolejne etapy nakładają się na siebie, jeden na drugi, aż do momentu wykształcenia podstawowych struktur, niezbędnych do efektywnego funkcjonowania w środowisku ludzkim.

Rozwój psychoseksualny to proces obejmujący wszystkie zjawiska związane z posiadaniem płci. Jest to: dążenie do osiągnięcia integracji całej osobowości, kształtowanie się akceptacji własnej płci, kształtowanie się roli kobiecej/męskiej, rozwój świadomości ewolucji własnego erotyzmu.

Otto Kernberg dzieli rozwój psychoseksualny na trzy etapy: dzieciństwo, dojrzewanie i dorosłość, twierdząc, że każdy z nich ma odrębny charakter, każdy opiera się na dokonaniach etapów wcześniejszych i stanowi podstawę do kształtowania się następnych.

ANETA PRZEDLACKA

TEORIE I BADANIA

Należy pamiętać, że dążność do kontaktu seksualnego nigdy nie mija – zmianie podlegają tylko jego formy, poziom podniecenia i pożądania. Towarzyszy mu nieodłącznie potrzeba bliskości i miłości, a więc ludzka potrzeba tworzenia więzi dających poczucie akceptacji, bezpieczeństwa i sensu życia.

Intensywny rozwój Internetu i coraz większa dostępność dzieci i młodzieży do sieci wiąże się z coraz większą skalą zagrożeń. W naszym kraju dzieci i młodzież stanowią zdecydowaną większość użytkowników Internetu. Jak podaje raport Fundacji Dajemy Dzieciom Siłę „Bezpieczeństwo dzieci korzystających z Internetu”, większość z nich zaczyna korzystać z sieci w wieku 5-9 lat. W związku z tym moje rozważania koncentrować się będą na późnym dzieciństwie oraz całym etapie dorastania.

Na początek warto usystematyzować wiedzę związaną z zagrożeniami online. W najprostszym ujęciu (znanym od angielskiego akronimu jako „model 3C”) zagrożenia te mogą się wiązać:

- z niewłaściwymi lub szkodliwymi treściami, z jakimi mogą się zetknąć dzieci i młodzież w Internecie (*content*),
- z niebezpiecznymi osobami, które będą się chciały z nimi kontaktować w Internecie (*contact*),
- z niebezpiecznymi działaniami, jakie mogą sami podejmować, a które mogą mieć dla nich przykre konsekwencje (*conduct*).

Spróbujmy przyjrzeć się skrótowo tym trzem poziomom zagrożeń.

NIEBEZPIECZNE TREŚCI

Jako numer jeden w tej kategorii wymieniane są materiały pornograficzne, które mimo prawnych zakazów ciągle są w łatwy sposób dostępne także dla niepełnoletnich użytkowników. Serwisy pornograficzne często zestawiają ze sobą erotykę i tzw. miękką pornografię z obrazami i filmami

ukazującymi seks pełen aberracji i przemocy. Według badań wspomnianej już wyżej Fundacji Dajemy Dzieciom Siłę, przeprowadzonych na zlecenie Ministerstwa Zdrowia w ramach Narodowego Programu Zdrowia 2016-2020, aż 43% młodych Polaków w wieku 11-18 lat ma kontakt z pornografią, w tym 18% co najmniej raz w tygodniu. Z takimi materiałami styka się 28% dzieci w wieku 11-14 lat. Dwa razy częściej na treści pornograficzne trafiają dzieci, których rodzice nie ustalili zasad dotyczących korzystania z Internetu.

Ponieważ dzieci mają ogromną potrzebę poszukiwania informacji, a w późniejszym wieku wzmożoną potrzebę zaspokajania popędu seksualnego, są niezwykle podatne na takie treści.

Młody człowiek zaczyna zdawać sobie sprawę, co jest przedmiotem tego napięcia i jakie są sposoby jego rozładowania. Drogą indywidualnego doświadczenia znajduje sposób, aby rozładować napięcie seksualne – tym sposobem jest masturbacja. Masturbacja młodzieńcza i okresu dorobności, w przeciwieństwie do tzw. masturbacji wczesnodziecięcej, jest połączona z fantazją erotyczną. Młody człowiek, który nie ma w tym względzie bezpośrednich doświadczeń, może czerpać te fantazje właśnie z pornografii. I tu z „pomocą” przychodzi mu Internet jako najłatwiejsze i najszybsze źródło takich materiałów. Pornografia wpływa na dzieci i młodzież, wykorzystując ich niewiedzę i niedojrzałość psychiczną. Stawia ich wobec doświadczeń przerastających ich zdolności adaptacyjne oraz dostarcza wzorców do niewłaściwych zachowań. Zaciera się bowiem w ich umyśle granica między rzeczywistością a fikcją. Może pojawić się także napięcie emocjonalne, zespół nadpobudliwości psychoruchowej lub zahamowania psychoruchowego (apatii), objawy nerwicowe, a także zaburzenia psychosomatyczne. U niektórych dzieci, zwłaszcza młodszych, pod wpływem takich obrazów kształtują się postawy lękowe (dzieci bojaźliwe), postawy lękowo-agresywne (lęk wywołuje agresję), u innych następuje „znieczulenie” (dzieci agresywne). Kontakt z treściami pornograficznymi może powodować również erotyzację psychiki dziecka oraz jego

SEKSUALNOŚĆ W INTERNECIE – ZAGROŻENIA I KORZYŚCI DLA ROZWOJU PSYCHOSEKSUALNEGO DZIECI I MŁODZIEŻY

przedwczesne rozbudzenie seksualne. U niektórych dzieci, zwłaszcza u dziewcząt, psychoseksualny rozwój może zostać zaburzony w kierunku podatności na uwiedzenie lub oddawanie się prostytucji albo przyczynić się w ich dorosłym życiu do dewiacji seksualnych, np. pedofilii, transwestycyzmu, fetyszyzmu. Oglądanie scen przemocy seksualnej mocniej oddziałuje na psychikę dziewczynek. Wywołuje u nich lęk przed mężczyznami, co wpływa negatywnie na kształtowanie potrzebnych do rozwoju dojrzałej osobowości kontaktów z płcią przeciwną. To natomiast pociąga za sobą lęk przed współżyciem seksualnym i małżeństwem, może spowodować zwrócenie się w kierunku zachowań homoseksualnych, wpływa na tolerowanie przemocy seksualnej uznawanej za normalną formę ekspresji emocji, a nawet za jedyne źródło uzyskiwania zadowolenia seksualnego (tendencje masochistyczne). W przypadku chłopców kontakt z tzw. twardą pornografią może zachęcać do dokonywania gwałtów, molestowania seksualnego słabszych od siebie, prowadzić do ukierunkowania ich seksualności w stronę patologicznych zachowań, a w bardziej drastycznych przypadkach nawet do przestępstw seksualnych.

Pornografia modeluje u dzieci wypaczony i negatywny obraz świata i relacji międzyludzkich. Świat jawi się jako rzeczywistość, która nie jest w stanie zaspokoić ich podstawowych potrzeb: bezpieczeństwa i miłości. Dla młodego widza twarda pornografia stanowi jasny przekaz: świat jest pełen seksu i agresji, życie dorosłych wypełniają seks i agresja, celem życia jest czerpanie satysfakcji z seksu i agresji, ludzie są po to, aby ich wykorzystywać lub znęcać się nad nimi, trzeba się przed nimi bronić przez atak, seks nie ma nic wspólnego z miłością, więzią i czułością. Taki zniekształcony obraz świata nie zachęca do wejścia w dorosłość, a jedynie napawa obawą i niepokojem. Nie udziela także odpowiedzi na pytanie „po co żyć?”, nie motywuje do samorozwoju, co jednoznacznie wpływa na pojawienie się stanów depresyjnych, powoduje unik w kierunku uzależnień, a także pojawienie się myśli i prób samobójczych.

Kreowany przez pornografię czarny obraz rzeczywistości przedstawia przewagę ludzkich złych stron nad dobrymi, nastawienie na „posiadać, korzystać, a nie – być”. Dzieci i młodzież nabierają przekonania, że takie właśnie zachowania i postawy są pożądane i oczekiwane przez innych, w związku z tym utożsamiają się z nimi i przenoszą te zachowania, często patologiczne i dewiacyjne, do własnego życia. Podobnie jest z przemocą i agresją seksualną prezentowanymi w Internecie. Stanowią one źródło wskazówek patologii seksualnych i technik stosowania przemocy. Kształcą rolę sprawcy i rolę obojętnego obserwatora, który hamuje się przed współczuciem ofierze i niesieniem jej pomocy. Siła oddziaływania tych środków na psychikę dzieci i młodzieży jest uzależniona od przedstawianych rodzajów przemocy i patologii seksualnych oraz nasilenia agresji, bezwstydnosci i nieprzyzwoitości.

Niestety, zaprezentowany przeze mnie obraz negatywnych skutków styczności dzieci i młodzieży z treściami pornograficznymi w Internecie ma swoje potwierdzenie w licznych badaniach naukowych, praktykach klinicznych i konieczności terapii osób uzależnionych od pornografii, a także procesach sądowych osób dokonujących czynów przestępczych pod wpływem korzystania z materiałów pornograficznych. Pornografia działa na każdego, kto ma z nią kontakt. Warto zdawać sobie sprawę, że negatywne konsekwencje mogą być widoczne od razu albo dopiero po upływie wielu lat. Do późniejszych następstw zaliczyć można: dewaluację wartości rodziny, przeinaczanie istoty kobiecości i męskości, zwiększenie ryzyka pojawienia się przestępczości i zachowań antyspołecznych. Wiktor B. Cline zauważył następujące skutki oddziaływania pornografii (syndrom czterech charakterystycznych objawów):

- 1. Efekt uzależnienia** – zainteresowanie pornografią przyczynia się do większego zaangażowania i sięgania po coraz to nowsze pisma i wideokasety. Materiały te dostarczają silnego pobudzenia płciowego, które najczęściej realizowane jest przez masturbację. Poza tym wyobraźnię wypełniają silnie podniecające sceny, które są często

ANETA PRZEDLACKA

- przywoływane w pamięci i rozwijane w formie własnych fantazji;
2. **Efekt eskalacji** – poszukiwanie materiałów coraz bardziej wyrazistych, drastycznych, dewiacyjnych w celu utrzymania się na dotychczasowym poziomie pobudzenia;
 3. **Tracenie wrażliwości** – materiały, które początkowo postrzegano jako szokujące, nieprzyzwoite, nielegalne, obraźliwe, z czasem wydawały się zwyczajne i możliwe do zaakceptowania. Wzrasta przeświadczenie, że wszyscy tak robią, nawet jeżeli byłoby to wbrew obowiązującemu prawu lub klóciłoby się z przekonaniem;
 4. **Wzrastająca tendencja wcielania w życie** – odzywa się silniejsza potrzeba praktykowania zachowań oglądanych w publikacjach pornograficznych, takich jak: niepohamowana swoboda płciowa, ekshibicjonizm, grupowe współżycie, podglądactwo, odwiedzanie domów publicznych, współżycie z dziećmi, zadawanie bólu sobie lub partnerowi w trakcie współżycia, gwałty itp.

NIEBEZPIECZNE KONTAKTY

Internet umożliwia nawiązywanie nowych znajomości i łatwe znajdowanie ludzi o podobnych zainteresowaniach czy poglądach. Jest to jedna z jego ważnych funkcji, która także niesie ze sobą zagrożenia dla rozwoju psychoseksualnego. Według ogólnopolskiej diagnozy problemu przemocy wobec dzieci, przeprowadzonej przez Fundację Dajemy Dzieciom Siłę na reprezentatywnej próbie dzieci w wieku 11-17 lat, co dwudzieste dziecko (5,1%) zawarło w Internecie znajomość, w wyniku której ktoś próbował je namówić do zachowań o charakterze seksualnym. Mówimy wówczas o *groomingu*. Jest to szczególny rodzaj relacji tworzonej za pośrednictwem Internetu między osobą dorosłą a dzieckiem w celu jego uwiedzenia i wykorzystania seksualnego. Według specjalistów konsekwencjami uwiedzenia dzieci przez Internet są dla nich typowe objawy urazu psychicznego, jakie powstają na skutek wykorzystania seksualnego.

Osoby te mogą doświadczyć różnych konsekwencji – zarówno bezpośrednich (za takie uznaje się te pojawiające się w ciągu dwóch lat od zdarzenia), jak i długofalowych¹. Konsekwencje bezpośrednie, nazywane też symptomami, mogą wystąpić we wszystkich sferach rozwoju: seksualnego, emocjonalnego, społecznego, poznawczego, a także w sferze somatycznej, i w dużej mierze zależą od wieku dziecka – np. u dziecka szkolnego symptomem może być syndrom idealnego dziecka, zaś w okresie adolescencji – próby samobójcze i samo-okaleczenia. Długofalowe konsekwencje również dotyczą wielu sfer życia. Często objawiają się także w życiu dorosłym poprzez: zaburzenia emocjonalne i zaburzenia obrazu własnej osoby (depresja, zachowania autodestrukcyjne)², zaburzenia somatyczne i dysocjacyjne (lęk i napięcie, koszmary nocne, zaburzenia snu i odżywiania, różne postaci dysocjacji), zaburzenia samooceny (poczucie izolacji i alienacji, skrajnie niska samoocena), zaburzenia interpersonalne (trudności w kontaktach z ludźmi, spadek zaufania wobec ludzi, poczucie zdrady, lęk wobec partnerów seksualnych, podatność na ponowne wykorzystanie), zaburzenia w funkcjonowaniu społecznym (uzależnienie od alkoholu i narkotyków, prostytutka), zaburzenia seksualne (lęki wobec seksualności, poczucie winy, brak satysfakcji, obniżenie pragnienia seksualnego, zaniżona ocena siebie jako partnera seksualnego, zaburzenia orgazmu, kompulsywne unikanie lub kompulsywne poszukiwanie kontaktów seksualnych).

NIEBEZPIECZNE DZIAŁANIA: PROSTYTUCJA I SEKSTING

Prostytucja dziecięca polega na kontaktowaniu się dzieci za pośrednictwem serwisów komunikacyjnych z dorosłymi i proponowaniu im płatnych usług seksualnych. Obecnie o problemie prostytutki

¹ Beisert M., Izdebska A. *Wykorzystanie seksualne dzieci*, http://fdds.pl/wp-content/uploads/2016/05/Beisert_M_Izdebska_A_2012_Wykorzystanie_seksualne_dzieci.pdf (dostęp 22.05.2019).

² Finkelhor D. *A sourcebook on child sexual abuse*, Beverly Hills, CA: Sage [za:] Beisert M., Izdebska A. op. cit.

SEKSUALNOŚĆ W INTERNECIE – ZAGROŻENIA I KORZYŚCI DLA ROZWOJU PSYCHOSEKSUALNEGO DZIECI I MŁODZIEŻY

dziecięcej znów zaczęto dużo mówić, głównie za sprawą ukazania się takich filmów, jak „Galerianki” czy „Świnki”. Prostyucja dotycząca wyłącznie dziewcząt pochodzących z biednych i patologicznych rodzin, które wchodzi w ten proceder tylko i wyłącznie po to, aby zmienić swoją sytuację materialną, to stereotyp, zjawisko prostytucji dzieci może wystąpić bowiem niezależnie od pochodzenia i statusu materialnego rodziny. W dzisiejszych czasach może mieć ono również postać prostytucji kulturowej, wpisując się we współczesny styl ekspozycji ciała jako towaru. Na początku prostytucja może wydawać się nieletnim atrakcyjna, ponieważ wiąże się z dużym doświadczeniem gotówki, skupieniem na sobie uwagi oraz wzrostem samooceny – poczucie, że jest się ładnym, fajnym, lubianym i wartościowym, skoro tyle mi płacą. Jednak z czasem zaczynają pojawiać się problemy, osoba staje się mniej atrakcyjna, jest zmuszana do podejmowania coraz trudniejszych do zaakceptowania aktywności seksualnych, pojawiają się nałogi: alkohol, narkotyki. Wszystko to skutkuje spadkiem samooceny. Prostyucja zmienia wewnętrznie młodych ludzi – wiąże się z doświadczeniami urazowymi, które negatywnie wpływają na funkcjonowanie. Osoby te często eksperymentują ze swoją seksualnością oraz są stymulowane przez różne nośniki informacji, w tym w szczególności przez Internet. Podejmując zachowania seksualne, nie mają refleksji na temat tego, czym jest seks i nie wiąże się on dla nich z odpowiedzialnością. Dodatkowo osoby takie cechują się często niską samooceną, brakiem akceptacji lub szacunku do samych siebie, brakiem wiary w siebie, stawiają sobie wygórowane, często nierealistyczne wymagania i cele. Może to wpływać na rozwój, kształtowanie się osobowości oraz obrazu własnej osoby i powodować problemy z funkcjonowaniem w społeczeństwie.

W tej kategorii znajduje się także seksting, czyli przesyłanie własnych intymnych zdjęć lub filmików za pomocą telefonu komórkowego lub komunikatorów internetowych. Z ostatnich badań, przeprowadzonych na zlecenie Fundacji Dajemy Dzieciom Siłę wynika, że problem sekstingu dotyczy 11% dziewcząt i chłopców w wieku 15-18 lat. Pod

uwagę wzięto wysyłanie zdjęć i filmów prezentujących częściową lub całkowitą nagość. Znacznie więcej, bo aż 34% badanych przyznało, że zdarzyło im się otrzymać tego typu materiały od innych osób.

Materiały te z łatwością mogą trafić w niepowołane ręce i zostać upublicznione. Wiąże się to z ryzykiem wyśmiania przez rówieśników, odrzuceniem przez grono przyjaciół, stresem, depresją, a w skrajnych przypadkach – samobójstwem.

Zagrożeniem są również osoby, które z premedytacją wyłudniają materiały erotyczne od młodzieży. Zdarza się, że celowo podają się za ich rówieśników na forach, portalach społecznościowych lub chatkach i nawiązują znajomość. Przesyłając osobom poznanym w Internecie nagie zdjęcia lub filmy wideo, nie ma możliwości przewidzenia, w czyje ręce trafią i w jaki sposób zostaną wykorzystane. Odkrycie tożsamości adresata i usunięcie zdjęć może być w efekcie niezwykle trudne i dodatkowo narażać na stres dziecko i całe jego otoczenie.

Seksting uznawany jest współcześnie za jedno z największych zagrożeń społeczno-wychowawczych, przed którym stoją młodzi ludzie korzystający z Internetu, obok pornografii, pedofilii w sieci, stalkingu i innych form cyberprzemocy. Analizując najważniejsze powody umieszczania nagich zdjęć w sieci, wskazać należy, że seksting jest lub może być coraz bardziej powszechną praktyką służącą flirtowaniu, rodzajem okazywania miłości i przywiązania, testem zaufania, sposobnością do nawiązania relacji o charakterze seksualnym, wotaniem o uwagę i odpowiedzią na niskie poczucie własnej wartości, chęcią zdobycia szerszej publiczności, formą akomodacji do środowiska, do którego chcemy aspirować, formą autoprezentacji.

Przesyłanie nagich zdjęć przez Internet może mieć swoje dalsze negatywne konsekwencje, do których niewątpliwie zaliczyć należy szantaż emocjonalny bądź wyłudzenie środków finansowych. Nagie zdjęcie ucznia bardzo często może stać się przyczyną doświadczenia hejtu bądź innych form cyberprzemocy. Niekiedy media informują

ANETA PRZEDLACKA

o przypadkach samobójstw. Z sekstingiem mogą być mocno powiązane takie zjawiska, jak: szykanowanie przez rówieśników, zastraszanie, szantaż. Seksting może służyć prześladowaniu i upokarzaniu osób, które zdecydowały się opublikować swoje intymne zdjęcie w przestrzeni Internetu. Należy również podkreślić, że każde zdjęcie ujawnione w sieci może zostać przerobione w celu ośmieszenia. Konsekwencją takiej sytuacji bywa również przemoc rówieśnicza, z którą ofiara spotyka się w swoim środowisku lokalnym, głównie w szkole.

Co jest powodem sekstingu? Na pewno nieumiejętność postawienia granicy między tym, co można pokazać innym, a co bezwzględnie powinno się zachować dla samego siebie. Często na straży tej granicy stoi (powinien stać) rodzic, religia, moralność, tradycja rodzinna. Nieumiejętność zadbania o własną prywatność w Internecie, o ochronę własnego wizerunku i danych osobowych jest skutkiem nie tylko rozmycia się owej granicy (między tym, co publiczne, a co prywatne), ale również powodowane jest jednostkowym podejściem do tej granicy. Innymi słowy to, co pokazujemy w sieci, zależy od nas samych i administratora (np. portalu społecznościowego).

Nie byłabym sobą, gdybym nie zaprezentowała korzyści, jakie dla rozwoju psychoseksualnego dzieci i młodzieży niesie Internet. Zainspirowali mnie uczniowie, z którymi na co dzień pracuję. W rozmowach z nimi bardzo często słyszę: „Internet pozwala podzielić się własnym przeżyciami, pozwala na podtrzymanie bliskich relacji na odległość” (uczennica, lat 16), „W Internecie poszukuję ładnych ludzi do rysunków”, „Mam możliwość poznania kogoś innego, mam możliwość pisania z kimś, kto lubi to samo, dzięki temu nie czuję się wyalienowany” (uczeń deklarujący się jako homoseksualny, 18 lat).

Sieć ułatwia nawiązywanie kontaktów, randkowanie, a na dalszym etapie rozwoju – możliwość poznania partnera seksualnego, a także nawiązania online relacji nie tylko przynoszącej satysfakcję seksualną, ale także relację przyjacielską. Jeśli młody

człowiek jest nieśmiały, Internet daje możliwość przełamania oporów, zmniejsza poczucie wstydu oraz zakłopotania.

Największe zalety Internetu pod względem seksualności można określić mianem „napędu potrójnego A” – anonimowości (*anonymity*), dostępności (*accessibility*) i przystępności finansowej (*affordability*). Z tą pierwszą wiąże się możliwość kreowania własnego wirtualnego „ja”, które nie musi być jedynie zagrożeniem. Czasem pomaga pokonywać pewne granice, utomności i lęki. Wirtualna rzeczywistość pomaga sprawdzić się w rolach, w których nie mielibyśmy okazji się znaleźć w prawdziwym świecie. Prowadzi to do zwiększenia pewności siebie, podejmowania odważniejszych życiowych kroków, a w konsekwencji – osiągnięcia nowych celów i sukcesów. Internet, dający poczucie anonimowości, nie musi sprzyjać patologii, może stać się metodą walki z nieśmiałością. Kiedy trudno porozmawiać z dziewczyną/chłopakiem twarzą w twarz, można skorzystać z komunikatora internetowego i w ten sposób przełamać pierwsze lody w relacjach społecznych, w tym również relacjach seksualnych. Pozwala to osiągnąć znaczącą gratyfikację emocjonalną, nie mówiąc już o braku ryzyka zajęcia w ciężę oraz zakażenia się chorobami przenoszonymi drogą płciową. Internet pomaga zaspokajać własne potrzeby seksualne oraz potrzeby bliskiego kontaktu.

Internet pomaga także młodzieży, która czuje się społecznie wykluczona lub ma ograniczoną możliwość poznania partnera. Dotyczy to głównie osób homoseksualnych, biseksualnych lub transpłciowych, które w procesie tworzenia własnej tożsamości poszukują informacji o swojej seksualności w bezpiecznej i pozbawionej krytyki przestrzeni lub nie są jeszcze gotowe na spotkanie w realnym świecie. Dzięki Internetowi nie czują się one tak wyalienowane, mają bowiem możliwość nawiązania kontaktu z innymi osobami ze społeczności LGBT. W sieci często także następuje *coming out* (ujawnienia własnej orientacji). Młodzi ludzie poprzez Internet eksplorują swoją seksualność,

SEKSUALNOŚĆ W INTERNECIE – ZAGROŻENIA I KORZYŚCI DLA ROZWOJU PSYCHOSEKSUALNEGO DZIECI I MŁODZIEŻY

poznają potrzeby, eksperymentują bez ryzyka społecznych reakcji.

Nie sposób jest pominąć bardzo ważnej roli Internetu w życiu młodego człowieka, która polega na zbieraniu informacji oraz zaspokajaniu ciekawości dotyczącej zdrowia seksualnego. Z badania ankietowego, które przeprowadziłam w tym roku wśród młodzieży liceum wynika, że zdecydowana większość nastolatków (77%) wskazuje Internet jako źródło informacji o seksie i antykoncepcji. Różni się natomiast tematyka, jakiej tam poszukują: 17-latkę najczęściej poszukują tam informacji związanej z inicjacją seksualną i antykoncepcją, 18-latkę oprócz tej tematyki interesują się jeszcze chorobami przenoszonymi drogą płciową. Starsza młodzież – 19-letnia, skupia swoją uwagę na poszukiwaniu informacji dotyczących antykoncepcji. Badanie to pokazuje również, że zdecydowana większość respondentów (69%) ma świadomość wpływu takiej wiedzy na swój rozwój. Co więcej, z odpowiedzi ankietowanych wynika, że młodzi ludzie nie łączą rozmów i informacji o seksie ze skłonnością do podejmowania jakichkolwiek zachowań seksualnych. Obawa przed tym, że wiedza z tego obszaru zachęca ich do takich zachowań, staje się więc bezpodstawna.

Zadaniem naszym, jako dorosłych, jest nie tylko inicjowanie rozmów o seksualności, ale także dopasowanie omawianych zagadnień do oczekiwań i potrzeb dorastającej młodzieży. Działajmy tak, aby młode pokolenie czerpało wiedzę o seksualności nie z Internetu, ale od nas – rodziców, specjalistów czy nauczycieli. Uwolnijmy się od wewnętrznych zahamowań i obaw podejmowania rozmów na te tematy, wiedza bowiem nie zachęca, a uświadamia! ●

BIBLIOGRAFIA

1. Bancroft J. *Seksualność człowieka*, Urban & Partner, Wrocław 2011.
2. Beisert M. *Seks twojego dziecka*, Zakład Wydawniczy K. Domke, Poznań 1991.
3. Beisert M. [red.] *Seksualność w cyklu życia człowieka*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2012.
4. Izdebski Z. *Zachowania seksualne młodzieży*, „Remedium” nr 6/2001.
5. Kornas-Biela D. *Pornografia krzywdą wyrządzaną rodzinie*, „Służba Życiu” nr 1-2/2000.
6. Kirwil L. *Polskie dzieci w Internecie. Zagrożenia i bezpieczeństwo – część 2. Częściowy raport z badań EU Kids online przeprowadzonych wśród dzieci 9-16 lat i ich rodziców*, Szkoła Wyższa Psychologii Społecznej, Warszawa 2011.
7. Kurzępa J. *Młodzież pogranicza – „świnki”, czyli o prostytucji nieletnich*, Oficyna Wydawnicza „Impuls”, Kraków 2010.
8. Lew-Starowicz M., Lew-Starowicz Z., Skrzypulec-Plinta V. [red.] *Seksuologia*, PZWL, Warszawa 2018.
9. Makaruk K., Wójcik Sz. *Seksting wśród polskiej młodzieży*, Fundacja Dzieci Niczyje 2014.
10. Portal Fundacji Dajemy Dzieciom Się.
11. Portal Zdrowia Seksualnego.
12. Scott D.A. *Pornografia, jej wpływ na rodzinę, społeczeństwo, kulturę*, Gdańsk 1995.

JOANNA ŁUKJANIUK



DR JOANNA ŁUKJANIUK jest psycholożką, psychoterapeutką, nauczycielką akademicką, autorką wielu artykułów naukowych i popularnonaukowych z dziedziny terapii rodzin, profilaktyki i psychoterapii uzależnień oraz wychowania dzieci i młodzieży.

KTO WYŁĄCZA WTYCZKĘ? DYLEMATY RODZICÓW W PROFILAKTYCE UZALEŻNIEŃ W CYBERPRZESTRZENI

JOANNA ŁUKJANIUK

Emanuel Macron, najmłodszy kandydat w wyborach prezydenckich 2017 roku we Francji i, jak wiadomo, zwycięzca tych wyborów, obiecywał, że jeśli zostanie głową państwa, wprowadzi zakaz używania przez uczniów telefonów komórkowych w szkole. Wydawało się, że to tylko kolejna przedwyborcza obietnica ugrupowania *En Marche!* A jednak 30 lipca 2018 roku parlament francuski przegłosował ten zakaz¹. I to mimo że 93% 12-13-latków we Francji ma telefon komórkowy, a cała opozycja była *contra!* W Polsce reakcje na to wydarzenie były rozmaite. Na przykład „Plus Minus”, dodatek „Rzeczpospolitej”, najbardziej wyważony skądinąd tygodnik opinii w naszym kraju, zareagował tym razem w sposób zdecydowanie... niewyważony. Numer poświęcony temu zagadnieniu zatytułowano „Czy technologie ogłupiają nam dzieci?”, ale kluczowy artykuł Artura Bartkiewicza „Nieodwracalnie uwikłani w technologie” zawiera tezę: tylko dwulatki powinni być chronieni przed nowymi mediami, dla reszty Facebook, Instagram, Snapchat, iPod, smartfon to przestrzeń integracji społecznej,

w której dzieci budują tożsamość, nawiązują relacje, uczą się współdziałania, bawią się.

Nie, nie jestem za wprowadzaniem w naszym pięknym kraju podobnego prawa jak we Francji. Nie jestem zatem za totalnym wyłączeniem czy wyciąganiem tytułowej wtyczki. Odnotowuję tylko fakt wzrastającego napięcia, konfliktu, chyba nawet wojny kulturowej, dotyczącej nowych mediów. W zakończeniu książki „Media w analogowym i cyfrowym świecie” Andrzej Adamski pyta: Jaka jest zatem prawda o Internecie? I odpowiada: Opinie na ten temat są niczym cały Internet: krańcowo różne, od entuzjazmu do potępienia. (...) A może Internet jest po prostu komunikacyjno-społeczno-kulturowym ucieleśnieniem postmodernizmu, z jego relatywizmem, indywidualizmem, skrajnym liberalizmem, emocjonalnością, indyferentyzmem...?² Problem w tym – dodam od siebie – że na skrajnym liberalizmie, postmodernie, relatywizmie itd. trudno wychowywać. Tak jak nie wychowuje się, rekompensując brak miłości, czasu i przykładu iPodem, smartfonem czy kolejną grą, kupowaną, o zgrozo, dziecku na pierwszą komunię.

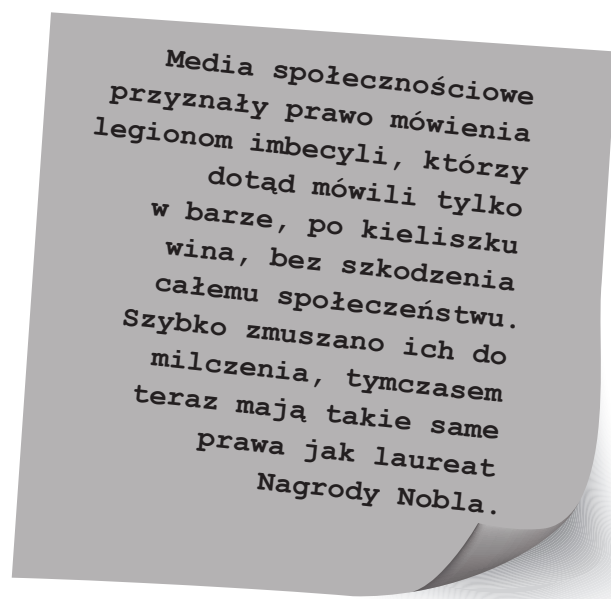
¹ Przewidziano wyjątki: użycie smartfona w celach pedagogicznych, niepełnosprawność, choroba, miejsca, które dana szkoła uzna za właściwe. Media, które informowały o tym wydarzeniu zapomniały najczęściej dodać, że niemal taki sam zakaz obowiązywał już we Francji w formie zarządzenia (teraz stał się prawem na mocy ustawy). Zob. np. *Les smartphones seront interdits à l'école et au collège dès la rentrée 2018*, <https://www.sciencesetavenir.fr/.../l-assemblee-nationale-vote-l-inte...>, dostęp 10.09.2018.

² Adamski A. *Media w analogowym i cyfrowym świecie. Wpływ cyfrowej rewolucji na rekonfigurację komunikacji społecznej*, Warszawa 2012, s. 154.

KTO WYŁĄCZA WTYCZKĘ? DYLEMATY RODZICÓW W PROFILAKTYCE UZALEŻNIEŃ W CYBERPRZESTRZENI

W jednej sprawie wszelako Artur Bartkiewicz ma rację. W tej, że kluczową rolę w modelowaniu higienicznego używania smartfona odgrywają rodzice i że już w przypadku 5-6-letniego dziecka rodzic ma niepowtarzalną szansę wypracować z nim bezpieczny i rozsądny sposób korzystania z nowych technologii³. Tylko po co ten dziwny język: modelowanie higienicznego używania smartfona i zupełny brak odpowiedzi, jak rodzice mieliby tę niepowtarzalną szansę realizować?

Po przemyśleniu sprawy w moim wystąpieniu postanowiłam nie ograniczać się tylko do tytułowej kwestii „profilaktyki uzależnień w cyberprzestrzeni”. Sprawa ma bowiem znacznie szerszy zasięg, niż na to wskazuje pojęcie uzależnienia. Nikogo nie trzeba przekonywać, że z jednej strony media cyfrowe są wielkim wynalazkiem naszych czasów. Istotnie, jesteśmy – jak chce „Rzeczpospolita” – „Nieodwracalnie uwikłani w technologie”. Nasi wychowankowie będą żyli w świecie (po części już w nim wszyscy żyjemy), w którym bez smartfona nie kupią biletu na samolot czy pociąg, nie zapiszą się do lekarza, nie zapłacą za parkowanie. I muszą to wszystko umieć. Na tym zresztą polega jedna z trudności współczesnej szkoły – musimy przygotować młodych ludzi do życia w świecie, którego do końca nie znamy i nawet jeśli go poznamy, nasi uczniowie będą go znali i rozumieli często wcześniej i lepiej niż my. Rodzic powinien więc wiedzieć, że uczenie się w świecie mediów cyfrowych jest z jednej strony (i wbrew wielu pozorom) bardzo utrudnione, a z drugiej tyleż one w tym procesie pomagają, co szkodzą. Trzeba więc wiedzieć – i o tym chcę tutaj mówić – i o „cyfrowej demencji”, i o *Online Disinhibition Effects*, i o selfizmie, i wreszcie także o cyberuzależnieniu. Wiedzieć przede wszystkim po to, by zastanowić się, co w tych sprawach razem ze swoim dzieckiem robić. I to jest, będzie moja odpowiedź na tytułowe: KTO WYŁĄCZA WTYCZKĘ?



CO RODZIC WIEDZIEĆ POWINIEN?

„Cyfrowa demencja”. Rozpaczam od tej kwestii – choć nie jest ona najważniejsza – na niej bowiem koncentruje się przede wszystkim uwaga rodziców, nauczycieli i psychologów: na ile rzeczywiście media cyfrowe zwiększają kompetencje naukowe uczniów? Pytanie to kilka lat temu zdecydowanie postawił niemiecki lekarz Manfred Spitzer w ważnej, choć dość jednostronnej (zobacz podtytuł) książce „Cyfrowa demencja. W jaki sposób pozbawiamy rozumu siebie i swoje dzieci”⁴. Spitzer jest ojcem szóstki dzieci, psychiatrą i neurobiologiem, doktorem nauk medycznych i filozofii, dyrektorem Uniwersyteckiej Kliniki Psychiatrycznej w Ulm, szefem Centrum Wymiany Wiedzy z Dziedziny Neuronauk i Edukacji, znanym popularyzatorem neurobiologii. Tytułowa „demencja”⁵ w jego języku oznacza nie tyle proces stopniowego tracenia pamięci, ile raczej „umysłową degradację”, niezdolność aktywnego uczenia się. Podstawowa teza książki jest taka: nie

³ Bartkiewicz A. art. cyt. s. 7.

⁴ „Cyfrowa demencja” – termin stworzony przez południowokoreańskich lekarzy do opisanego zespołu objawów chorobowych powstałych na skutek niekontrolowanego korzystania z mediów cyfrowych. Zob. Spitzer M. *Cyfrowa demencja. W jaki sposób pozbawiamy rozumu siebie i swoje dzieci*, Wydawnictwo Dobra Literatura, Słupsk 2013, s. 340; Chodyna-Santus M., cejsh.icm.edu.pl/.../Monika_Chodyna_Santus_Manfred_Spitzer_Cyfrowa_demencja, dostęp 13.09.2018.

⁵ Spitzer M. op. cit. s. 54.

JOANNA ŁUKJANIUK

TEORIE I BADANIA

ma dowodów, że ciągłe używanie mediów elektronicznych wywiera pozytywny wpływ na procesy mózgowe, zdolności uczenia się i intelektualny rozwój. Więcej, używając godzinami mediów cyfrowych, gier itp., nasze dzieci nie stają się życiowo mądrzejsze, ich mózgi słabiej się rozwijają, pogłębia się zanik zdolności myślenia, krytycznego oceniania i zapamiętywania. I nic nie wskazuje na to, że rośnie w nich kapitał ludzki, wszystko zaś, że potęguje się kapitał wielkich koncernów medialnych⁶.

Oto opowieść doświadczonego profesora, jednego z moich znajomych: prowadzę wykład na II roku, nagle dziura w pamięci, proszę państwa, datę znajdziecie sobie w skrypcie – i na to odzywa się głos z sali: Profesorze, 1563! Po czterech, pięciu sekundach! Krzyczę, że brawo, że daję mu alfę (to taka dodatkowa ocena za aktywność). A on w odpowiedzi podnosi w górę smartfona, który zresztą jest na moich zajęciach zakazany. Mój student ma wrażenie, że nie musi już niczego pamiętać, niewiele też się uczy. Nie musi, bo ma smartfona i potrafi go sprawnie użyć w takiej jak ta i jeszcze wielu innych sytuacjach.

I właśnie to jest problemem – w licznych badaniach, na które powołuje się Spitzer, wykazano, że proces degradacji umysłowej zależy od intensywności jak najwcześniejszego uczenia się, aktywnej, pogłębionej pracy umysłowej. W trakcie tej pracy zachodzą zmiany w synapsach – połączeniach między poszczególnymi komórkami nerwowymi. W wyniku wzrostu ich liczby zwiększa się sprawność mózgu. Jednocześnie w hipokampie – części mózgu odpowiedzialnej za zapamiętywanie nowych informacji – powstają nowe komórki, które utrzymują się przy życiu tylko dzięki intensywnej pracy umysłowej. W procesie uczenia się biorą więc udział nie tylko istniejące struktury neuronalne, lecz także nowo powstające neurony, które właśnie dzięki temu

6 Ibidem, s. 50-53.

procesowi w ogóle mogą przetrwać⁷. Dlatego tak ważna jest odpowiednia edukacja i to zarówno ciała, jak i ducha, fizyczna i umysłowa.

Z tej perspektywy Spitzer, bazując na teoriach psychologii poznawczej zajmującej się badaniem głębokości przetwarzania informacji, niezwykle krytycznie ocenia media cyfrowe. Uważa, że korzystanie z Internetu i innych nowych mediów powoduje, że mniej synaps w mózgu zostaje pobudzonych; eliminuje to samodzielne myślenie i zapamiętywanie. Inna konstatacja Spitzera jest oczywista, wręcz banalna – spędzanie wielu godzin przed komputerem to okradanie młodego człowieka z czasu na naukę i sen.

Sprawa ta łączy się z czymś, co w artykule z 2015 roku, a więc rok przed swoją śmiercią, Umberto Eco, wybitny włoski semiolog, filozof kultury, autor „*Mienia róży*” nazwał „inwazją imbecyli”⁸. Media społecznościowe – mówił w Turynie Eco – przyznały prawo mówienia legionom imbecyli, którzy dotąd mówili tylko w barze, po kieliszku wina, bez szkodenia całemu społeczeństwu. Szybko zmuszano ich do milczenia, tymczasem teraz mają takie same prawa jak laureat Nagrody Nobla⁹. Spitzer powiedziałby to inaczej – media społecznościowe nie tylko przyznały im prawa mówienia. One z nich imbecyli zrobiły...

Multifrenia, Intimate Strangers, selfizm. Portale społecznościowe starają się zaspokajać ważną naturalną ludzką potrzebę – potrzebę kontaktu z innymi. Spędzamy wiele czasu – pisze Spitzer – na plotkowaniu i interesowaniu się wszystkimi znanymi nam ludźmi – od przyjaciół przez sąsiadów po tzw. moźnych, pięknych. Myli się jednak ten, kto wierzy, że nowoczesne możliwości utrzymywania

⁷ Ibidem, s. 57.

⁸ Problematykę „inwazji imbecyli”, multifrenii i Intimate Strangers omawiam za: Seweryniak H. *Apologia i dziennikarstwo*, mps, 2018.

⁹ Przemówienie Umberto Eco z okazji przyznania mu doktoratu honoris causa przez Uniwersytet Turyński, zob. *Con i social parola a legioni di imbecilli*, „La Stampa. Cultura” z 10 czerwca 2015 roku, www.lastampa.it, dostęp 4.09.2018.

KTO WYŁĄCZA WTYCZKĘ? DYLEMATY RODZICÓW W PROFILAKTYCE UZALEŻNIEŃ W CYBERPRZESTRZENI

kontaktów z innymi przynoszą wyłącznie pozytywne efekty¹⁰. I długo rozwodzi się nad anonimowością Internetu (dzisiaj już mocno podejrzana) i jej skutkami (przejdę jeszcze do tego tematu). Tu chcę powiedzieć, co wybił na pierwszy plan amerykański psycholog Kenneth J. Gergen, twórca konstruktywizmu społecznego, w książce pod charakterystycznym tytułem „Nasycone ja”¹¹ (choć myślę, że powinno być raczej „Przesycone ja”). Wykazuje on, że media cyfrowe wystawiają nas na oddziaływanie ogromnej liczby osób, nowych związków, uczuć o wyjątkowej intensywności, niepowtarzalnych sytuacji i możliwości. Gergen ukuł wręcz na określenie tego stanu termin „multifrenia”. Rozwarstwia się subiektywne życie jednostki¹², która przeżywa swoistą „ekspansję nieadekwatności”¹³. W konsekwencji coraz częściej mówi się o „ludziach-pastiszach”, o „jaźniach potencjalnych”, fakszywych tożsamościach itp.¹⁴

Z kolei Schickel w książce „Intimate Strangers” (1985) zauważa, że komunikacji za pomocą Internetu, obcowaniu z telewizją towarzyszy zwiększona dawka iluzji. Autor wykazuje, że nowe media kształtują iluzoryczne poczucie intymności ze znanymi osobistościami. Wiemy więcej o Olbrychskim, Tusku, Cichopek czy Skrzyneckiej niż o naszych sąsiadach (...). Takie postaci włącza się w krąg własnych „znaczących innych” – tych, których kochamy bądź których nienawidzimy. Służą one jako rodzaj „społecznego kleju”: dzięki ich znajomości możemy rozmawiać ze sobą, dzielić uczucia, podtrzymywać relacje¹⁵.

U młodych ludzi (i nie tylko) rodzi to jeszcze inną reakcję, którą określiłabym jako jakąś odmianę selfizmu, kultu samego siebie, nadmiernej koncentracji na sobie, stawiania na pierwszym miejscu narcystycznego ego. Chcą koniecznie, żeby cały

świat ich zobaczył, najlepiej za znanym sportowcem lub kabareciarzem, rozsyłają namyślnie swoje zdjęcia i opinie na cały świat, a przy tym chcą, aby ten świat miał wgląd w ich intymność. Na przykład fotografują, co jedzą... Posiłek w restauracji zaczyna się od zrobienia zdjęcia zupie, wrzucenia go na portal, oznaczenia, gdzie i z kim ją się jadło. Ani to specjalnie bezpieczne, ani mądre. Ale przecież powszechne jak przyrząd do robienia selfi...

ONLINE DISINHIBITION EFFECTS

Wiemy, że portale internetowe traktowane jako zamiennik kontaktów międzyludzkich w realu prowadzą do zmniejszania się społecznych modułów w mózgach dzieci; *interface to interface* (termin prof. K. Krzysztofka) nie zastępuje *face to face*, bo człowiek jako istota społeczna ma silną potrzebę nawiązywania więzi międzyludzkich. Ale oprócz instrumentu pozornego zaludniania naszego świata Internet stał się synonimem anonimowości, która prowadzi do utraty samokontroli i sprawia, że nie musimy dbać o utrzymanie odpowiednich form zachowań społecznych. Zjawisko to określa się mianem „efektu toksycznego zanikania hamulców” (ang. *Online Disinhibition Effects*). W Internecie najczęściej rozmawia się anonimowo, dyskutuje na piśmie, brakuje wstuchania się, dostrzeżenia mimiki twarzy, barwy głosu. Stąd nadawcy różnego rodzaju hejtu nie hamują się w ocenach, obrażają, uważają, że online wszystko wolno¹⁶.

Spitzer mówi również o „desynsibilizacji empatii”¹⁷, czyli procesie zaniku zdolności do wczuwania się w położenie drugiego człowieka. U osób regularnie oglądających brutalne filmy, grających w tego typu gry maleje wrażliwość na sceny przemocy, zmniejsza się również zdolność do empatii i współodczuwania. Z badań wynika, że człowiek przyglądający się przemocy w grach komputerowych na ekranie monitora jest bardziej skłonny do jej użycia w realu.

¹⁰ Spitzer M. op. cit. s. 111.

¹¹ Gergen K.J. *Nasycone Ja. Dylematy tożsamości w życiu współczesnym*, Warszawa 2009, s. 26 i 81.

¹² Ibidem, s. 103.

¹³ Ibidem, s. 107.

¹⁴ Seweryniak H. op. cit. s. 170.

¹⁵ Ibidem, s. 167.

¹⁶ Broding I. *Hass im Netz. Was wir gegen Hetze, Mobbing und Lügen tun können*, Wien 2016, s. 13-17.

¹⁷ Spitzer M. op. cit. s. 176.

SIECIOHOLIZM

Jest jeszcze kwestia: nasz tytułowy „siecioholizm”. Nowsza książka Spitzera, wydana w Monachium w 2015 roku, nosi tytuł „Cyberkrank! Wie das digitalisierte Leben unsere Gesundheit ruiniert” („Cyberchory! Jak zdigitalizowane życie rujnuje nasze zdrowie”). Autor pokazuje w niej rozmaite oblicza chorób cywilizacyjnych, związanych z mediami cyfrowymi, domaga się zarówno całej prawdy o tych mediach, jak i wzmocnienia u młodzieży inteligencji emocjonalnej. Już w „Cyfrowej demencji” ostrzegał, że zakłócony rozwój mózgu, zwłaszcza w jego czołowych partiach odpowiedzialnych za funkcje społeczne i kontrolę uwagi, skutkuje pojawianiem się u uczniów syndromu deficytu uwagi i wzmocnionym występowaniem stanów depresyjnych. Dlatego ostrzegał, że wprowadzanie mediów elektronicznych do przedszkoli i szkół podstawowych jest – ze względu na dużą plastyczność dziecięcych mózgow – wciąganiem w cyfrową narkomanię.

W maju 2011 roku – przypomina Spitzer – naukowcy z uniwersytetów w Lubece i Greifswaldzie we współpracy z uczelniami w Nijmegen i Rotterdamie opublikowali dane dotyczące zjawiska uzależnień od Internetu. Okazało się, że w przedziale wiekowym 14-64 lata uzależnionych od internetu było 1,5% respondentów (1,3% kobiet; 1,7% mężczyzn), w grupie wiekowej 14-24 lata – już 24%; 14-16 lat – **4%**. W tej ostatniej grupie dziewczęta wyprzedzają chłopców, co – zdaniem prof. Spitzera – jest przede wszystkim skutkiem ich częstszego przebywania na portalach społecznościowych; uzależnieni chłopcy wykorzystują Internet raczej do gier komputerowych¹⁸.

Szczególny potencjał uzależniającają mają gry komputerowe, zwłaszcza te o wyższym stopniu trudności, w które gra większa liczba uczestników i które zawierają zmienne losowe (np. *Word of Warcraft*). Gracze potrafią przesiadywać przy nich do 18 godzin dziennie i – podkreśla Manfred

Spitzer – jest to problem dotyczący dużej grupy młodych ludzi. Blisko 16% chłopców 4,5 godziny dziennie oddaje się grom komputerowym¹⁹. Nie sądzę, żeby w Polsce odsetek ten był niższy.

Uczniowie-siecioholicy ograniczają kontakty społeczne w realnym świecie i tym samym popadają w coraz większą izolację; Internet przyczynia się do wzmocnienia zjawiska błędnego koła, znanego z terapii zaburzeń lękowych (wycofanie się – lęk przed rzeczywistą konfrontacją z bodźcem – jeszcze silniejsze wycofanie się). Stąd widoczna w badaniach korelacja między przebywaniem w sieci a poczuciem samotności²⁰. Sytuację tę dobrze oddaje fragment rozmowy Michała Kuźmińskiego z Ethanem Zuckermanem, wybitnym specjalistą w zakresie teorii i praktyki Internetu. Za terminem „Globalna wioska” – mówi Zuckerman – kryła się nadzieja, że sieć zbliży nas do siebie, skomunikuje na naturalnym gruncie, że dalekie od siebie miejsca zadzierzgną ściślejsze więzi. Nic takiego się nie stało. Bo Internet nie zmienia tego, jacy jesteśmy, lecz po prostu wzmocnia istniejące ludzkie tendencje. Jak w starym żarcie, że ludzie, którzy idą się napić, stają się bardziej sobą. Jeśli ktoś jest brutalny, to po napiciu się wdaje się w bójkę, a jeśli jest uczuciowy, to przytula się do kumpła i obcałowuje dziewczyny. Internet to stan ciągłego pijaństwa²¹.

CO MOŻNA ROBIĆ?

Pierwszy wniosek jest banalny: nie redukujemy problemów związanych z nowymi mediami do siecioletizmu, jest to problematyka o wiele szersza. Uczmy więc korzyści, ale też zaradzajmy niebezpieczeństwom. Najprostsza odpowiedź na zasygnalizowane problemy mogłaby brzmieć: „Wyciągać wtyczkę”. Czyli: zabraniać i kontrolować.

¹⁹ Ibidem, s. 233.

²⁰ Ibidem, s. 231-232.

²¹ *Internet to stan ciągłego pijaństwa*. Rozmowa Michała Kuźmińskiego z Ethanem Zuckermanem, „Tygodnik Powszechny”. Wydział specjalny „Wszystko, co wiemy” nr 1/2018, s. 105-106.

¹⁸ Ibidem, s. 231.

KTO WYŁĄCZA WTYCZKĘ? DYLEMATY RODZICÓW W PROFILAKTYCE UZALEŻNIEŃ W CYBERPRZESTRZENI

Rod Dreher, autor popularnej dzisiaj w niektórych środowiskach książki „Opcja Benedykta”²² napisał: Badania (...) wykazały, że 93% chłopców i 62% dziewcząt oglądało w sieci pornografię. Nie da się sprawować stałej kontroli nad nastolatkami, ale byłoby nieodpowiedzialnością ze strony rodziców, gdyby nawet nie podjęli takiej próby. Rodzice dzieci z konkretnej grupy rówieśniczej powinni ze sobą współpracować, aby kategorycznie przestrzegały one zakazu używania smartfona. (...) Nie chodzi tylko o brutalne treści pornograficzne. Ważniejsze jest szkodliwe oddziaływanie nadmiernych kontaktów z siecią na mózg młodego człowieka. (...) Technologie zmieniają mózg. Chris Anderson, wybitny dokumentalista, a obecnie dyrektor wykonawczy w Dolinie Krzemowej, powiedział w 2014 roku „New York Timesowi”, że dom dla jego piątki dzieci jest technologicznym klasztorem²³.

Zawsze, gdy sama skłaniam się do takich związków, przychodzi mi na myśl drugi odcinek serii „Czarne lustro”, zatytułowany „ArkAngel”. Film opowiada o kilku etapach życia matki w pojedynkę wychowującej córkę. Po porodzie kobieta, bojąc się o przyszłość dziecka, decyduje się na wszczepienie dziewczynce implantu nazywanego się właśnie „ArkAngel”, potążonego ze sterowanym przez matkę oprogramowaniem i monitorem. Catość ma pomagać rodzicielce dbać o bezpieczeństwo córki, a jednocześnie chronić ją przed każdą stresującą sytuacją – chip potrafi nie tylko wskazać miejsce jej pobytu i na bieżąco monitorować stan zdrowia, ale także pokazywać na monitorze to, co widzi w rzeczywistości, a nawet tę rzeczywistość filtrować, dostawnie rozmazując krew, goliznę, przemoc itp. Każdy ruch dziewczynki jest kontrolowany, urządzenie odbiera jej wolność przeżywania sytuacji ryzykownych, intymność i możliwość widzenia świata takiego, jakim jest. Po jakimś czasie matka wyrzuca tablet na strych, ale czip pozostaje

w głowie dziewczyny, która zmienia się w zbuntowaną nastolatkę: bierze narkotyki, zakochuje się, współżyje ze swoim chłopakiem. Podejrzliwa i kontrolująca matka, odkrywając jakies jej kłamstwo, włącza tablet. W konsekwencji nastolatka rozbija monitor o głowę rodzicielki i odchodzi...

Jedna z recenzentek słusznie napisała, że nie ceni seriali, które wała tabletem po głowie. Ja też nie, ale przekaz jest mocny... Mój tytułowy dylemat staje się czymś trwałym: z jednej strony zakaz i kontrola, z drugiej – jak u Bartkiewicza i cytowanych przez niego medioznawców – niemal totalna akceptacja. Odpowiedź pedagoga: ani jedno, ani drugie. We współczesnej pedagogice²⁴ dobrze już wiemy, że ludzka motywacja, a w konsekwencji także poczucie szczęścia, zależą od tego, jak potrafimy spełnić nasze fundamentalne potrzeby: autonomii, kompetencji i relacji z innymi. Wiemy, że potrzeb tych nie zaspokoi się, realizując tylko cele zewnętrzne, takie jak kumulowanie dóbr materialnych, dbanie o atrakcyjny wizerunek czy o prestiż. Że zachodzi korelacja pomiędzy aspiracjami do realizowania tych celów zewnętrznych a różnymi negatywnymi zjawiskami. Że kluczowe w tym wszystkim są dwa wymiary: wspieranie autonomii i kontrola, ale bez indukowania poczucia winy, lekceważenia uczuć wychowanków, wycofywania uczuć własnych. Ciepło, partnerski styl relacji, partycypacja dzieci w podejmowaniu decyzji, wykorzystywanie w wychowaniu technik pomagających samodzielnie rozwiązywać problemy, niski poziom kontroli – to warunki sprzyjające rozbudzeniu motywacji do osiągnięcia celów wewnętrznych.

Jeśli więc nie tylko zakazy i kontrola i nie totalna akceptacja, to co? Oto kilka podpowiedzi:

- **Smartfon: zakazywać czy nie?** Raczej mieć w szkole strefy, godziny, w których uczniom nie wolno go używać. Zasada dotyczy także domu:

²² Dreher R. *Opcja Benedykta*, Kraków 2017.

²³ Ibidem, s. 291-292.

²⁴ Przytaczam tu główne tezy makroteorii motywacji i rozwoju osobowości zwanej teorią autodeterminacji (*Self-determination theory* – SDT). Została stworzona przez Edwarda L. Deciego i Richarda M. Ryana, a odwołuje się do wrodzonych potrzeb człowieka. W omówieniu opartam się na: Wojtowicz E. *Motywowanie do szczęścia poprzez wspieranie autonomii dziecka – perspektywa teorii autodeterminacji*, „Fides et ratio” nr 3/2014, s. 29-37.

JOANNA ŁUKJANIUK

TEORIE I BADANIA

rodzina powinna uzgodnić czas, w którym nie ogląda się telewizji, nie gra w gry komputerowe, nie korzysta się ze smartfona. Ważnym miejscem „mądręgo domu” powinna być domowa biblioteka.

- **Sprawa uczenia się.** Manfred Spitzer zwraca uwagę, że ogromny sukces mediów elektronicznych polega głównie na tym, że wyręczają nas w pracy umysłowej: dzięki nim szybko można znaleźć potrzebną informację, zacytować wymagany tekst, dokonać zestawienia potrzebnych terminów bądź definicji. Niestety, jak pokazałam na przykładzie znajomego profesora i jego kłopotów z pamięcią, wyręczają także w zapamiętywaniu, eliminują wysiłek uzyskiwania własnych zdobyczy intelektualnych, prowadzą do bardziej powierzchownego myślenia, często niosą ze sobą pokusę „ściągnięcia” i zastępowania refleksji metodą „kopiuj-wklej”, a nawet popełniania plagiatów. Manfred Spitzer zachęca w tym miejscu pedagogów do uświadomienia sobie znaczenia zasady koła hermeneutycznego polegającej na tym, że całość badanej materii poznajemy przez zgłębianie szczegółów, a te – przez uchwycenie całości. Cyfrowi tubylcy – zaznacza Spitzer – nie poruszają się po tym hermeneutycznym kole poznania – klikają(...)na oślep, surfują, przeglądają i nie wracają do rzetelnego źródła danych; nie zgłębiają zagadnień; nie kwestionują i nie analizują danych, ale poruszają się po powierzchni. Przenoszenie bitów z jednego nośnika danych na inny nie jest jeszcze nauką, nie jest tworzeniem nowych treści²⁵. Dlatego z treści przyswojonych w ten sposób pozostaje tak niewiele w pamięci. Pamiętajmy o kole hermeneutycznym – wędrówce do źródeł!
- **Sprawa nauczania.** Komputer, podobnie jak nauczyciel, dostarcza informacji. Tak wielu traktuje dzisiaj nauczyciela: dostarczyciel

informacji. Stąd wniosek, że komputer wsparty laptopem i tablicą interaktywną jest idealnym narzędziem nauczania i właściwie zastępuje nauczyciela. Wiemy jednak, że przekazywanie wiedzy jest najbardziej intensywne wtedy, gdy między uczniem a nauczycielem zachodzi osobista relacja, gdy nauczyciel potrafi rozbudzić w uczniu zapał, gdy staje się dla niego autentycznym mistrzem. Nauczanie – pisze pięknie Spitzer – jest rozniecaniem ognia, a nie napełnianiem pustych beczek²⁶. Istotna jest także rola ćwiczeń, rozmowy, debaty na lekcji: kto na temat wyuczonego materiału podyskutuje z dwójgim realnych osób, zapamięta go lepiej, niż gdyby rozmawiał z nimi o tym na czacie²⁷.

- **Kontrola, dziennik internetowy.** Dziennik internetowy jest znakomitym narzędziem ułatwiającym sprawne funkcjonowanie szkoły, kontakt z rodzicami itp. Wielkie wrażenie zrobiła na mnie jednak rozmowa Przemysława Wilczyńskiego z Jarostawem Pytlakiem, dyrektorem Zespołu Szkół STO na warszawskim Bemowie²⁸. Przemysław Wilczyński: Szkoła rodzicom oferuje nowinki służące do kontroli. W podstawówce mojego syna rodzice mają wgląd w internetowy dziennik, w którym nauczyciele zapisują na bieżąco wszystko, co dane dziecko zrobiło bądź nie zrobiło na lekcjach. Jarostaw Pytlak: Nie wiem, czy pan zdaje sobie z tego sprawę, że pan i pańskie dziecko padliście ofiarami jednej z największych współczesnych zbrodni pedagogicznych. W ten sposób mordowane jest dziecięce poczucie podmiotowości i odpowiedzialności za siebie. Przemysław Wilczyński: W pana szkole nie ma internetowego dziennika? Jarostaw

²⁶ Ibidem.

²⁷ Ibidem s. 101.

²⁸ Wilczyński P. Rozmowa z Jarostawem Pytlakiem. *Oblana lekcja wychowawcza*, Tygodnik Powszechny nr 36/2018, s. 16.

²⁵ Spitzer M. op. cit. s. 186.

KTO WYŁĄCZA WTYCZKĘ? DYLEMATY RODZICÓW W PROFILAKTYCE UZALEŻNIEŃ W CYBERPRZESTRZENI

Pytlak: Nie ma i mam nadzieję, że uda mi się utrzymać taki stan rzeczy, chyba że wprowadzenia tego *novum* zażąda oświatowa władza w ramach jednego ze swoich urzędniczych „prorodzieielskich” pomysłów. W mojej szkole to dziecko ma przekazywać w domu informacje. Przemysław Wilczyński: Dlaczego? Jarostaw Pytlak: Bo na tym polega odpowiedzialność! To między innymi zdolność radzenia sobie w kryzysowej sytuacji, np. gdy trzeba powiedzieć rodzicom, że w szkole coś poszło nie tak. Przemysław Wilczyński: Dlaczego tak się dzieje? Jarostaw Pytlak: Przyczyn jest wiele. Pierwsza jest taka, że łatwość komunikacji w dobie pośpiechu kusi. Druga to powszechne dzisiaj w systemie szkolnym budowanie kolejnych zabezpieczeń przed oskarżeniem o błąd. (...) Przyczyna trzecia jest psychologiczna: taki dziennik to może być podświadomy i najbardziej wygodny dla szkoły sposób, by próbować uśmierzyć (...) lęki rodzicielskie. Mocne. Ale odrzuciwszy radykalizm dyrektora, nic nas nie niepokoi w dzienniku internetowym? I co trzeba w nim zmienić? Jakie funkcje wykluczyć?

- **Portale społecznościowe.** Od dawna wskazuje się, że ograniczają one kontakty społeczne, dając – jak pokazałam – zgubne wrażenie licznych i ważnych relacji oraz bogactwa przyjaźni. W tym kontekście słynna nazwa *digital natives* – „cyfrowi tubylcy” – jest moim zdaniem marnym konstruktem językowym. Bo tubylec to ktoś, kto jest dobrze zdomowiony w swoim środowisku, czuje się w nim dobrze, a ono pozwala mu wzrastać. Siedzenie przy komputerze z reguły wpływa negatywnie na samokontrolę, a współczesne wirtualne sieci społeczne nie są źródłem prawdziwych przyjaźni i szczęścia. Nic nie nauczy nas obchodzenia się z innymi ludźmi lepiej

niż bezpośredni kontakt z nimi²⁹ – to kolejne warne zapamiętania zdanie Spitzera. Wróćmy jednak jeszcze na moment do mądrej rozmowy z dyrektorem Pytlakiem. Przemysław Wilczyński: Krzywdzimy dzieci, zbyt szybko się na nich koncentrując? Jarostaw Pytlak: Im bardziej brakuje czasu na bycie z samym sobą. Jeszcze 20 lat temu dziecko w dużej mierze wychowywało się w grupie rówieśniczej. Teraz – przynajmniej w dużych miastach – grupy tej poza szkołą praktycznie nie ma. Zniknął też czas, który dziecko miałoby sobie samo zagospodarować. Rodzic odczuwa konsekwencje tego stanu rzeczy. Dziecko jest rozchwiane, niespokojne, a ukojenie uzyskuje często wtedy, gdy weźmie do ręki tablet lub telefon. To są dzisiejsze substytuty podwórka³⁰. Kolejną więc zasadą: nie godzić się na substytuty. Tworzyć wspólnoty rodzinne, sąsiedzkie, podwórkowe, osiedlowe, boiska, place zabaw.

- **Gry komputerowe.** Wielu rodziców traktuje gry komputerowe jako element kultury młodzieżowej i, co może wydawać się paradoksem, w obawie przed izolacją społeczną udostępnia je swoim dzieciom, w rzeczywistości wpędzając je w poczucie wyizolowania. W przypadku nadużywania gier komputerowych może wiązać się to z narastającą gotowością do stosowania przemocy, mniejszą wrażliwością, brakiem empatii, izolacją społeczną, gorszymi ocenami, a nawet słabszymi szansami na zdobycie wykształcenia. Już sama obecność komputera w domu prowadzi w pierwszej linii do tego, że dzieci grają w gry komputerowe. W związku z tym mniej czasu poświęcają na naukę i w efekcie gorzej się uczą. (...) W odniesieniu do szkoły okazuje się z jednej strony, że uczniowie w ogóle niekorzystający z komputera odnoszą minimalnie

²⁹ Spitzer M. op. cit. s. 110.

³⁰ Wilczyński P. Rozmowa z Jarostawem Pytlakiem, art. cyt. s. 17.

JOANNA ŁUKJANIUK

gorsze wyniki od tych, którzy używają go od kilku razy w roku do kilku razy w miesiącu. (...) Z drugiej strony uczniowie pracujący z komputerem kilka razy w tygodniu znacznie gorzej czytają i uczą się. To samo dotyczy się korzystania z Internetu w szkole³¹. Jeśli naprawdę zależy nam na dobru dziecka, musimy wprowadzać pewne ograniczenia i konsekwentnie wymagać ich przestrzegania – jeśli to konieczne, nawet wbrew woli malucha.

- **Sprawa uzależnienia.** Spitzer podkreśla, że powtarzanie pewnych zachowań, na przykład włączania komputera i wielogodzinnego przesiadywania przed nim już we wczesnym dzieciństwie, prowadzi do ich utrwalenia i uzależnienia. Regularne korzystanie z cyfrowych mediów już w dzieciństwie obniża zatem szanse edukacyjne³². Wszystkim, którzy chcieliby sprawdzić, w jakim stopniu są zagrożeni internetowym uzależnieniem, Spitzer proponuje, by udzielili odpowiedzi na kilkanaście standardowych pytań. Możliwe odpowiedzi: 0 – nigdy; 1 – rzadko; 2 – czasami; 3 – często; 4 – bardzo często; maksymalna liczba punktów – 56; wynik powyżej 28 punktów oznacza siecioholizm: „1. Jak często masz trudności z zakończeniem surfowania w sieci? 2. Jak często kontynuujesz surfowanie, mimo że właściwie chciałbyś już je zakończyć? 3. Jak często inne osoby (partner życiowy, dzieci, rodzice, przyjaciele) zwracają ci uwagę, żebyś rzadziej korzystał z Internetu? 4. Jak często wolisz spędzać czas w sieci zamiast z partnerem, dziećmi, rodzicami, przyjaciółmi? 5. Jak często sypiasz zbyt krótko z powodu surfowania? 6. Jak często myślisz o Internecie, nie będąc online? 7. Jak często cieszysz się już na kolejne wejście do sieci? 8. Jak często sam dochodzisz do wniosku, że powinieneś spędzać w Internecie mniej czasu? 9. Jak często próbowałeś bezskutecznie ograniczyć czas

spędzany na surfowaniu? 10. Jak często załatwiasz pośpiesznie sprawunki, by jak najszybciej znów znaleźć się w sieci? 11. Jak często zaniedbujesz swoje obowiązki (pracę, szkołę, życie rodzinne), bo o wiele chętniej przebywasz w sieci? 12. Jak często wchodzisz do Internetu, gdy czujesz się przygnębiony? 13. Jak często uciekasz do Internetu przed problemami i złym nastrojem? 14. Jak często odczuwasz niepokój, frustrację i podenerwowanie, gdy nie masz możliwości surfowania?”³³

Warto przeprowadzić tę ankietę i wyciągnąć odpowiednie wnioski.

ZAKOŃCZENIE

Jak widać, moje tytułowe „dylematy” nie dotyczą tylko uzależnień i nie dotyczą też samych tylko rodziców. Jedno w tym wszystkim jest pocieszające. Zdaniem Spitzera dobra edukacja uwalnia nas od różnego rodzaju uzależnień. Człowiek wykształcony potrafi bowiem patrzeć krytycznym okiem na własne otoczenie i na siebie samego; nie jest zdany na bieg wydarzeń, lecz ma moc uwolnienia się od życiowego fatum. To zaś prowadzi do redukcji stresu, który, jak wiadomo, zabija komórki nerwowe. Dziś często słyszymy o konieczności uczenia się przez całe życie. Z reguły zapomina się jednak o tym, że podstawą otwartości wobec takiego podejścia jest właściwa edukacja w dzieciństwie i w okresie wczesnej młodości³⁴. ●

³¹ Spitzer M. op. cit. s. 163.

³² Ibidem, s. 236.

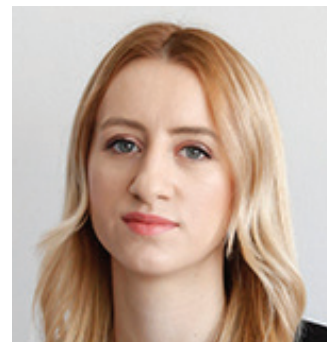
³³ Ibidem, s. 232.

³⁴ Ibidem, s. 57.

JAK NIE DAĆ SIĘ OSZUKAĆ, CZYLI JAK WALCZYĆ Z FAŁSZYWYMI INFORMACJAMI?

KINGA OSIERDA jest absolwentką Bezpieczeństwa Narodowego na Uniwersytecie Jagiellońskim oraz studentką Studiów Euroazjatyckich. Członek Zarządu Stowarzyszenia Demagog i Mentor Akademii Fact-Checkingu. Od ponad 5 lat związana z działalnością w organizacjach pozarządowych.

MAŁGORZATA KILIAN jest absolwentką politologii na Uniwersytecie Warszawskim. Założycielka Stowarzyszenia Demagog oraz pomysłodawczyni Akademii Fact-Checkingu, warsztatów skierowanych do młodzieży. Specjalizuje się w komunikacji typu digital, ze szczególnym uwzględnieniem mediów społecznościowych.



Stowarzyszenie Demagog jako pierwsza w Polsce profesjonalna organizacja fact-checkingowa inicjuje projekt, którego celem jest dostarczanie młodym ludziom niezbędnej wiedzy o faktach oraz prawdziwych informacjach, którą możemy czerpać tylko z rzetelnych i wiarygodnych źródeł. Akademia Fact-Checkingu polega na prowadzeniu w szkołach warsztatów, które mają pomóc młodym ludziom poruszać się po oceanie napływających informacji, plotek i kłamstw w Internecie.

JAK NIE DAĆ SIĘ OSZUKAĆ, CZYLI JAK WALCZYĆ Z FAŁSZYWYMI INFORMACJAMI?

KINGA OSIERDA • MAŁGORZATA KILIAN

Żyjemy w świecie, w którym szybki i nieograniczony dostęp do Internetu zaczyna być nierozzerwalną częścią naszego życia. Większość informacji czerpiemy już nie z gazet czy telewizji, ale przede wszystkim z mediów społecznościowych, które dla wielu młodych osób stanowią „okno na świat”. Coraz rzadziej weryfikujemy informacje i zastanawiamy się nad ich rzetelnością. Jaki ma to wpływ na nasze życie? Jak wiele dociera do nas fałszywych informacji? Czym są fake newsy i jak je rozpoznawać? Czym jest i jaką rolę odgrywa fact-checking i rzetelne źródła informacji?

KRÓTKA HISTORIA FACT-CHECKINGU

Fact-checking w dosłownym tłumaczeniu na język polski oznacza sprawdzanie faktów, a od połowy lat 90. jest metodą, za pomocą której weryfikuje się informacje oraz sprawdza prawdomówność, między innymi polityków czy ludzi ze świata biznesu. Dla dziennikarzy z całego świata jest narzędziem wykorzystywanym w codziennej pracy.

Z raportu przygotowanego przez amerykańskie centrum badań dziennikarskich Duke Reporter's Lab wynika, że na świecie w 2018 roku działało 156 organizacji i projektów zajmujących się szeroko pojętą ideą fact-checkingu¹. Dla porównania w roku 2014 były to 44 redakcje. Działalność związana z weryfikacją informacji najprężniej rozwija się w Stanach Zjednoczonych. Działa tam co najmniej kilkadziesiąt organizacji i think thanków, których działalność koncentruje się na fact-checkingu.

¹ Duke Reporters Lab, www.reporterslab.org/fact-checking, www.reporterslab.org, dostęp 15.06.2019.

KINGA OSIERDA MAŁGORZATA KILIAN

Najwięcej z nich jest skupionych wokół uniwersytetów lub organizacji pozarządowych.

Jeden z pierwszych portali fact-checkingowych w Stanach Zjednoczonych, FactCheck.org, rozpoczął swoją działalność już w 2003 roku. Jednak najpopularniejszy okazał się serwis PolitiFact, założony w 2007 roku, który już rok później otrzymał nagrodę Pulitzera. Redakcja PolitiFact zajmuje się również weryfikowaniem obietnic wyborczych prezydentów. Wraz z objęciem urzędu przez Donalda Trumpa zespół politifact.com zakończył projekt Obameter, a rozpoczął Trump-o-meter. Potrzebę powołania działu zajmującego się fact-checkingiem zauważyła również redakcja „The Washington Post”. Od 2007 roku działą prowadzony przez Glenna Kesslera specjalny dział „The Washington Post Fact Checker”, który na bieżąco weryfikuje stwierdzenia polityków.

W związku z ostatnią kampanią prezydencką i coraz większą falą fake newsów, *fact-check* w Ameryce stał się jeszcze bardziej popularny. Stacja Bloomberg jako pierwsza postanowiła na bieżąco sprawdzać wypowiedzi kandydatów, jeszcze podczas trwania debaty. W Europie również zauważalne jest łączenie sił, aby razem przeciwstawić się fałszowi w debacie publicznej. Tak stało się w przypadku Francji, gdzie powstała inicjatywa CrossCheck, łącząca wiele francuskich redakcji we współpracy z First Draft News i Google News Lab. Podobnie dzieje się w Norwegii, gdzie VG i Dagbladet wraz z publicznym nadawcą połączyły siły i utworzyły Faktisk.

NAJWYŻSZE STANDARDY DZIENNIKARSKIE

Kontrolę realizacji misji oraz zachowania najwyższych standardów dziennikarskich przez organizacje fact-checkingowe sprawuje International Fact-Checking Network (IFCN), Międzynarodowa Sieć Organizacji Fact-Checkingowych powstała we wrześniu 2015 roku z inicjatywy Poynter Institute for Media Studies, który zrzesza instytucje działające na rzecz fact-checkingu i odpowiedzialnego dziennikarstwa. Pierwszym dyrektorem IFCN był Alexis Mantzarlis. IFCN zajmuje się monitorowaniem

trendów w sprawdzaniu faktów oraz pojawiających się nowych rozwiązań technologicznych dotyczących fact-checkingu. Celem IFCN jest promowanie najwyższej jakości analiz oraz dostarczanie wiedzy na temat fact-checkingu. Sieć oferuje również szkolenia na temat weryfikowania informacji oraz organizuje raz w roku konferencję zatytułowaną „Global Fact-Checking Summit”. *International Fact-Checking Network* zrzesza organizacje, które zadeklarowały przestrzeganie kodeksu organizacji fact-checkingowych oraz raz w roku kontroluje wywiązywanie się sygnatariuszy kodeksu z przyjętych zobowiązań.



STOWARZYSZENIE DEMAGOG

Stowarzyszenie Demagog jest jedyną w Polsce organizacją fact-checkingową zajmującą się weryfikacją wypowiedzi polityków od 2014 roku. Oficjalnie Stowarzyszenie zostało zarejestrowane 29 kwietnia 2016 roku. Misją organizacji jest działanie na rzecz poprawy jakości debaty publicznej w Polsce, tak aby bezstronna i wiarygodna informacja była podstawowym źródłem wiedzy obywateli. Od maja 2019 roku nad jakością pracy redakcji czuwa International Fact-Checking Network.

Codziennie kilkuosobowa redakcja wyszukuje i weryfikuje informacje dotyczące polskiej sceny politycznej. Źródłem wypowiedzi są zapisy programów z udziałem polityków w radiu i telewizji, stenogramy z posiedzeń sejmowych, bezpośrednie wypowiedzi polityków na ich profilach w mediach społecznościowych, a także wypowiedzi nadsyłane przez czytelników za pomocą strony internetowej www.demagog.org.pl. Weryfikacji i ocenie podlegają tylko informacje merytoryczne, dotyczące rzeczywistości obiektywnie sprawdzalnej. Demagog wykorzystuje cztery kategorie oceny: prawda, fałsz, manipulacja oraz nieweryfikowalne. Wypowiedzi prawdziwe muszą być potwierdzone

JAK NIE DAĆ SIĘ OSZUKAĆ, CZYLI JAK WALCZYĆ Z FAŁSZYWYMI INFORMACJAMI?

przez pierwotne i wiarygodne źródła, za fałszywe są uznawane wypowiedzi, które nie są zgodne z żadną publicznie dostępną informacją, natomiast kiedy wypowiedzi noszą znamiona celowo wprowadzających w błąd, uznawane są za manipulację.

Oprócz codziennej pracy redakcja przygotowuje również tematy tygodnia, sprawdza obietnice wyborcze oraz przygotowuje raporty dotyczące zagadnień z dziedziny fact-checkingu i fake newsów. Do tej pory stowarzyszenie zweryfikowało 3403 wypowiedzi, prześwietlono 227 obietnic wyborczych, sprawdziło 533 osoby. W ramach stowarzyszenia działa również Akademia Fact-Checkingu – projekt edukacyjny zaadresowany do młodzieży szkolnej oraz studentów. Głównym celem projektu jest przekazywanie młodym ludziom wiedzy o fake newsach oraz innych rodzajach manipulacji w Internecie. Mentorzy Stowarzyszenia dzielą się swoim doświadczeniem z fact-checkingu i razem z młodzieżą rozwijają krytyczne myślenie.

JAK ODRÓŻNIĆ FAKE-NEWS OD PRAWDY?

Fake news to fałszywa informacja upubliczniona w sieci lub za pośrednictwem innych mediów, stworzona dla realizacji konkretnego celu, np. ośmieszenia kogoś, wpływu na decyzje wyborców czy osiągnięcia korzyści finansowych. Problem ten coraz częściej dotyczy młodzieży, jak również osób starszych, które są nieświadome zagrożeń wynikających z udostępniania treści pochodzących z niewiarygodnych źródeł. Na szczególną uwagę zasługuje to, że z roku na rok powstaje coraz więcej stron, które specjalizują się w tworzeniu fałszywych informacji, wzbudzaniu niepokoju, pokazywaniu skrajności i manipulowaniu naszymi emocjami. Jak więc odróżnić fake news od prawdy?

Pierwszym podstawowym elementem jest włączenie krytycznego myślenia, które pozwoli nam krok po kroku analizować informacje zawarte w artykułach. Przy przeglądaniu Internetu musimy być uważni. Nie możemy wierzyć we wszystko, co zobaczymy i musimy kwestionować informacje wątpliwe.

Jak rozpoznać fałszywy artykuł



1. Spójrz czy nagłówek nie jest clickbaitem. Przeczytaj cały tekst



2. Zwróć uwagę na domeny i adres url.



3. Przeczytaj sekcję „o nas”. Sprawdź profil osoby publikującej



4. Sprawdź autora artykułu i datę publikacji



5. Poszukaj czy w artykule są podane źródła



6. Spójrz, czy występują cytaty i kto jest cytowany



7. Sprawdź komentarze i odpowiedzi



8. Sprawdź grafikę/zdjęcie przez wyszukiwanie obrazu w google



9. Sprawdź, czy ktoś inny o tym napisał, albo czy fact-checkerzy już to sprawdzili



10. Przemyśl czy twoje poglądy mogą mieć wpływ na ocenę informacji.

KINGA OSIERDA MAŁGORZATA KILIAN

NAUCZANIE I UCZENIE SIĘ

Pomoże nam w tym krótki poradnik, jak rozpoznawać fake newsy:

1. Zaczynamy od sprawdzenia, czy nagłówek nie jest clicbaitem. Clickbait to nagłówek (tytuł), w którym umyślnie pominięto ważne informacje, by zmusić czytelnika do kliknięcia i przeczytania całego artykułu; jest często nacechowany emocjonalnie lub wprowadzający w błąd.
2. Koniecznie musimy zwrócić uwagę na domeny i adresy URL. Warto również zapoznać się z zakładką „o nas”, jeśli dana strona ją posiada.
3. Sprawdzamy autora artykułu i datę publikacji. Często informacja o autorze pojawia się na początku albo na końcu tekstu. To ważne – w przypadku tworzenia fałszywych stron osoby, które za nimi stoją, nie chcą, aby ktokolwiek znał ich tożsamość.
4. Sprawdzamy źródła, na podstawie których napisana została informacja. Bardzo ważne są wiarygodne źródła i zweryfikowanie pochodzenia linków lub przypisów zawartych w tekście.
5. Sprawdzamy, czy tekst zawiera cytaty i kogo cytuje. W wiarygodnych artykułach pojawiają się cytaty osób, które są ekspertami lub odgrywają rolę w opisywanej historii. Jeśli znamy tę osobę lub możemy ją lub jej wypowiedź łatwo wyszukać, artykuł staje się wiarygodniejszy.
6. Warto przeczytać komentarze i odpowiedzi do artykułu. Jeśli nie jesteście pewni, czy dana wiadomość nie jest fake newsem, sprawdźcie, czy ktoś już o tym napisał w komentarzu albo czy organizacje fact-checkingowe już to zweryfikowały.
7. Jeśli artykuł zawiera obrazy, warto skorzystać z opcji odwróconego wyszukiwania Google lub TinEye. Dzięki tej metodzie sprawdzicie, czy zamieszczony w artykule obraz nie został już wcześniej wykorzystany i czy na pewno dotyczy opisywanego wydarzenia.
8. Przy analizowaniu informacji przydatny może być również kontakt z organizacjami fact-checkingowymi, które, bazując na wiarygodnych źródłach, zweryfikują za nas informację.

Każdego dnia, poszukując informacji w Internecie, możemy natrafić na fake newsy. Musimy być szczególnie uważni, czytając informacje na temat zdrowia, polityki czy zagadnień naukowych. Fake newsy dotyczą w dużej mierze wydarzeń związanych z życiem politycznym, ale nie tylko. Wiele z nich wspiera teorie spiskowe związane z kwestiami medycznymi (np. szczepieniami) czy zmianami klimatu. Także świat celebrytów musi mierzyć się z fake newsami. Przykładowo, w 2016 roku świat obiegły fałszywe doniesienia o samobójstwie Angeliny Jolie. W ostatnich tygodniach mogliśmy się nabrać na film pokazujący światowych przywódców, w tym Donalda Trumpa, Władimira Putina i Kim Dzong Una, śpiewających przebój Johna Lennona „Imagine”. Powracają do nas fałszywe informacje dotyczące leczenia raka witaminą C czy o rtęci w szczepionkach. Tematem, który wzbudza wiele emocji w społeczeństwie i jest wykorzystywany przez profesjonalne strony tworzące fake newsy są uchodźcy i ich sytuacja w Europie.

Jakie są główne motywacje autorów fake newsów? Pierwszą i najbardziej niebezpieczną są pieniądze. Im większe zainteresowanie czytelników, przekładające się na liczbę wyświetleń strony z reklamami, tym większe zarobki właścicieli portali. Inne motywacje mogą być czysto egoistyczne – dążenie do jak największej ilości lajków na Facebooku, Twitterze – lub polityczne, kiedy autorzy fake newsa starają się przekonać do swojej ideologii jak największą liczbę osób.

JAK NIE DAĆ SIĘ OSZUKAĆ, CZYLI JAK WALCZYĆ Z FAŁSZYWYMI INFORMACJAMI?

Przykłady fake-newsów

PAPIEŻ FRANCISZEK POPIERA KANDYDATURĘ DONALDA TRUMPA NA URZĄD PREZYDENTA STANÓW ZJEDNOCZONYCH

YOUR LOCAL NEWS NOW

TOP STORIES COMMUNITY ENTERTAINMENT SPORTS LIFE ABOUT LATEST NEWS

Pope Francis Shocks World, Endorses Donald Trump for President, Releases Statement

TOPICS: Pope Francis Endorses Donald Trump



MACIEJ MUSIAŁ ZGINĄŁ W WYPADKU SAMOCHODOWYM

FAKTY

POLSKA EUROPA POLITYKA SPORT INFORMACJE TRAGEDIE CELEBRYCI

Home » sport » Maciej Musiał nie żyje! Jego auto zderzyło się z czolowem.



MACIEJ MUSIAŁ NIE ŻYJE! JEGO AUTO ZDERZYŁO SIĘ CZOLOWO.

08.11.2018 10:01

Maciej Musiał, gwiazda aktor i prezenter telewizyjny, scenyści i Kariera jako aktor dziecięcy w wieku 9 lat, signal wczesny na egzaminie samochodowym jako zabawa weso, młodości.

Wzrost ofiar jest także jego bliźni przepadł.

Kierownik Prokuratury Krajowej Policji Warszawa-ostrowie poinformowała, że do wypadku doszło na drodze krajowej nr 7 Głubisz-ostrowie między Józefowem a kościołem Dworków.

HILLARY CLINTON SPRZEDAWAŁA BRONĀ PAŃSTWU ISLAMSKIEMU



NARZĘDZIA FACT-CHECKERA

W codziennej pracy fact-checkerom pomagają narzędzia służące do weryfikowania informacji. Za pomocą wyszukiwania obrazu w Google możemy bardzo łatwo i szybko sprawdzić, czy umieszczona w konkretnym artykule grafika była już wcześniej użyta. Wystarczy przesłać konkretny obraz lub adres URL zdjęcia czy obrazu. Bardzo podobnym narzędziem jest TinEye, które poza wyszukiwarką Google przeszukuje również pozostałe przeglądarki.

Narzędziem służącym do weryfikacji informacji o konkretnych osobach, a także ich działaniach w sieci jest między innymi Stalscan.com. Podobnie jak przy wyszukiwaniu obrazów wystarczy, że posiadamy adres URL konta na Facebooku wybranej osoby. Dzięki temu widoczne dla nas staną się wszelkie informacje publiczne dostępne na jej profilu. Podobnie działa między innymi strona Spofbox. Za pomocą wyszukiwarki Pipl.com będziemy

w stanie odnaleźć profile w pozostałych mediach społecznościowych za pomocą nazwiska.

Bardzo ważną kwestią jest to, że w Internecie nic nie ginie. Oznacza to, że nawet jeśli na Instagramie czy Facebooku mamy profil prywatny, to i tak część z informacji można odnaleźć między innymi za pomocą wyżej wymienionych narzędzi.

RZETELNE ŹRÓDŁA INFORMACJI

Jeśli chodzi o źródła, które pomogą nam w samodzielnym weryfikowaniu informacji, ważne jest korzystanie ze źródeł pierwotnych i nieprzetworzonych. Najbardziej rzetelne dane powinny występować w oryginalnym kontekście. Dlatego niektóre źródła informacji, tj. portale informacyjne, blogi czy Wikipedia nie są dla nas wiarygodnymi źródłami, na które możemy powoływać się w analizach. W przypadku jakichkolwiek wątpliwości w pierwszej kolejności powinniśmy korzystać z raportów

KINGA OSIERDA
MAŁGORZATA KILIAN

NAUCZANIE I UCZENIE SIĘ

przygotowywanych przez ogólnopolskie i światowe instytucje badawcze, jak również z badań naukowych przygotowywanych przez ekspertów. Wynika to m.in. z tego, że niektóre badania przygotowywane na zamówienie konkretnych firm mogą być niedostępne.

Źródła, o których mowa, to najczęściej raporty instytutów badań opinii publicznej, takich jak Centrum Badań Opinii Społecznej (CBOS) czy też Ośrodek Badań Opinii Publicznej (OBOP). Odpowiedzi na nurtujące pytania, dotyczące np. danych statystycznych, znajdziemy między innymi w bazie Głównego Urzędu Statystycznego (GUS), Eurostatu, a także Organizacji Współpracy Gospodarczej i Rozwoju (OECD). Wiarygodnym źródłem, dzięki któremu sprawdzimy wszelkie kwestie związane z finansami, będą między innymi dane podawane przez Narodowy Bank Polski (NBP), Międzynarodowy Fundusz Walutowy (IMF) czy też Bank Światowy (WB). Warto również zapoznać się z informacjami agencji prasowych – w naszym przypadku Polskiej Agencji Prasowej (PAP).

Innym sposobem na pozyskiwanie wiarygodnych informacji jest korzystanie z prawa dostępu do informacji publicznej, przyznane każdemu obywatelowi. Artykuł 61. Konstytucji RP stanowi, że obywatel ma prawo do uzyskiwania informacji o działalności organów władzy publicznej oraz osób pełniących funkcje publiczne. Prawo to obejmuje również uzyskiwanie informacji o działalności organów samorządu gospodarczego i zawodowego, a także innych osób oraz jednostek organizacyjnych w zakresie, w jakim wykonują one zadania władzy publicznej i gospodarują mieniem komunalnym lub majątkiem Skarbu Państwa.

Spora część informacji dotyczących polityki wewnętrznej i zewnętrznej jest powszechnie dostępna między innymi w ramach Biuletynów Informacji Publicznej. Jeśli poszukiwana przez nas informacja nie jest łatwa do uzyskania, możemy wystąpić z wnioskiem o dostęp do informacji publicznej. Zgodnie z ustawą dostęp ten może nam zostać zagwarantowany w trzech postaciach – nieprzetworzonej, przetworzonej i w postaci dostępu do obrad organu kolegialnego. Zgodnie z ustawą informacja powinna zostać nam udostępniona w ciągu 14 dni od daty złożenia wniosku. Wniosek może mieć formę dowolną i może po prostu zawierać konkretne pytania. Co istotne, nie ma potrzeby wyjaśniania, podawania przyczyny czy tłumaczenia, do jakich celów informacja jest nam potrzebna. Wnioskując o dostęp do informacji publicznej, korzystamy ze swojego prawa. Urzędnik ma obowiązek odpowiedzieć na nasz wniosek, udzielając wymaganej przez nas informacji, a jeśli nie jest to możliwe, wyjaśnić dlaczego.

MYŚL KRYTYCZNIE!

Krytyczna analiza przekazów medialnych (ang. *news literacy*) należy do zestawu podstawowych kompetencji, bez których nie obejdziemy się we współczesnym świecie. Jeśli chcemy świadomie w nim funkcjonować, musimy radzić sobie z docierającymi do nas informacjami w postaci plotek, manipulacji czy kłamstw. Wymaga to od nas szczególnych umiejętności, takich jak weryfikowanie informacji i sprawdzanie, czy fakty są zgodne z rzeczywistością oraz rozumienie tego, w jaki sposób powstają newsy. Tylko poprzez edukację medialną i naukę krytycznego myślenia od najmłodszych lat możemy poradzić sobie z narastającym problemem fałszywych informacji oraz manipulacji w Internecie. ●

CYBERBAITING JAKO JEDNO Z ZAGROŻEŃ TELEINFORMATYCZNYCH W PRACY NAUCZYCIELA

PIOTR DEPUTOWSKI rzez 20 lat pełnił służbę w policji w charakterze specjalisty ds. prewencji Kryminalnej Komendy Rejonowej Warszawa Śródmieście. Aktualnie zawodowo związany ze Urzędem Miasta w Pruszkowie, gdzie pracuje na stanowisku kierownika referatu profilaktyki. Prowadzi zajęcia i szkolenia w placówkach oświatowo-wychowawczych z zakresu szeroko rozumianego bezpieczeństwa własnego, bezpieczeństwa cyberprzestrzeni, m.in. „Stop cyberprzemocy”, „Zagrożenia cyberprzestrzeni”, „Stop sekstingowi”, „Grooming – nie daj się”.



CYBERBAITING JAKO JEDNO Z ZAGROŻEŃ TELEINFORMATYCZNYCH W PRACY NAUCZYCIELA

PIOTR DEPUTOWSKI

WSTĘP I DEFINICJA ZJAWISKA

Współczesny człowiek żyje w dwóch światach: rzeczywistym i cyberprzestrzeni. I właśnie w cyberprzestrzeni bardzo często umieszcza wytwory swoich działań, dzieli się przemyśleniami, planami, marzeniami i obawami.

Internet jako medium jest powszechny, niesie ze sobą wiele niezaprzeczalnych korzyści. Jednakże obok nich może nieść wiele zagrożeń, na które szczególnie narażone są osoby przyjmujące bezkrytycznie wszelkie zamieszczane w nim informacje, w tym również mogące stwarzać zagrożenie dla życia lub zdrowia człowieka.

Internet jest również miejscem, w którym można znaleźć przepisy i rady na praktycznie każdy temat. Można tu zatem znaleźć materiały, które nie są przeznaczone dla młodego człowieka: podejrzane kontakty, skrajną przemoc, a nawet przepisy na skonstruowanie bomby lub porady, jak popełnić samobójstwo.

Wśród wielu zagrożeń związanych z korzystaniem z Internetu znajduje się mniej powszechne, do tej pory bardzo słabo rozpoznane oraz nieposiadające jeszcze polskiej nazwy: cyberbaiting.

Czym jest cyberbaiting? Jest to jedna z wielu form cyberprzemocy. Jej cechą charakterystyczną jest to, że skierowana jest przeciwko nauczycielom. Sprawcami, jak łatwo można się domyślić, są przede wszystkim uczniowie oraz rodzice uczniów. Cyberbaiting polega między innymi na sprowokowaniu nauczyciela do określonego, niezgodnego z normami prawnymi, zasadami i etyką pracy zachowania, następnie sfilmowaniu go urządzeniem rejestrującym obraz lub dźwięk i opublikowaniu tego materiału w sieci.

Jednym z bardziej znanych zdarzeń, mających wszystkie cechy cyberbaitingu, był incydent w 2003 roku, kiedy to uczniowie jednej z toruńskich szkół zawodowych, chcąc dokuczyć nauczycielowi, założyli mu kosz na śmieci na głowę, używali wulgarnych słów pod jego adresem, a po nagraniu

PIOTR DEPUTOWSKI

NAUCZANIE I UCZENIE SIĘ

zdarzenia kamerą w telefonie komórkowych umieścili materiał w sieci¹.

Z materiałów dostępnych w Internecie, jak również innych artykułów prasowych wynika, że zdarzenia takie stają się w polskich szkołach coraz częstsze. Nauczyciele bardzo często nie radzą sobie z tym zjawiskiem², boją się rozmawiać o nim z kolegami w obawie, że mogą zostać ocenieni jako nauczyciele, którzy nie radzą sobie z wykonywaniem obowiązków. Myślenie takie może doprowadzić do szybkiego wypalenia zawodowego nauczyciela oraz przysparza dodatkowych stresów.

Biorąc pod uwagę powyższe, definicja cyberbaitingu może brzmieć następująco: cyberbaiting – zjawisko polegające na celowym sprowokowaniu nauczyciela przez ucznia lub grupę uczniów do nieprofesjonalnego zachowania się oraz nagranie takiego zachowania za pośrednictwem urządzeń rejestrujących obraz i dźwięk, a następnie opublikowanie takiego zapisu w mediach społecznościowych lub na ogólnodostępnych internetowych platformach streamingowych.

Celem takiego działania jest ośmieszenie nauczyciela lub pracownika szkoły lub innej placówki oświatowej.

Skutkiem cyberbaitingu może być załamanie psychiczne nauczyciela, utrata pracy i/bądź odpowiedzialność prawna lub dyscyplinarna za sprowokowane zachowanie niezgodne z obowiązującymi normami prawnymi.

Słowo cyberbaiting składa się z dwóch członów:

- „cyber” – to angielski przedrostek oznaczający zjawisko, zdarzenie w świecie wirtualnym, cyfrowym³,
- „bait” – to angielski rzeczownik „przynęta”, w formie czasownikowej m.in. „zakładać przynętę”⁴.

Inną definicję cyberbaitingu podaje *urbandictionary.com*: Cyberbaiting występuje wtedy, gdy uczniowie, indywidualnie lub w grupie, planują działania tak skandaliczne, oburzające, szokujące, że nauczyciel w klasie traci samokontrolę i zaczyna krzyczeć lub działa w inny nieprofesjonalny sposób. Nauczyciel jest potajemnie nagrany, a film z chwilowej utraty kontroli jest publikowany w sieci, w serwisach społecznościowych⁵.

Cechą charakterystyczną zjawiska, podobnie jak w przypadku cyberprzemocy, jest wykorzystanie nowych technologii informacyjnych, a zwłaszcza ogólnego dostępu do Internetu i urządzeń rejestrujących i nagrywających obraz i dźwięk, takich jak np. smartfon, tablet itp.

CYBERBAITING JAKO JEDNA Z FORM CYBERPRZEMOCY

Cyberbaiting wywodzi się bezpośrednio od zjawiska cyberprzemocy⁶ (cyberbullyingu), w którym głównymi ofiarami są uczniowie lub inne osoby z tej samej szkolnej grupy rówieśniczej⁷. Zjawisko cyberbaitingu zawiera w sobie wszystkie cechy cyberprzemocy, czyli:

¹ <https://wiadomosci.wp.pl/osmiu-uczniow-relegowanych-z-torunskiej-budowlanki-6036350394430081a>, dostęp 14.05.2019.

² <http://www.newsweek.pl/polska/nauczyciele-sa-bezradni--az-chce-sie-bic,100375,1,1.html>, dostęp 14.05.2019.

³ Fisiak J., Adamska-Sataciak A., Jankowski M., Idzikowski M., Jagta E., Lew R. *Współczesny słownik angielsko-polski, polsko-angielski*. Longman-Pearson Education, 2004, s. 106.

⁴ Ibidem, s. 32.

⁵ <https://www.urbandictionary.com/define.php?term=cyberbaiting>, dostęp 31.01.2017.

⁶ Wojtasik Ł. *Cyberprzemoc – charakterystyka zjawiska* [w:] Wojtasik Ł. [red.] *Jak reagować na cyberprzemoc – poradnik dla szkół* [red.] Fundacja Dzieci Niczyje, wydanie II, s. 6-10.

⁷ Pyżalski J. *Agresja elektroniczna i cyberbullying jako nowe ryzykowne zachowania młodzieży*, Kraków 2012, s. 112.

CYBERBAITING JAKO JEDNO Z ZAGROŻEŃ TELEINFORMATYCZNYCH W PRACY NAUCZYCIELA

- intencjonalność – zamiar zaszkodzenia (w tym przypadku nauczycielowi lub pracownikowi szkoły),
- powtarzalność – materiał opublikowany w Internecie może być kopiowany, udostępniany teoretycznie nieskończoną ilość razy,
- trwałość – materiałów umieszczonych w Internecie nie można usunąć z uwagi na ich multiplikację⁸.

Sprawcy cyberbaitingu wykorzystują także typowe cechy charakterystyczne technologii cyfrowych. Są to przede wszystkim:

- pozorna duża anonimowość sprawcy,
- poczucie siły wynikające z anonimowości, umiejętności informatycznych oraz specyfiki komunikacji za pośrednictwem sieci teleinformatycznej,
- szybkość rozprzestrzeniania się umieszczonych w sieci materiałów,
- powszechna, nieograniczona dostępność⁹.

Nauczyciel nie jest świadom, że jego wizerunek został umieszczony w sieci wbrew jego wiedzy i woli. Dowiaduje się o tym, kiedy materiały zostały już zmultiplikowane i dotarły do niego samego, znajomych, kolegów lub przełożonych.

SKALA ZAGROŻENIA CYBERBAITINGIEM ORAZ PRZYCZYNY I FORMY ZJAWISKA

Na podstawie diagnozy własnej, przeprowadzonej wśród nauczycieli, z którymi realizowane były szkolenia, można określić skalę zagrożenia zjawiskiem. Okazuje się, że ponad 29% nauczycieli

doświadczyło już różnych form cyberbaitingu¹⁰. Jest to liczba bardzo duża, problem dotyczy prawie co trzeciego nauczyciela. Zjawisko jest tym bardziej niebezpieczne, że w warunkach polskich nie zostało ono jeszcze w szczegółowy sposób zbadane ani opisane. Dotychczas nie funkcjonowały żadne programy profilaktyczne przeciwdziałające cyberbaitingowi.

Głównymi formami cyberbaitingu są¹¹:

- wysyłanie obraźliwych SMS-ów, MMS-ów, maili itp. – 46,5%,
- prowokowanie, np. na zajęciach, utrwalanie i publikowanie w Internecie ośmieszających filmów przedstawiających nauczyciela w niekorzystnym świetle – 34,2%,
- wykorzystanie prywatnych materiałów pobranych z portali społecznościowych w celu ośmieszenia nauczyciela – 53,4%,
- inne formy – 20,5%.

Z powyższego zestawienia wynika, że największe zagrożenie wyływa z możliwości wykorzystania prywatnych materiałów umieszczonych przez nauczyciela np. na portalu społecznościowym, a następnie skopiowaniu bądź pobraniu ich przez ucznia w celu ośmieszenia nauczyciela. Pomimo ewidentnego zagrożenia 61% polskich nauczycieli deklaruje, że ma uczniów na liście swoich znajomych w portalach społecznościowych¹².

Świadczy to również o tym, że nauczyciele bardzo często nie chcą albo nie umieją skonfigurować odpowiednich ustawień prywatności i poprzez to każdy może mieć dostęp do prywatnych materiałów, które zostały umieszczone przez nauczyciela

⁸ Pyżalski J. *Agresja elektroniczna dzieci i młodzieży – różne wymiary zjawiska*. „Dziecko krzywdzone. Teoria, Badania, Praktyka” nr 1/2009, s. 6.

⁹ Wojtasik Ł. *Przemoc rówieśnicza a media elektroniczne*. „Dziecko krzywdzone. Teoria, Badania, Praktyka” nr 1/2009, s. 78-89.

¹⁰ <http://ebi.edu.pl/cyberbaiting>, dostęp 14.05.2019.

¹¹ Ibidem.

¹² Szajda A. *Cyberbaiting wyzwaniem dla pedagoga szkolnego*, „Biuletyn Edukacji Medialnej”, s. 56-71, http://pracownik.kul.pl/files/12097/public/em_doroli/Artykul_Cyberbaiting_wyzwaniem_dla_pedagoga_szkolnego.pdf, dostęp 31.01.2017 [za:] Report Norton Online Family 2011, <http://pl.norton.com/cybercrimereport/promo>, dostęp 18.07.2014.

PIOTR DEPUTOWSKI

NAUCZANIE I UCZENIE SIĘ

w sieci. Chciałbym tutaj zadać pytanie retoryczne: który z nauczycieli chciałby, aby jego podopieczny oglądał go w kostiumie kąpielowym na plaży lub w różnych, zwykłych, prywatnych sytuacjach życiowych, na przykład podczas jakiegokolwiek imprezy, uroczystości rodzinnej itp.?

Jak zostało powiedziane powyżej, ponad 29% nauczycieli polskich szkół doświadczyło osobiście zjawiska cyberbaitingu¹³.

Sprawcami cyberbaitingu według nauczycieli byli najczęściej¹⁴:

- uczniowie – 85,5%,
- rodzice uczniów – 28,7%,
- inne osoby (np. dziadkowie) – 6,8%,
- nauczyciele nie wiedzieli, kto był sprawcą – 16,4%.

Okazuje się, że aż w 28% przypadków cyberbaitingu sprawcami są rodzice. Mimo że uczniowie, jako sprawcy, stanowią olbrzymią większość, to szczególnie niepokojący jest duży udział rodziców w tym procederze. Przyczyn tego zjawiska można szukać z pewnością w chęci „odegrania się”, zemsty na nauczycielu, za – zdaniem rodzica – niesprawiedliwe potraktowanie jego dziecka. Innym powodem nękania nauczyciela przez rodziców za pośrednictwem sieci teleinformatycznej jest usiłowanie wymuszenia na nauczycielu określonego zachowania w stosunku do dziecka. Kolejną formą szykanowania wskazaną przez nauczycieli było wykorzystanie przez rodziców lub uczniów prywatnych materiałów nauczyciela (np. zdjęć z wakacji, uroczystości rodzinnych itp.) umieszczonych na portalach społecznościowych, gdzie rodzic albo uczeń znajdował się na liście znajomych nauczyciela. Daje się tutaj zauważyć znikoma świadomość prawna rodziców, którzy bardzo często nie zdają sobie sprawy, że od 2007 roku, na mocy artykułu 226 § 1 *Kodeksu karnego*, nauczyciel korzysta ze szczególnej formy ochrony przewidzianej dla funkcjonariuszy publicznych.

Podobne motywacje kierowały również uczniami, którzy byli sprawcami cyberbaitingu. Oprócz wymienionych powyżej przyczyn u uczniów dochodziła jeszcze chęć ośmieszenia nauczyciela bez żadnego szczególnego powodu lub jedynie w celu zdobycia większej popularności wśród rówieśników. Wszyscy nauczyciele, którzy czytają ten tekst, zgodzą się chyba, że praca z dzieckiem sprawiającym trudności wychowawcze jest bardzo zakłócona lub wręcz niemożliwa, jeżeli brak jest współpracy czy też najwykleszego wsparcia ze strony rodziców.

CYBERBAITING W ŚWIETLE OBOWIĄZUJĄCYCH PRZEPISÓW PRAWNYCH

Od 2007 roku nauczyciel korzysta ze szczególnej ochrony przewidzianej dla funkcjonariuszy publicznych¹⁵. Oprócz tego, nauczyciel, jak każdy obywatel, ma prawo skorzystania z powszechnie obowiązujących przepisów dotyczących ochrony dóbr osobistych.

Art. 226 § 1 *Kodeksu karnego*: Kto znieważa funkcjonariusza publicznego albo osobę do pomocy mu przybraną podczas lub w związku z pełnieniem obowiązków służbowych... Zniewaga to zachowanie wyrażające pogardę dla innej osoby, zwykle w postaci epitetu słownego, ale też pismem, wizerunkiem, obelżywym gestem, działaniem lub zaniechaniem. Zniewaga może zachodzić w obecności osoby znieważonej albo pod jej nieobecność, lecz publicznie, z zamiarem, aby zniewaga do tej osoby dotarła¹⁶.

Innym przepisem regulującym wykorzystanie i rejestrację wizerunku nauczyciela jest art. 98 ust. 1 pkt 17 oraz art. 99 pkt 4 ustawy z dnia 14 grudnia 2016 – *Prawo oświatowe*, które dają możliwość sformułowania w regulaminie szkoły zapisu regulującego zasady użytkowania urządzeń utrwalających obraz lub wizerunek. Ponadto z analizy artykułu 5 pkt 2 ustawy z dnia 6 września 2001 roku

¹³ <http://ebi.edu.pl/cyberbaiting>, dostęp 14.05.2019.

¹⁴ Ibidem.

¹⁵ Art. 63 ust. 1 Karty Nauczyciela.

¹⁶ Ustawa z dnia 6 czerwca 1997 r. – *Kodeks karny*.

CYBERBAITING JAKO JEDNO Z ZAGROŻEŃ TELEINFORMATYCZNYCH W PRACY NAUCZYCIELA

o dostępie do informacji publicznej wynika, że nauczyciel powinien wiedzieć, iż uczeń go nagrywa, gdyż w trakcie rejestrowania dźwięku i obrazu może dojść do naruszenia praw związanych z ochroną wizerunku innych uczniów.

Zasada powyższa nie ma zastosowania jedynie wtedy, gdy zachodzi podejrzenie dokonania przestępstwa przez nauczyciela i nagranie ma stanowić dowód w sprawie. W takim przypadku osoba, która posiada takie informacje lub dowody, powinna na mocy artykułu 304 *Kodeksu postępowania karnego* powiadomić wyłącznie policję lub prokuraturę o podejrzeniu popełnienia przestępstwa.

ZALECENIA MAJĄCE NA CELU MINIMALIZACJĘ ZAGROŻENIA

W celu minimalizacji zagrożenia uszkodzenia w wyniku cyberbaitingu zalecane jest zastosowanie się do poniższych zasad:

1. Ustalenie zasad odnoszących się do korzystania z urządzeń mobilnych w klasie.
2. Niedodawanie uczniów do listy znajomych na portalach społecznościowych.
3. Usunięcie lub ograniczenie uprawnień dostępu uczniom, którzy są na liście znajomych nauczyciela na danym portalu społecznościowym.
4. Udzielenie wsparcia przez kolegów, dyrekcję szkoły nauczycielowi, który doświadczył zjawiska cyberbaitingu.
5. Utrzymanie społecznego dystansu nauczyciela wobec ucznia i jego rodziców i opiekunów.
6. Niepostugiwanie się w korespondencji z rodzicami nieprofesjonalnymi określeniami lub słowami wywodzącymi się ze slangu internetowego.
7. Nieużywanie w oficjalnej korespondencji z rodzicami i uczniami emotikonów oraz emoji.
8. W żadnym wypadku niestosowanie takich rozwiązań fizycznych, jak wrywanie telefonu uczniowi, rzucanie kredą, gąbką itp.
9. Rozmowa z uczniem tylko w obecności świadków – innych nauczycieli.
10. Dokumentowanie takiej rozmowy w formie notatki, wpisu do dziennika itp.
11. Wysyłanie wiadomości do rodziców wyłącznie za pośrednictwem przeznaczonych do tego narzędzi, np. systemu Librus.
12. Zachowanie spokoju, profesjonalizmu w każdej sytuacji.
13. W przypadku braku możliwości ustalenia sprawcy, braku współpracy ucznia lub rodziców, jak najszybsze powiadomienie policji.

ZAKOŃCZENIE

Na podstawie powyższej diagnozy można stwierdzić jednoznacznie, że problem cyberbaitingu dotyczy polskich nauczycieli w bardzo dużym stopniu. Daje się tutaj zauważyć bezradność osób, które doświadczyły tej formy przemocy, lecz również nieświadome prowokowanie do cyberbaitingu, o czym świadczy duża liczba nauczycieli, przeciwko którym zostały wykorzystane ich prywatne zdjęcia znajdujące się w Internecie. Można wyjaśnić to, jak już zostało wspomniane wcześniej, na dwa sposoby. Po pierwsze – nauczyciel ma na liście znajomych ucznia, co jest niedopuszczalne. Po drugie, nauczyciel nie potrafi ustawić poziomów prywatności na swoim profilu, co może zostać skwapliwie wykorzystane przez ucznia i jego rodziców lub opiekunów chcących zastosować omawiany rodzaj przemocy.

Nauczyciel jest profesjonalistą. I musi zachowywać się w sposób profesjonalny. Powinien umieć

PIOTR DEPUTOWSKI

utrzymać pewien dystans pomiędzy sobą a rodzicem i uczniem. W kontaktach drogą elektroniczną z uczniem i jego rodzicami nie może używać slangowego słownictwa, stosować emotikonów i emoji, nie powinien także przyjmować uczniów do grupy znajomych na portalach społecznościowych i nie może dać się sprowokować nawet w sytuacji bardzo trudnej. Powinien mieć świadomość, że może być nagrywany, że każda jego, nie do końca profesjonalna, odpowiedź za pośrednictwem Internetu może zostać zapisana, a następnie użyta przeciwko niemu. Powinien w końcu szukać pomocy u swoich kolegów, którzy tej pomocy powinni mu udzielić. ●

BIBLIOGRAFIA

1. Andrzejewska A., Bednarek J., Sarzała D. *Cyberprzestrzeń – szanse, zagrożenia, uzależnienia*, Fundacja Pedagogium, Warszawa 2007.
2. Bednarek J., Andrzejewska A. [red.] *Cyberświat – możliwości i zagrożenia*, Wydawnictwo Akademickie Żak, Warszawa 2009.
3. Boroń J., Zyss T. *Komputerowy świat iluzji*, „Charaktery” nr 2/1998.
4. Braun-Gatkowska M., Ulfik-Jaworska I. *Zabawa w zabijanie. Oddziaływanie przemocy prezentowanej w mediach na psychikę dzieci*, Gaudium, Lublin 2002.
5. Fisiak J., Adamska-Sataciak A., Jankowski M., Idzikowski M., Jagła E., Lew R. *Współczesny słownik angielsko-polski, polsko-angielski*, Longman-Pearson Education, 2004.
6. King A., Shneider B. *Pierwsza rewolucja globalna. Jak przetrwać?* Raport Rady Klubu Rzymskiego, Warszawa 1992.
7. Kwiecinski Z., Witkowski L. *Ku pedagogii pogranicza*, UMK, Toruń 1990.
8. Marszałek-Kawa J. [red.] *Edukacja medialna*, Wydawnictwo Adam Marszałek, Toruń 2010.
9. Mende W. [red.] *Media a przemoc. Materiały pokonferencyjne międzynarodowej konferencji*, Góra Św. Anny 21-22.09.2009, Wydawnictwo Drukarnia Świętego Krzyża, Strzelce Opolskie 2009.
10. Melosik M. *Komputery w edukacji: eksperyment czy przeznaczenie?* „Dydaktyka Szkoły Wyższej” nr 2/1989.
11. Nguyen R.A. *Modele kształcenia zdalnego* [w:] Tanaś M. [red.] *Technologia informacyjna w procesie dydaktycznym*, Wydawnictwo Mikom, Warszawa 2005.
12. Paradowski K. *Internet – korzyści z zagrożenia*, Centrum Edukacji Społeczeństwa, Warszawa 2000.
13. Pyżalski J. *Agresja elektroniczna dzieci i młodzieży – różne wymiary zjawiska*, „Dziecko krzywdzone, Teoria, Badania, Praktyka” nr 1/2009.
14. Pyżalski J. *Agresja elektroniczna i cyberbullying jako nowe ryzykowne zachowania młodzieży*, Kraków 2012.
15. Tadiusiewicz T. *Społeczność Internetu*, Akademicka Oficyna Wydawnicza Exit, Warszawa 2002.
16. Tanaś M. *Źródła inspiracji pedagogicznych u progu XXI wieku*, „Edukacja Otwarta” nr 1-2/2002.
17. Tofler A. *Trzecia fala*, Państwowy Instytut Wydawniczy, Warszawa 1996.
18. Ulfik-Jaworska I. *Czy gry komputerowe mogą być bezpieczne?* „Wychowawca” nr 1/2002.
19. Wallace P. *Psychologia Internetu*, Dom Wydawniczy Rebis, Poznań 2014.
20. Wojtasik Ł. *Cyberprzemoc – charakterystyka zjawiska* [w:] Wojtasik Ł. [red.] *Jak reagować na cyberprzemoc. Poradnik dla szkół*, Fundacja Dzieci Niczyje, Warszawa 2009.
21. Wojtasik Ł. *Charakterystyka zagrożeń dla dzieci w Internecie*. Raport Fundacji Dzieci Niczyje, <http://www.dzieckowsieci.pl/strona.php?p=233>, dostęp 31.01.2018.
22. Zasępa T. [red.] *Internet i nowe technologie – ku społeczeństwu przyszłości*, Edycja Świętego Pawła, Częstochowa 2003.

MŁODSZE DZIECKO W SIECI – CZY (CZYJ?) TO PROBLEM? PERSPEKTYWA PEDAGOGICZNA

DR IZABELA MIKOŁAJEWSKA – z zamiłowania i z wykształcenia pedagog, terapeuta terapii psychologiczno-pedagogicznej, doradca zawodowy, szkoleniowiec i coach, trener trenerów treningu zastępowania agresji. W pracy dydaktyczno-naukowej związana z Akademią Pedagogiki Specjalnej im. M. Grzegorzewskiej w Warszawie.

AGATA MIKOŁAJEWSKA – doktorantka na University College London, Institute of Education. Jej badanie skupia się na eksploracji wyzwań związanych ze studiowaniem w języku angielskim (ang. EMI, English medium instruction) na uczelniach wyższych w Polsce. Przed podjęciem edukacji na poziomie doktorskim ukończyła studia magisterskie na kierunku Education (Research Training) na Uniwersytecie Oksfordzkim. Natomiast dzięki studiom pierwszego stopnia uzyskała tytuł BSc Psychology.

MŁODSZE DZIECKO W SIECI – CZY (CZYJ?) TO PROBLEM? PERSPEKTYWA PEDAGOGICZNA

IZABELA MIKOŁAJEWSKA • AGATA MIKOŁAJEWSKA

Problematyczne używanie Internetu (PUI) przez dzieci i młodzież, często określane jako siecjozależność (netaddiction); cyberzależność (cyberaddiction), infozależność (information addiction), zależność od Internetu (Internet Addiction Disorder – IAD), stanowi przedmiot zainteresowań przedstawicieli wielu dyscyplin naukowych i jest tematem często poruszonym w dyskursie naukowym¹.

Literatura przedmiotu wskazuje, że intensywność korzystania z Internetu jest wyraźnie zderminowana przez wiek tzw. inicjacji internetowej: im wcześniej dzieci rozpoczynają przygodę w świecie wirtualnym, tym więcej czasu spędzają na korzystaniu z urządzeń mobilnych. W świetle

badania cyklicznie przeprowadzanych przez Instytut Badawczy NASK średni wiek inicjacji internetowej wynosi 9 lat i 7 miesięcy (mediana = 10 lat) i wynik ten praktycznie się nie zmienia w stosunku do badań z 2014 roku: średnia = 9 lat i 8 miesięcy (mediana = 10 lat). Najpopularniejszym urządzeniem wykorzystywanym do łączenia się z siecią jest telefon komórkowy i smartfon (188,3 minut dziennie), laptop (70,7 minut dziennie) oraz komputer stacjonarny (62,2 minut dziennie), zdecydowanie rzadziej: tablet (25,3 minut dziennie), konsola do gier (20,4 minut dziennie) i inne (12,7 minut dziennie)². Tendencja wzrostowa liczby użytkowników Internetu, intensywność i długość czasu poświęcanego na korzystanie z jego zasobów³ wzbudza uzasadniony niepokój zarówno pedagogów, jak i innych osób zajmujących się wychowaniem.

¹ Jarczyńska J. *Problematyczne używanie Internetu przez młodzież i młodych dorosłych – przegląd narzędzi do przesiewowej oceny tego zjawiska*, „Przegląd Pedagogiczny” nr 1, s. 119-136; Poprawa R. *Problematyczne używanie Internetu – symptomy i metoda diagnozy. Badania wśród dorastającej młodzieży*, „Psychologia Jakości Życia” nr 11(1), s. 57-82; Pyżalski J. *Agresja elektroniczna i cyberbullying jako nowe ryzykowne zachowania młodzieży*, Oficyna Wydawnicza „Impuls”, Kraków 2012.

² Kamieniecki W., Bochenek M., Lange R. [red.] *Raport z badania Nastolatki 3.0*, Instytut Badawczy NASK, Warszawa 2017.

³ Czermak G. [red.] *Mały rocznik statystyczny Polski*, Główny Urząd Statystyczny, Warszawa 2018, s. 256.

IZABELA MIKOŁAJEWSKA
AGATA MIKOŁAJEWSKA

NAUCZANIE I UCZENIE SIĘ

Określając problem funkcjonowania dziecka w sieci i stawiając pytanie – czyj to jest problem? – autorki niniejszego opracowania, będące z wykształcenia i z zamiłowania pedagogami, zwracają uwagę na rolę osób dorosłych w funkcjonowaniu dziecka w sieci. Małe dziecko nie ma ani wiedzy, ani świadomości dotyczącej korzystania z nowych mediów (smartfona, komputera itp). I ma do tego prawo. Co prawda szybko nabywa szereg umiejętności, dzięki którym może korzystać z atrakcyjnych zasobów świata wirtualnego, ale to na środowisku zewnętrznym: domu rodzinnym, szkole, mass mediach spoczywa odpowiedzialność za nauczenie dziecka racjonalnego korzystania z sieci. I tu pojawia się prawdziwy problem związany z deficytami dotyczącymi edukacji medialnej i stawiania granic przez dorosłych w zakresie korzystania przez dziecko z urządzeń mobilnych.

Warto w tym miejscu przywołać teorie dwóch czołowych przedstawicieli pedagogiki: Rousseau (1762) i Locke'a (1693)⁴. Pomimo że założenia związane z istotą poglądów, które zawarli w pierwszych traktatach pedagogicznych mogą wydawać się przeciwstawne, to łączy je skierowanie uwagi na rolę uwarunkowań środowiskowych w wychowaniu. Rousseau przyjmuje, że człowiek jest z natury dobry, a zadaniem wychowania jest stwarzanie odpowiednich warunków do rozwoju i chronienie dziecka przed negatywnym wpływem warunków zewnętrznych. Natomiast istotą poglądów Locke'a jest twierdzenie, że to wychowanie tworzy ludzi i to ono decyduje, czy człowiek jest dobry, czy zły. To na otoczeniu zewnętrznym spoczywa obowiązek odpowiedniego stymulowania rozwoju dziecka. Prezentowane teorie, pozostające ze sobą pozornie w opozycji, są istotne ze względu na zwrócenie uwagi na kluczową rolę środowiska społecznego w wychowaniu dziecka.

Tymczasem w świetle ostatnich wyników badań edukacja medialna w Polsce, dotycząca świadomego i bezpiecznego korzystania z nowych mediów

przez dzieci, odbywa się głównie w trakcie samokształcenia (68,6%), co czwarty ankietowany wskazał, że w procesie tym pomagało mu rodzeństwo, co piąty, że rodzice (21,7%), natomiast szkoła jako źródło edukacji medialnej uplasowała się na ostatnim miejscu (9,7%)⁵.

Sedno problemu dotyczącego funkcjonowania dziecka w sieci wynika więc głównie z tego, że dzieci uczą się korzystać z zasobów świata wirtualnego przede wszystkim na drodze samokształcenia, bez odpowiedniego dozoru rodzica i bez właściwie realizowanej edukacji medialnej w szkole. I to jest główny, nadal nierozwiązany problem odnoszący się do funkcjonowania dziecka w sieci. Gwałtowny i przyspieszony rozwój technologiczny sprawia, że świat osób dorosłych wciąż nie nadąża za uczeniem i stwarzaniem odpowiednich warunków dla bezpiecznego i racjonalnego funkcjonowania dzieci w sieci. Nawiązując do podziału wprowadzonego przez Marka Prenskiego⁶, świat wirtualny jest dla cyfrowych tubylców, czyli osób urodzonych po 1983 roku, światem naturalnym, zaś tzw. cyfrowi imigranci, czyli osoby starsze, ten świat powoli starają się poznać i zrozumieć, dopiero uczą się w nim funkcjonować. Dzieci i młodzież często są na wyższym poziomie kompetencji technicznych dotyczących obsługi nowych mediów niż ich rodzice i nauczyciele.

Koniecznością staje się zatem wsparcie instytucjonalne w nabywaniu kompetencji medialnych przez dzieci i młodzież na kilku poziomach: na poziomie rodziny, szkoły i mass mediów. Istnieje potrzeba prowadzenia działań systemowych z zakresu edukacji medialnej ukierunkowanej na uczenie i wyposażanie współczesnego człowieka w umiejętności świadomego i krytycznego odbioru i posługiwania się różnego rodzaju komunikatami medialnymi⁷.

⁵ Tanaś M. *Opinia biegłego. Analiza rozwiązań organizacyjnych i prawnych w wybranych krajach w zakresie zapobiegania i przeciwdziałania cyberprzemocy wśród dzieci i młodzieży. Informacja o wynikach kontroli. Zapobieganie i przeciwdziałanie cyberprzemocy wśród dzieci i młodzieży*, Delegatura NIK, Kielce 2017.

⁶ Prensky M. *Digital Natives, Digital Immigrants*, MCB University Press nr 9(5)/2001, s. 1-19.

⁷ Siemieniecki B. *Media w pedagogice* [w:] Siemieniecki B. [red.] *Pedagogika medialna. Podręcznik akademicki*, tom 1, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2007.

⁴ Rousseau J.J. *Emil, czyli o wychowaniu*, tom 1, Wydawnictwo PAN, Wrocław 1995; Locke J. *Mysli o wychowaniu*, Wydawnictwo Akademickie „Zak”, Warszawa 2002.

MŁODSZE DZIECKO W SIECI – CZY (CZYJ?) TO PROBLEM? PERSPEKTYWA PEDAGOGICZNA

Niestety, edukacja medialna nie doczekała się nadal należytego miejsca w polskim systemie oświaty, choć nadzieją na jej umiejscowienie w ramowych planach nauczania była wdrażana aktualnie reforma oświatowa z 2017 roku⁸. Autorki niniejszego opracowania, biorące udział w pracach Zespołu Pedagogiki Medialnej przy Komitecie Badań Pedagogicznych PAN, poświęconych przygotowaniu ekspertyzy dotyczącej stanu pedagogiki medialnej w Polsce, mają nadzieję, że rekomendacje wynikające z raportu okażą się istotne zarówno dla projektowania programów szkolnych, jak i programów kształcenia nauczycieli.

Problem funkcjonowania dziecka w sieci wiąże się nierozłącznie z koniecznością określenia roli osób dorosłych (rodziców, nauczycieli) w uczeniu dzieci racjonalnego korzystania z zasobów sieci. Nie stracił na ważności apel D.G. Myersa⁹ o potrzebie realizacji programów ukierunkowanych na uczenie roztropnego i rozważnego korzystania z mediów, programów alternatywnych wobec metod zakazywania i cenzury. Konieczne jest bowiem rozsądne stawianie granic odnoszących się do funkcjonowania młodych ludzi w sieci i nie o zakazywanie tu chodzi – gdyż zakazany owoc bardziej smakuje – ale o współuczestniczenie w podejmowanych przez młodzież aktywnościach w sieci. ●

BIBLIOGRAFIA

1. Czermak G. [red.] *Mały rocznik statystyczny Polski*, Główny Urząd Statystyczny, Warszawa 2018.
2. Jarczyńska J. *Problematyczne używanie Internetu przez młodzież i młodych dorosłych – przegląd narzędzi do przesiewowej oceny tego zjawiska*, „Przegląd Pedagogiczny” nr 1/2015.
3. Kamieniecki W., Bochenek M., Lange R. [red.] *Raport z badania Nastolatki 3.0*, Instytut Badawczy NASK, Warszawa 2017.
4. Locke J. *Myśli o wychowaniu*, Wydawnictwo Akademickie „Żak”, Warszawa 2002.
5. Mikołajewska I., Mikołajewska A. *(Un)safescreen-time? Critical theoretical- empirical-analysis*, „International Journal of Pedagogy Innovation and New Technologies” nr 3(2)/2016. Pozyskano z journal homepage: <http://www.ijpint.com>.
6. Myers D.G. *Psychologia społeczna*, Wydawnictwo Zysk i S-ka, Poznań 2003.
7. Poprawa R. *Problematyczne używanie Internetu – symptomy i metoda diagnozy. Badania wśród dorastającej młodzieży*, „Psychologia Jakości Życia” nr 11(1)/2012.
8. Prensky M. *Digital Natives, Digital Immigrants*, MCB University Press nr 9(5)/2001.
9. Pyżalski J. *Agresja elektroniczna i cyberbullying jako nowe ryzykowne zachowania młodzieży*, Oficyna Wydawnicza „Impuls”, Kraków 2012.
10. Rousseau J.J. *Emil, czyli o wychowaniu*, tom 1, Wydawnictwo PAN, Wrocław 1995.
11. Siemieniecki B. *Media w pedagogice* [w:] Siemieniecki B. [red.] *Pedagogika medialna*. Podręcznik akademicki, tom 1, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2007.
12. Tanaś M. *Opinia biegłego. Analiza rozwiązań organizacyjnych i prawnych w wybranych krajach w zakresie zapobiegania i przeciwdziałania cyberprzemocy wśród dzieci i młodzieży. Informacja o wynikach kontroli. Zapobieganie i przeciwdziałanie cyberprzemocy wśród dzieci i młodzieży*, Delegatura NIK, Kielce 2017, pozyskano z <https://www.nik.gov.pl/kontrola/P/17/071/LKI>.
13. Wrońska A., Lange R. *Nastolatek jako użytkownik Internetu – społeczny wzorzec konsumpcji* [w:] Tanaś M. [red.] *Nastolatki wobec Internetu*, Naukowa i Akademicka Sieć Komputerowa, Warszawa 2016.
14. Ustawa *Prawo oświatowe* z dnia 14 grudnia 2016 r. (Dz. U. z 2017 r. poz. 59).

⁸ Ustawa *Prawo oświatowe* z dnia 14 grudnia 2016 r. (Dz. U. z 2017 r. poz. 59).

⁹ Myers D.G. *Psychologia społeczna*, Wydawnictwo Zysk i S-ka, Poznań 2003.

JAN WASAK



JAN WASAK jest graczem od urodzenia, zawodowo z branżą gier związany od 4 lat. Pracował jako programista i projektant w dwóch warszawskich studiach gamedeveloperskich, obecnie zajmuje się grami od strony biznesowej w Google. Prowadził warsztaty z tworzenia gier, m.in. w Hewlett Packard oraz na Politechnice Warszawskiej i Szkole Głównej Handlowej. Członek Koła Naukowego Twórców Gier POLYGON przy Politechnice Warszawskiej.

GRA WARTA... KARIERY

JAN WASAK

Nauczycielu, jeśli czujesz, że twoje dobre rady i najlepsze intencje wywołują u twoich uczniów co najwyżej sympatyczny uśmiech, który – jak sam czujesz – jest mało wyrafinowanym kamuflażem niezrozumienia i pozornej akceptacji, oddaj głos osobie, która o grach wie naprawdę dużo i która potrafiła z pasji do grania uczynić sposób na życie. Nie oznacza to oczywiście, że namawiamy uczniów do porzucenia szkolnej edukacji na rzecz wielogodzinnego ślęczenia przed monitorem. Wręcz przeciwnie – doświadczenia **Jana Wasaka** uzmysławiają, że rozwijanie pasji to drzwi do kariery, ale żeby je otworzyć, niezbędny jest klucz w postaci wiedzy i kompetencji. [red.]

Często gry komputerowe traktowane są jako forma zabawy dla dzieci, niepoważny pomysł na karierę zawodową. Tymczasem obecnie to jest już poważny biznes. Przyjrzyjmy się giedzie: wśród dziesięciu spółek cieszących się ostatnio największym zainteresowaniem inwestorów znajdziemy takie firmy, jak CD Projekt, Boombit czy Farm51. Od 2012 roku – w ciągu zaledwie 6 lat – wartość światowego rynku gier wzrosła dwukrotnie, z 70 do 137 miliardów dolarów. W branży e-sportowej wzrost jest ponad sześciokrotny – ze 130 do 865 milionów dolarów. Organizowane są mistrzostwa e-sportowe, jak chociażby Intel Extreme Masters w Katowicach, których pula nagród wynosiła w tym roku prawie 10 milionów złotych.

Trendy na rynku gier bardzo szybko się zmieniają. Dla przykładu: jeszcze kilka lat temu mało kto myślał, że gry mobilne mogą przynosić poważne

dochody – 6 lat temu stanowiły zaledwie 12% dochodów w branży, a obecnie jest to 54%. Z jednej strony mówi się o ginących zawodach w związku z postępem technologicznym, ale z drugiej jesteśmy świadkami powstawania nowych. Zapotrzebowanie na specjalistów z dziedziny IT cały czas rośnie, a sektor gier komputerowych jest jednym z tych obszarów, w którym będzie coraz więcej pracy.

Niestety, wiedzy i umiejętności związanych z szeroko pojętą informatyką, a w szczególności z grami komputerowymi, nie nabywa się w szkole. Lekcje informatyki zazwyczaj nie wykraczają poza podstawową obsługę pakietu biurowego. Nieliczne wyjątki stanowią klasy o profilu informatycznym oraz takie, w których znalazł się nauczyciel pasjonat. Najczęściej, jeśli ktoś chce się tym zajmować, to albo musi znaleźć kogoś, kto go tego nauczy poza szkołą, albo musi się nauczyć sam. A najłatwiej samodzielnie

GRA WARTA... KARIERY

naukę rozpocząć od rozwijania pasji. Takie granie w gry, za którym idzie ciekawość zrozumienia, w jaki sposób one działają, może być wspaniałym pierwszym krokiem do kariery w branży informatycznej. I nie tylko – dzięki grom można poszerzać swoją wiedzę z wielu dziedzin.

Jeśli chodzi o moje doświadczenia – dzięki grom, gdy miałem 3 lata – poznałem litery, nauczyłem się czytać. Od „Faraona” (gra komputerowa) rozpoczęło się moje zainteresowanie historią starożytnego Egiptu. Mojego znajomego tak zafascynowała historia w grach, że wybrał studia historyczne i jako nauczyciel historii uczy dziś innych, jak można uczyć historii na podstawie gier. Wiele znanych mi osób nauczyło się angielskiego, grając w gry fabularne – wymagające czytania – i sieciowe – wymagające komunikacji z innymi graczami.

To, jak działają gry, fascynowało mnie od wczesnego dzieciństwa. Gdy miałem 8 lat, udało mi się zdobyć jedyny chyba wtedy prosty program do tworzenia gier, niewymagający umiejętności pisania kodu. Udało mi się nawet zrobić kilka prostych gier, dzięki poradnikowi z czasopisma, ale na tym wówczas skończyła się moja przygoda. Nie było wtedy jeszcze tutoriali na YouTube, nie było też w moim otoczeniu nikogo, kto mógłby mi pomóc, wytłumaczyć. Moja pasja tworzenia gier musiała poczekać na lepsze czasy. Dopiero gdy poszedłem na studia, spotkałem pasjonatów tworzenia gier. Okazało się, że jest ich bardzo wielu – jak w żadnej innej branży. Dołączyłem do Koła Naukowego Twórców Gier POLYGON, zacząłem brać udział w spotkaniach, projektach i jeździć na *game jamy* (konkursy tworzenia gier). Szybko dostałem też pierwszą pracę w warszawskim studiu gamedeveloperskim. W końcu zacząłem uczyć innych – na warsztatach w ramach koła naukowego. Prowadziłem również zajęcia z tworzenia gier z dziećmi w wieku szkolnym – zazdrościłem im tego, że mogą już uczyć się tego, czego ja zacząłem się uczyć w liceum czy na studiach. Teraz nawet dzieci w wieku 10 lat są w stanie zacząć swoją przygodę z programowaniem gier komputerowych.

W JAKICH ZAWODACH PRZYDAJĄ SIĘ UMIEJĘTNOŚCI NABYTE DZIĘKI GROM KOMPUTEROWYM?

Twórca gier to zazwyczaj pasjonat, ale też programista mający szeroki zakres możliwości, ale przy tworzeniu gier pracuje wiele osób z różnych specjalizacji: grafików, animatorów, pisarzy, testerów czy też projektantów poziomów, rozgrywki lub zadań. Umiejętności związanych z tymi zawodami nie nauczymy się w szkole. Duża część specjalistów w tych dziedzinach to samouki. Mamy w Polsce kilka uczelni prywatnych, które mają w ofercie kierunki związane z grafiką komputerową, a takie związane z projektowaniem gier możemy policzyć na palcach jednej ręki. Są to prawie zawsze studia płatne, dlatego w większości wybierają je osoby, które mają już jakieś doświadczenie i wiedzą, że właśnie tym chcą się zajmować. Choćby dlatego warto więc już w trakcie szkoły spróbować swoich sił w tej dziedzinie.

Najłatwiejszym sposobem na wejście w branżę gier jest zostanie testerem. Dla wielu jawi się to jak praca marzeń – cały dzień grać w gry i jeszcze dostawać za to pieniądze. Oczywiście tak po części jest, chociaż często sprowadza się to do monotonna powtarzania setki razy jednego małego wycinka rozgrywki, aby wyłapać wszystkie błędy. W tej pracy przydaje się cierpliwość i spostrzegawczość. Zamiatowanie do gier jest czynnikiem niezbędnym, bo nie da się robić godzinami czegoś, czego się nie lubi. Bardzo dużym atutem jest znajomość języków obcych, można zostać wtedy testerem językowym i sprawdzać poprawność tłumaczeń w gotowych grach. Jeśli chcemy być testerem rozgrywki, przydaje się znajomość silnika, w którym gra została stworzona, a także podstawowa umiejętność programowania. Zrozumienie, jak gra działa „w środku”, pozwala lepiej zidentyfikować, na czym polega błąd i jest bardzo pomocne w jego naprawieniu. Oczywiście te umiejętności nie zawsze będą wymagane, ale zwiększają naszą wartość i pozwalają wynegocjować lepsze stawki. Praca testera jest dobrym wstępem do projektowania gier, bo pozwala zrozumieć, jak to wszystko działa.

JAN WASAK

NAUCZANIE I UCZENIE SIĘ

Może być pierwszą pracą po skończeniu liceum, nie wymaga wielkich kompetencji – poza pasją.

Ponieważ zainteresowanie grami jest olbrzymie, jest też duże zapotrzebowanie na informacje z tej dziedziny. Media to kolejna przestrzeń, w której pasjonat gier może zrobić karierę. Wielu marzy, by pisać recenzje do CD-Action lub występować w TVGRY czy Polsat Games. Nie wszystkim jest to dane, ale każdy, kto ma odrobinę zacięcia dziennikarskiego, może zacząć nagrywać własne filmy na swoim kanale na YouTube bądź pisać artykuły na bloga. Z czasem może stać się popularny, a nawet jeśli nie, to wyniesione doświadczenie i warsztat mogą być solidną podstawą do otrzymania pracy w jakiejś redakcji. Dzięki takiej pasji możemy też nauczyć się umiejętności związanych z tworzeniem i montażem filmów, co samo w sobie może być zawodem. Najbardziej znanym przykładem takiej kariery jest Krzysztof Gonciarz, który zaczynał jako dziennikarz zajmujący się grami, później zajął się tworzeniem filmów komediowych i podróżniczych, a teraz jego kanał jest jednym z najbardziej rozpoznawalnych na polskim YouTube. Prowadzi też firmę zajmującą się profesjonalnym tworzeniem wideo.

Tematem bardzo powiązanim z YouTube jest kwestia letsplayów i streamów. Tylko w tym serwisie filmy przedstawiające rozgrywkę, często z komentarzem, stanowią czwartą co do popularności kategorię. Udostępnianie swojej rozgrywki na żywo najczęściej zaczyna się jako hobby, ale dla wielu osób jest to sposób na życie, ponieważ widzowie wspierają finansowo streamerów poprzez płatne subskrypcje kanału lub jednorazowe wpłaty. Najpopularniejszym miejscem do tego typu działalności są Twitch oraz YouTube Live. Streamowanie może być źródłem dochodów (wymaga to jednak cierpliwości, bo pierwsze wpłaty mogą pojawić się nawet po roku działalności), a także dużej systematyczności. Serwisy te nagradzają twórców, którzy nadają transmisję regularnie, najlepiej codziennie lub kilka razy w tygodniu.

Prowadzenie interakcji z widzami jest świetną lekcją przemawiania na żywo. To ważna kompetencja. Może się okazać, że będzie to poważny atut w życiu zawodowym. Gdy rozpocząłem nowe studia, zauważyłem, że koledzy z roku mają kłopot, gdy trzeba się zaprezentować przed publicznością, i to zarówno od strony technicznej – gdy trzeba mówić głośno i wyraźnie, tak by można było ich słyszeć i zrozumieć – jak też z budową dłuższej wypowiedzi. Gdy ja chciałem się podzielić wiedzą, nie bałem się stanąć przed innymi i rozmawiać.

Każda umiejętność, którą zdobędziemy, rozwijając naszą pasję gracza, może okazać się bardzo ważna. W połączeniu z twardymi umiejętnościami może stanowić unikalny zestaw, jakiego nie ma nikt na rynku pracy. Ważne jest, by zdobywać i łączyć różne umiejętności i kompetencje. Trudno sobie wyobrazić, że będziecie z jakiejś dziedziny najlepsi na świecie – geniusze zdarzają się bardzo rzadko, ale może się okazać, że jesteście najlepsi dla pracodawcy, bo potraficie łączyć kilka kompetencji i umiejętności, których on potrzebuje.

CZEGO SIĘ UCZYĆ W SZKOLE?

Jeśli chcecie się rozwijać w dziedzinie programowania, chcecie wybrać odpowiednią szkołę, to warto wiedzieć, na jakie przedmioty położyć nacisk.

Przede wszystkim – matematyka. Na większości kierunków studiów, wszędzie, gdzie mamy do czynienia z jakąś technologią, matematyka jest podstawą – również w robieniu gier. Komputer to przecież maszyna licząca. Wszystkie dane, jakie w nim zapisujemy, to są ciągi liczb. Poza tym koncepcje matematyczne, geometria bardzo pomagają w programowaniu. To, co widzimy na komputerze, to wynik działań matematycznych. Często też potrzebna jest geometria. Każdy model trójwymiarowy to zbiór punktów opisanych współrzędnymi w przestrzeni trójwymiarowej. Komputer dopiero na podstawie tych liczb generuje obraz, który wyświetla się nam na monitorze. Żeby wiedzieć,

GRA WARTA... KARIERY

jak to działa, wypada znać matematykę. Też kiedyś myślałem, że jest zbyt wiele zagadnień teoretycznych, ale z czasem okazało się, że wszystko ma swoje zastosowanie praktyczne. Gdy zechcecie tworzyć gry, znajomość matematycznych zawłośc może wam pomóc zejść dalej. I jeszcze jedno – wykonywanie zadań matematycznych ćwicz koncentrację i wspomaga inteligencję, które przy programowaniu są niezbędne.

Druga sprawa to znajomość języka angielskiego. Większość materiałów, z których możemy uczyć się programowania czy tworzenia gier, jest po angielsku – czy to poradniki w Internecie, czy dokumentacja techniczna. Programy, z których będziemy korzystać, również mają interfejsy w języku angielskim. Wszystkie firmy zajmujące się tworzeniem gier wymagają na wstępie znajomości angielskiego, a jeśli będziemy pracować w większej firmie, może się zdarzyć, że trafimy do międzynarodowego zespołu. I koniec końców: gry tworzymy na rynek światowy – wydajemy je na Steamie czy Google Play. I to język angielski jest językiem podstawowym. Nawet polski „Wiedźmin” był tworzony najpierw w języku angielskim, a dopiero potem tłumaczony na polski. Od tego nie uciekniemy. Angielski jest niezbędny!

Angielskiego uczy się w szkole i na kursach i z tego trzeba korzystać, ale żeby czuć się z nim naturalnie, trzeba jak najczęściej go używać. Na szczęście język angielski otacza nas wszędzie – możemy go szlifować, grając w gry po angielsku czy rozmawiając z ludźmi w rozgrywkach sieciowych. Warto oglądać filmy i seriale w wersji angielskiej, z angielskimi napisami. Ale to za mało, gdy zechcecie zdobyć pracę w dziedzinie programowania, informatyki. Trzeba jak najczęściej korzystać z możliwości używania języka angielskiego, na przykład wybierać wersje angielskie na poziomie 8 klasy i nie przejmować się tym, że nie rozumie się tekstu do końca. Warto czytać po angielsku – zaczynać od łatwych książek, których treść mniej więcej znać, mogą to być książki krótkie, dla dzieci. Im więcej czytacie, tym mniej problemów ze zrozumieniem.

Kolejna sprawa: wystąpienia publiczne. Wcześniej nie zdawałem sobie sprawy, jak jest to ważne. Denerwowałem się, kiedy moja mama polonistka wysyłała mnie na akademie i uczyła recytowania wierszy. Ale takie sytuacje, po pierwsze, pomagają pokonać tremę przed publicznymi wystąpieniami, a po drugie – uczą dykcji, odpowiedniego tempa mówienia, intonacji – co jest niezbędne, by słuchacze rozumieli, co mamy im do powiedzenia. Tworząc niezależną grę, trzeba umiejętnie ją zaprezentować potencjalnym inwestorom bądź dziennikarzom. Mało osób potrafi to robić dobrze, dlatego ćwicząc te umiejętności, od razu jesteśmy krok przed resztą. To przydaje się także w działalności youtubowej, gdzie trzeba mówić zrozumiale i tak, żeby zainteresować tematem. Warto więc starać się o budowanie dłuższych poprawnych wypowiedzi już na lekcji, przed publicznością, jaką jest klasa, warto wykorzystywać okazje do występów na różnych spotkaniach, akademiach itd. To bardzo dużo daje.

**NAJFAJNIEJSZA LEKCJA
INFORMATYKI**

Pamiętam, że siedząc na lekcjach informatyki w szkole, szczególnie w podstawówce i gimnazjum, zawsze miałem wrażenie, że te zajęcia można poprowadzić lepiej. W podstawówce byłem uczony, czym jest myszka i klawiatura, jak zmieniać wielkość okienek w Windowsie oraz jak rysować w programie Paint. Na lekcjach pojawiał się nawet LOGO KOMENIUSZ, w którym można było rysować obrazki za pomocą komend, ale jego potencjał edukacyjny nie był specjalnie wykorzystany. W gimnazjum większość czasu zajmowała powtórka z pakietów biurowych, ale były wprowadzone też podstawy języka znaczników HTML. W liceum dalej pakiet biurowy, ale dzięki temu, że byłem w klasie profilowanej, miałem też wprowadzone podstawy programowania w C++.



COLOBOT jest grą edukacyjną w której pisząc proste programy sterujemy robotami.

Przez cały ten czas miałem wrażenie, że na komputerze da się robić ciekawsze rzeczy niż tylko formatować tekst i robić slajdy. Nie umniejszam przydatności tych czynności, ale myślę, że dziś każdy uczy się tego naturalnie, gdy ma przygotować prezentację bądź napisać wypracowanie i nie ma potrzeby wątkować tego przez 9 lat. Gdy prowadziłem warsztaty z programowania dla dzieci, mogłem w końcu przełożyć na praktykę swoje pomysły na nauczanie. Wykorzystywałem tam roboty Lego Mindstorms (które są dosyć kosztowne), grę edukacyjną COLOBOT, programy pozwalające na programowanie gier Stencyl (który bazuje na języku Scratch) oraz Unity – który jest profesjonalnym silnikiem do tworzenia gier (jego podstawy mogą pojąć nawet bardzo młodzi adepci programowania). W ten sposób przez zabawę moi młodzi studenci uczyli się tego, o czym ja dowiadywałem się dopiero na studiach.

COLOBOT

Swoją przygodę z programowaniem zaczynałem od Colobota, który według mnie stanowi świetne wprowadzenie, pozwala zrozumieć zasady i opanować podstawy programowania. Jest to gra darmowa, polecana przez MEN jako narzędzie dydaktyczne. Polega na tym, że roboty mają swoją misję w kosmosie – wydobywają surowce; mogą przy tym strzelać do kosmitów, powodować wybuchy. Gracze sterują robotami przez pisanie programów w języku przypominającym składnię C++ lub JAVA, co bardzo pomaga w późniejszej nauce większości języków. Gra zawiera tryb fabularny, ale – co najważniejsze – zestaw ćwiczeń, w których gracz jest wprowadzany krok po kroku w tajniki programowania, oraz wyzwania, którym musi samodzielnie sprostać. Ogromnym atutem Colobota jest to, że jest to przede wszystkim gra, więc nauka przychodzi przez zabawę. Jest to też jedno z narzędzi, które

GRA WARTA... KARIERY



Scratch pozwala nam programować gry poprzez układanie kodu z gotowych bloków.

sprawdzało się najlepiej, gdy uczyłem programowania młodzież w wieku szkolnym.

SCRATCH I STENCYL

Jednym z najczęściej obecnie wykorzystywanych narzędzi do nauki programowania w szkołach jest Scratch. Do jego zalet można zaliczyć to, że jest łatwy do opanowania zarówno przez dzieci, jak i przez nauczycieli. Kodu nie musimy pisać ręcznie, lecz układamy go z dostępnych „klocków”. Struktury, w jakie te klocki układamy, odpowiadają strukturom wykorzystywanym w prawdziwym programowaniu. Podstawowa wersja jest dostępna z poziomu przeglądarki internetowej, nie musimy nic instalować, możemy też przeglądać projekty stworzone przez innych twórców. Jeśli okaże się, że Scratch nie ma już przed nami tajemnic, to możemy przetrwać się na Stencyl – bardziej zaawansowany edytor gier, który wykorzystuje jednak ten sam blokowy sposób programowania. Edytor wyposażony jest w ciekawe funkcje, takie jak elementy fizyki lub edytor animacji, i można stworzyć w nim całkiem ciekawe gry.

UNITY

Jest to profesjonalny silnik, w którym powstaje obecnie około 50% wszystkich gier, w tym około 80% gier mobilnych. Pozwala na tworzenie różnych projektów, od prostych gier 2D po bardzo rozbudowane produkcje 3D. Możemy w nim tworzyć gry na wiele platform jednocześnie: PC, Mac czy systemy mobilne Android i iOS, a także na konsole i inne systemy. Zaznajomienie się z tym narzędziem nie jest więc już tylko zabawą, ale też bardzo konkretną kompetencją zawodową. Rozbudowane funkcje tego silnika oraz bogaty wybór gotowych skryptów, modeli 3D i innych elementów w Asset Store pozwalają nam stworzyć swoje pierwsze gry przy znajomości tylko podstaw programowania. Z moich doświadczeń mogę powiedzieć, że nawet uczniowie w wieku 10 lat radzili sobie z przyswojeniem podstaw pozwalających zrobić swoje pierwsze projekty, chociaż jest to raczej opcja dla ambitnych pasjonatów. Przygotowanie takich zajęć wymaga też dużo większej wiedzy i doświadczenia niż w przypadku wcześniej wspomnianych Colobota czy Scratcha. Z Unity możemy legalnie korzystać za darmo, jeśli tylko nie reprezentujemy podmiotu,



Twórcy gier pracują podczas konkursu Slavic Game Jam organizowanego przez Koło Naukowe Gier POLYGON.
Źródło: slavicgamejam.org

którego dochody roczne przekraczają 100 000 dolarów.

CO ROBIĆ, ŻEBY NIE STRACIĆ ZAPAŁU?

Pasja, zainteresowanie to podstawa, ale do osiągnięcia sukcesu potrzebna jest praca, cierpliwość i wytrwałość. Co robić, żeby się nie zniechęcić, nie wypalić? Warto pamiętać o stopniowaniu trudności. Młode zespoły mają zwykle bardzo ambitne plany – od razu chcą zrobić nowy przebój, nowego „Wiedźmina”. Warto zaczynać od łatwiejszych rzeczy, wybierać łatwiejsze języki programowania i mieć satysfakcję z dokończonego projektu. Moja pasja mocno rozwinęła się między innymi dzięki *game jamom* – konkursom polegających na stworzeniu gry w małym zespole w ciągu krótkiego czasu. W Polsce odbywa się wiele tego typu wydarzeń stacjonarnych, na przykład *Slavic Game Jam* organizowany przez Koło Naukowe Twórców Gier POLYGON

na Politechnice Warszawskiej. Przy tworzeniu projektów w ten sposób mamy szybko gotowy prototyp, co daje nam poczucie skuteczności, a także pozwala nauczyć się dużo więcej niż przy robieniu gier w domu – sprzyja temu możliwość próbowania nowych rzeczy i wymiana doświadczeń między uczestnikami. Taki krótki termin działa bardzo mobilizująco i jednocześnie pozwala stworzyć wprawdzie mały, ale własny projekt, którym możemy się pochwalić, z którym możemy wejść na giełdę.

Nawet małe sukcesy są ważne, bo dają motywację do dalszego wysiłku, a to ułatwia uczenie się w każdej dziedzinie. Gdy rozwijamy pasję, uczymy się i zdobywamy kompetencje, jakich nie mają nasi koledzy, którzy w szkole nie wykraczają poza program nauczania. Oni kończą szkołę i wtedy próbują się odnaleźć na rynku pracy. Jeśli ktoś wcześniej rozwija swoje zainteresowania, w momencie skończenia szkoły ma już określony dorobek, znajomość tematu, ciekawe doświadczenia i kontakty. ●

POKOLENIE POCHYLONYCH GŁÓW, CZYLI JAKI WPŁYW NA ZDROWIE FIZYCZNE MAJĄ TELEFONY KOMÓRKOWE?

JOANNA POCAŁUŃ jest nauczycielem konsultantem w Mazowieckim Samorządowym Centrum Doskonalenia Nauczycieli Wydział w Płocku, nauczycielką biologii i chemii. Ma wieloletnie doświadczenie w pracy edukatorskiej i projektach unijnych. Autorka programów szkoleń, materiałów edukacyjnych dla dyrektorów szkół, nauczycieli, doradców metodycznych.



POKOLENIE POCHYLONYCH GŁÓW, CZYLI JAKI WPŁYW NA ZDROWIE FIZYCZNE MAJĄ TELEFONY KOMÓRKOWE?

JOANNA POCAŁUŃ

Technologie informacyjno-informatyczne zmieniają codzienną przestrzeń naszego życia, a tym samym przestrzeń życia dzieci i młodzieży. Nastolatki nie pamiętają i nie wyobrażają już sobie świata bez Internetu. Pokolenie pochyłonych głów, cyberdzieci, iGen, przyklejone do tabletów, smartfonów, najnowocześniejszego modelu iPhone'a dzieci (i nie tylko!), które – zamiast patrzeć na drugiego człowieka – patrzą w ekran urządzenia. Z rówieśnikami spotykają się na portalach społecznościowych – tam mają dużo znajomych. W realu niewielu albo w ogóle.

Przed obecnością technologii informacyjnej w życiu codziennym nie uciekniemy, ale warto pamiętać, że nowe technologie mogą stanowić zarówno źródło zagrożeń, jak i być źródłem korzyści – otwierać różne możliwości rozwoju, pomagać w edukacji. Odpowiednio dostosowane do wieku użytkownika treści, aplikacje, miejsce i czas korzystania z mediów cyfrowych czy urządzeń mobilnych mogą stanowić ciekawą, atrakcyjną i dodatkową

formę rozrywki oraz edukacji dla młodszych i starszych ludzi.

NIE MEDIA CYFROWE SĄ ZŁE, ALE ICH NIEWŁAŚCIWE UŻYWANIE

W 2015 roku Fundacja Dzieci Niczyje opublikowała raport „Korzystanie z urządzeń mobilnych przez małe dzieci w Polsce”, w którym zawarto wyniki badań przeprowadzonych na dzieciach w wieku od 6 miesięcy do 6,5 lat. Wyniki zatrważają. Według badań ponad 40% rocznych i dwuletnich dzieci w Polsce korzysta z tabletów lub smartfonów, wśród nich niemal co trzecie używa urządzeń mobilnych codziennie lub prawie codziennie. Ponad 80% rodziców pozwala na korzystanie ze smartfonów lub tabletów dzieciom poniżej 6 roku życia – 60% rodziców robi to po to, żeby zająć się swoimi sprawami, stąd uprawnione staje się nazywanie tych urządzeń smoczkami XXI wieku.

JOANNA POCAŁUŃ

Małe dziecko musi prawidłowo nauczyć się interpretować świat. Nie można mu dawać zamiennika w postaci sztucznego, płaskiego, a nie trójwymiarowego obrazu, głośnych dźwięków, intensywnych, innych niż w otaczającym je świecie kolorów.

Coraz młodsze dzieci stają się ofiarami e-użyźnień. Socjologowie mówią o zjawisku zwanym fonoholizmem, które powoduje zaburzenia jakości zdrowia psychicznego, społecznego, duchowego. Nie bez znaczenia jest wpływ tego natogu XXI wieku na zdrowie fizyczne, czyli prawidłowe funkcjonowanie organizmu, jego układów i narządów.

- **Zaburzenia integracji sensorycznej**

Dla rozwoju małych dzieci duże znaczenie ma sposób, w jaki obserwują rzeczywistość. Dzięki integracji sensorycznej człowiek może prawidłowo odbierać oraz interpretować bodźce zmysłowe. W ten sposób wiemy, jak reagować adekwatnie do zaistniałej sytuacji. Małe dziecko musi prawidłowo nauczyć się interpretować świat. Nie można mu dawać zamiennika w postaci sztucznego, płaskiego, a nie trójwymiarowego obrazu, głośnych dźwięków, intensywnych, innych niż w otaczającym je świecie kolorów, gdyż to między innymi zubaża jego integrację sensoryczną. Sposób, w jaki dzieci wykonują różnego rodzaju czynności, na przykład piszą, malują, wpływa na kształtowanie ich mózgu. U osoby dorosłej wzorce ruchowe są już zakodowane, ale małe dziecko jest na innym etapie rozwoju. W dużej mierze

od dostarczanych mu bodźców zależy, jak rozwija się jego mózg.

Proces integracji sensorycznej rozpoczyna się już w okresie płodowym. Jednak najintensywniej przebiega w pierwszych 3 latach życia dziecka i trwa do około 7 roku życia. Dlatego też dzieci do 3 roku życia nie powinny mieć w ogóle dostępu do urządzeń mobilnych.

- **Problemy ze wzrokiem**

Wpatrywanie się w mały ekran telefonu przez kilka godzin dziennie grozi syndromem CVS (*Computer Vision Syndrome*). Jeszcze do niedawna przypadłość ta była charakterystyczna dla osób, które pracowały przed monitorem komputera. Teraz zaczyna również dotyczyć korzystających z małych ekranów. Podstawowym objawem CVS jest zespół suchego oka. Jeśli odczuwamy piasek pod powieką, a mruganie stanowi dla nas trudność, to znak, że za często zerkamy w smartfon. A czy dzieci o tym wiedzą? Czytanie na niewielkim monitorze powoduje zmęczenie mięśni oka, które są odpowiedzialne za dostosowywanie się narządu do patrzenia na przedmioty znajdujące się na różnych odległościach.

- **Problemy ze szkieletem osiowym i szkieletem kończyn**

Dla ludzi naturalna, czyli optymalna dla naszego organizmu, jest pozycja stojąca, a nie siedząca. Jeśli dzieci spędzają dużo czasu siedząc, następuje obciążenie kręgosłupa i miednicy, a to z kolei może prowadzić do przeciążeń, utrwalonych przykurczy i wad postawy.

Naukowcy z New York Spine Surgery and Rehabilitation Medicine w Stanach Zjednoczonych wyliczyli, że jeżeli dziennie korzystamy ze smartfona średnio od 2 do 4 godzin, rocznie daje to około 1400 godzin w pozycji ze schyloną głową. W efekcie kręgosłup przebywa w nienaturalnej pozycji z ogromnym naciskiem na kręgi. Naukowcy, sprawdzając, z jak dużym ciężarem odcinek szyjny kręgosłupa musi poradzić sobie podczas korzystania z urządzenia mobilnego,

POKOLENIE POCHYLONYCH GŁÓW, CZYLI JAKI WPŁYW NA ZDROWIE FIZYCZNE MAJĄ TELEFONY KOMÓRKOWE?

użyli do tego celu modelu 3D ludzkiego kręgosłupa. Przy założeniu, że głowa ludzka waży około 5 kg, gdy znajduje się w pozycji prostej, pochylając się o co najmniej 60°, by przejrzeć kolejną porcję zdjęć na Instagramie, powodujemy wygięcie kręgosłupa i fundujemy naszym kręgom nacisk o ciężarze 27 kg. Ortopedzi przestrzegają, że długotrwałe korzystanie z urządzeń mobilnych w pozycji schylonej grozi degeneracją kręgosłupa szyjnego. Szacuje się, że prawie 50% użytkowników telefonów (wśród młodzieży 70%) cierpi na tzw. esemesową szyję, elektroniczną szyję, Text Neck, czyli grupę syndromów ciągłego napięcia mięśni, bólu karku i ramion, bólu głowy, całego ciała, uczucia zmęczenia oraz trudności z oddychaniem. Text Neck może ostatecznie doprowadzić do zwyrodnienia sylwetki. Dla poprawy samopoczucia ortopedzi i rehabilitanci sugerują ściąganie ramion i podnoszenie głowy podczas używania telefonu. Zaleca się również masowanie mięśni między łopatkami a karkiem dla przywrócenia elastyczności. Czy o tym wiemy? Czy wiedzą o tym nasze dzieci?

Według naukowców niedługo kciuk stanie się podstawowym, największym i najważniejszym palcem dłoni. Zwróćmy uwagę na szybkość, z jaką nasze pociechy się nim posługują. Podczas zabawy na tablecie dziecko sztywno trzyma rękę, napina mięsień dwugłowy, pracuje kciukiem. Klikanie powoduje, że zmniejsza się pole ruchu ręki – to nie jest kompleksowy rozwój. Wystarczy porównać ruch klikania z ruchem, który dziecko musi wykonać, na przykład układając klocki, puzzle. Dlatego tak ważne są różnego rodzaju zajęcia manualne – rysowanie, malowanie.

• Zaburzenie motoryki

Problemy z ręcznym pisaniem zaobserwowano głównie u dzieci, które, wychowywane w otoczeniu nowej generacji urządzeń dotykowych, korzystały z nich dłużej niż 3-4 godziny dziennie. Palce rozpoczynających naukę sześć-, siedmiolatków są już zupełnie inaczej przystosowane do korzystania z nowoczesnych urządzeń. Niemal bezustanne ich używanie może doprowadzić do niewykształcenia

się odpowiednich mięśni, niezbędnych do sprawnego posługiwania się przyborem do pisania. Dlatego jeśli nie chcemy, by nasze pociechy miały problemy z utrzymywaniem długopisów w małych rączkach, zadbajmy, by nie nadużywały nowoczesnych technologii.

W ojczyźnie Nokii – Skandynawii – już dawno zauważono ten problem, dlatego równoległe z nauką pisania ręcznego dzieci mają zajęcia z pisania na klawiaturze, co może się okazać bardzo praktyczne na późniejszych etapach edukacji.

• Urazy, kontuzje

Niestety, młodzi ludzie są często dużo mniej świadomi zagrożeń wynikających z braku zachowania odpowiedniej ostrożności, dlatego tak często zdarzają się im nieszczęśliwe wypadki, urazy, kontuzje, na przykład podczas odpisywania na SMS, robienia selfie lub pogoni za Pokemonami. Już doszło w podobnych okolicznościach do szeregu niebezpiecznych zdarzeń, nierzadko zagrażających życiu i zdrowiu użytkowników telefonów.

Każdy choć raz w życiu widział (lub sam nim jest) komórkowego zombie, osobę idącą bezmyślnie przed siebie i jednocześnie korzystającą ze smartfona. Jest to coraz częściej spotykane zjawisko, do tego stopnia, że w mieście Chongqing w Chinach stworzono osobny pas na chodniku dla takich osób.

Używanie smartfonów ma także wpływ na nasze ruchy. Zwróćmy uwagę na sposób chodzenia z telefonem w ręce tak, aby uchronić się przed upadkiem lub zderzeniem z innym przechodniem lub przedmiotem. Tzw. smartfonowy krok jest znacznie krótszy niż zwykły. Patrząc na ekran, stopy unosimy tylko nieco nad ziemię. Wszystko po to, by zachować stabilność i wycucie podłoża. W efekcie chodzenie jest wolniejsze niż podczas normalnego spaceru. Może to mieć także negatywne skutki dla naszego zdrowia. Dodatkowo przykurczanie ramion przy korzystaniu ze smartfona w czasie chodzenia może doprowadzić do wad postawy.

JOANNA POCAŁUŃ

- **Zaburzenia łaknienia, snu, koncentracji**

Co czwarty rodzic, aby dziecko zjadło posiłek, włącza mu bajkę (z raportu Fundacji Dzieci Niczyje „Korzystanie z urządzeń mobilnych przez małe dzieci w Polsce”). Tymczasem maluch jest przez to narażony na zaburzenia łaknienia. Z kolei co piąty rodzic traktuje tablet jako usypiacz, a przecież niebieskie światło monitora pobudza, a nie uspokaja dzieci. Świecące niebieskie światło smartfona mózg odczytuje jako sygnał, że nadal trwa dzień. Efektem jest zahamowanie wydzielania hormonu snu – melatoniny. Wskutek tego rytm dobowy zostaje zakłócony – w nocy nie chce nam się spać, a w dzień jesteśmy zmęczeni.

Najmłodsze dzieci nie powinny zasypiać w pobliżu włączonych aparatów, których wibracje i światło może pogarszać jakość ich snu. Aparat komórkowy nie powinien leżeć przy głowie – by zwiększyć odległość między telefonem a głową, można korzystać z zestawów słuchawkowych. Bezpieczny dystans to minimum 2-3 metry.

Obecnie prowadzone są intensywne badania w kierunku sprawdzania związku długości rozmów w telefonii komórkowej ze zmianami w aktywności neuronalnej, zmniejszaniem przepływu krwi w mózgu, podwyższeniem ryzyka rozwoju glejaków lub oponiaków mózgu.

- **Elektroniczny odpowiednik choroby lokomocyjnej**

Długie wpatrywanie się w duże wyświetlacze urządzeń oraz szybkie przewijanie stron internetowych sprawia, że użytkownicy, w tym dzieci, odczuwają mdłości, silne bóle i zawroty głowy oraz tracą poczucie równowagi. Najprawdopodobniej cierpią na chorobę zwaną *cybersickness*. Kojarzy się ona z chorobą lokomocyjną, ale jest jej odwrotnością. Podczas choroby lokomocyjnej w sposób fizyczny odczuwamy ruch, ale nie widzimy go. W przypadku *cybersickness* jest odwrotnie – widzimy ruch, ale go nie odczuwamy.

Szybkie tempo współczesnego życia niemal wymusza na nas posiadanie aparatu komórkowego. Wydaje się niemal oczywiste, że nie jesteśmy już się w stanie bez niego obejść. Co więcej – młodzi użytkownicy generują popyt na coraz bardziej zaawansowane funkcje ułatwiające nam codzienne życie i radzenie sobie z bieżącymi przeciwnościami.

Oczywiście nie ma w tym nic złego, jeśli chcemy nadążyć za otoczeniem, ułatwić sobie życie. Im jesteśmy starsi, tym trudniej radzimy sobie z wszelkimi nowinkami technicznymi, ale uodparniamy się na uzależnienie od coraz nowocześniejszych form komunikacji. W przypadku dzieci i młodzieży sytuacja jest odwrotna – młodszy błyskawicznie opanowują wszystkie nowe funkcje, aplikacje i w przeciwieństwie do dorosłych tak szybko przywiązują się do smartfonów, że bardzo trudno jest się im z nimi rozstać.

Nam, dorosłym pozostaje pamiętać, żeby kreatywność dziecka stymulować w różny sposób. Jeśli przez pewien czas gra na tablecie, niech zrobi też coś innego. Niech układa puzzle, niech coś ulepi, pojeździ na rowerze, na rolkach. Nie używajmy też urządzeń mobilnych jako metody wychowawczej opartej o system nagród i kar – słynne wyłączenie sieci lub szlabany na smartfona sprawiają, że w oczach dziecka ranga tego urządzenia wzrasta. ●

EMOTIKONY I EMOJI JAKO FORMA KOMUNIKACJI I WYRAŻANIA UCZUĆ W WIADOMOŚCIACH TEKSTOWYCH

IZABELA ZARADNA zajmuje się m.in. myślógrafiką, czyli graficzną prezentacją myśli. Brała udział w wielu konferencjach, w trakcie których przygotowywała graficzną prezentację tematów poruszanych w wystąpieniach. Prowadzi również szkolenia z zakresu rysunkowej prezentacji myśli, w których biorą udział nauczyciele chcący podnieść jakość swojego warsztatu nauczycielskiego, a także edukatorzy i inne osoby zainteresowane opanowaniem nowatorskich metod związanych z myślógrafiką. Ilustruje historie i legendy dla dzieci biorących udział w akcjach typu „lato w mieście” oraz „zima w mieście”, jak też dla dzieci wypoczywających na feriach i koloniach. Wybrane prezentacje myślógraficzne znajdują się na stronie internetowej izara. pl.



EMOTIKONY I EMOJI JAKO FORMA KOMUNIKACJI I WYRAŻANIA UCZUĆ W WIADOMOŚCIACH TEKSTOWYCH

IZABELA ZARADNA

KOMUNIKACJA OBRAZKOWA JAKO JEDEN Z ELEMENTÓW ROZWOJU LUDZKIEJ CYWILIZACJI

Jak powszechnie wiadomo, ludzkość od najdawniejszych czasów porozumiewała się za pomocą rysunków. Już prehistoryczni artyści uwieczniali swoje dzieła na kamieniach i płytkach wapiennych¹. Również anonimowi artyści kultury magdaleńskiej pozostawili po sobie wiadomości rysunkowe, które zostały utworzone między 14 000 a 10 000 lat przed naszą erą². Wizerunkami stworzonymi przez starożytnych artystów były naskalne malowidła, m.in. zwierząt.

W przeciwieństwie do języka pisanego, którego zasad należy się nauczyć, komunikacja rysunkowa jest możliwa do odczytania i zrozumienia przez przedstawicieli rodzaju ludzkiego niezależnie od

miejsca, czasu czy kręgu kulturowego. Jest ona na tyle uniwersalna, że niektórzy badacze i autorzy twierdzą wręcz, że nasza cywilizacja jest kulturą i cywilizacją głównie obrazkową³.

Obrazy, portrety stanowiły dla badaczy każdej dyscypliny wiedzy bardzo bogaty materiał do badań. Dzięki portretom i obrazom dotarła do nas informacja, jak wyglądali moiżni, ale także zwykli ludzie przeszłego świata, w co się ubierali, co jedli, jakie mieli zwyczaje i zachowania. Jakie wyrażali emocje, a nawet na jakie choroby zapadali⁴.

Już w czasach antycznych obrazy zaczęły stanowić uzupełnienie tekstu⁵, by stać się integralną częścią książki, czyniącą proces czytania zdecydowanie atrakcyjniejszym.

³ Kobyliński S. *Kompas cywilizacji obrazkowej*, Nasza Księgarnia, Warszawa 1982, s. 6.

⁴ <https://www.rm24.pl/nauka/news-na-co-chorowala-mona-lisa-jest-nowa-hipoteza,nld,2626921>, dostęp 2.05.2019.

⁵ Nowicka M. *Antyczna książka ilustrowana*, Ossolineum, Wrocław 1979, s. 6-9.

¹ Pignatti T. *Historia rysunku*, Arkady, Warszawa 2006, s. 7.

² Ibidem, s. 9.

IZABELA ZARADNA

DOBRA PRAKTYKA

Przeгляд graficznych form porozumiewania się byłby niepełny bez opowieści rysunkowych, zwanych popularnie komiksami. Opowieści zawierające w sobie elementy komiksu możemy zauważyć już na płótnie nazywanym Dywanem z Bayeux, powstałym około roku 1070 a przedstawiającym w logicznym ciągu narracyjnym podbój Anglii przez Wilhelma I Zdobywcę⁶.

Jednym z pierwszych „współczesnych” komiksów był amerykański Yellow Kid, rysowany przez Richarda Feltona Outculta od 1896 roku⁷. Od tamtej pory opowieści rysunkowe rozwinęły się w wiele form, wykształciły tysiące bohaterów i zdobyły milionowe rzesze miłośników.

W ostatnich dekadach, mimo milionów pisanych i wydawanych książek, daje się zauważyć swoisty powrót do komunikacji opartej na rysunku. Jeżeli ktokolwiek uda się do jakiegokolwiek sklepu oferującego na przykład meble, które trzeba samodzielnie złożyć w domu, wraz z zakupionym towarem otrzyma instrukcję montażu, która jest wyłącznie rysunkowa. Powszechnie również wiadomo, że restauracje typu *fast food* zrezygnowały ze szczegółowych opisów serwowanych potraw, zastępując je zdjęciami z numerami bądź samą nazwą posiłku. Komunikacja, podobnie jak w czasach prehistorycznych, staje się graficzna i obrazkowa. Rysunkową instrukcję składania mebli zrozumie każdy, kto zakupi dany produkt, niezależnie od kręgu kulturowego, wyznania czy rasy. Komunikacja taka jest dla producentów prostsza, gdyż nie ma konieczności tłumaczenia instrukcji na wiele języków, zmniejszają się koszty oraz jest małe ryzyko błędnego przetłumaczenia na jeden z mniej popularnych języków. Język rysunkowy jest, jak to wspomniano wcześniej, bardzo uniwersalną formą komunikacji, formą co prawda uproszczoną, ale mogącą przekazać znaczne ilości informacji.

KOMUNIKACJA ZA POŚREDNICTWEM URZĄDZEŃ TELEINFORMATYCZNYCH

Jednym z początkowych założeń Internetu było umożliwienie kontaktu i przesyłania danych pomiędzy ośrodkami akademickimi w Stanach Zjednoczonych⁸. Obecnie sieć teleinformatyczna, w tym sieć telefonii komórkowej i sieć Internet, stały się obszarami, w których kwitnie komunikacja międzyludzka. Powstały fora internetowe, portale społecznościowe, komunikatory, poczta mailowa i wiele innych narzędzi, które mają służyć komunikacji oraz wymianie danych pomiędzy użytkownikami sieci.

Jak każda forma komunikacji, także i informacje tekstowe, przesyłane za pośrednictwem Internetu bądź telefonu, doczekały się własnych, specyficznych dla tej formy kontaktu zasad i reguł.

Za początek wiadomości tekstowych przesyłanych za pośrednictwem sieci teleinformatycznej uznaje się krótką informację przestaną 3 grudnia 1992 roku, kiedy to brytyjski inżynier wystąpił do swojego znajomego tekst „Merry Christmas”⁹. Ponieważ ówczesne telefony nie miały jeszcze możliwości wpisywania tekstu, wiadomość została wysłana z komputera stacjonarnego. Za twórcę krótkich wiadomości tekstowych uważa się natomiast Niemca Freidhelma Hillebrandta z międzynarodowego zespołu badawczego Groupe Special Mobile¹⁰. Po przeanalizowaniu długości tekstów na kartkach pocztowych zaproponował dla pojedynczej wiadomości SMS długość 160 znaków. Z uwagi na ówczesne stosunkowo wysokie koszty wysłania pojedynczego SMS-a, a także kłopotliwą procedurę jego napisania, zaistniała konieczność takiego zredagowania wiadomości, aby w krótkim tekście zawrzeć jak najwięcej istotnych szczegółów. Zapoczątkowało to rewolucję w porozumiewaniu się za

⁸ Puchala M. *Komunikatory internetowe zagrożeniem dla dzieci* [w:] Bednarek J., Andrzejewska A. [red.] *Cyberświat. Możliwości i zagrożenia*. Praca zbiorowa, Wydawnictwo Akademickie „Żak”, Warszawa 2009, s. 151.

⁹ <https://businessinsider.com.pl/wiadomosci/pierwszy-sms-wyslany-3-grudnia-1992-roku/2pmqzql>, dostęp 2.05.2019.

¹⁰ Ibidem.

⁶ Toeplitz K.T. *Sztuka komiksu*, Czytelnik, Warszawa 1985, s. 14.

⁷ Ibidem, s. 31-35.

EMOTIKONY I EMOJI JAKO FORMA KOMUNIKACJI I WYRAŻANIA UCZUĆ W WIADOMOŚCIACH TEKSTOWYCH

pośrednictwem krótkich wiadomości tekstowych, które stawały się coraz prostsze w formie i treści, przekazując jednocześnie coraz więcej informacji za pomocą znaków graficznych.

EMOTIKONY JAKO FORMA KOMUNIKACJI W WIADOMOŚCIACH TEKSTOWYCH

Wraz z uproszczeniem form komunikacji nastąpiła swoista ewolucja przekazywanych wiadomości do coraz bardziej zwartych komunikatów, które jednocześnie miały przekazać jak najwięcej informacji. Nieocenioną pomocą w tym przypadku stały się emotikony, nazwane również „emotkami” lub „mordkami” albo „bużkami”.

Emotikonem nazywamy ideogram złożony z ciągu znaków typograficznych mających wyrazić i przekazać odbiorcy nastrój osoby tworzącej wiadomość. Utworzony w ten sposób ciąg znaków jest odzwierciedleniem wyrazu twarzy, zwykle odwróconym w stosunku do tekstu o 90 stopni.

Na przykład: uczucie zadowolenia wyraża się emotikonem :-), natomiast smutek znakiem :-(

Użyte zostały tutaj znaki typograficzne w postaci dwukropka, myślnika oraz odpowiednio ułożonego nawiasu. Współczesne telefony oraz komunikatory automatycznie przekształcają tak użytą emotikonę w emoji, o których będzie mowa w dalszej części artykułu.

Samo słowo „emotikon” pochodzi z połączenia dwóch słów: „emotion” oraz „icon”¹¹.

Przyjmuje się, że pierwszy emotikon został wysłany mailem w 1982 roku. Miał on postać uśmiechniętej twarzy, czyli :-). Autorem był informatyk z Carnegie Mellon University Scot Fahlmann¹². Autor emotikonu podszedł do zagadnienia bardzo poważnie, proponując, aby informacje, które są żartem, oznaczać emotikonem :-), natomiast tekst, który nie jest żartem – :-(

Jednak użytkownicy emotikonów twierdzą, że ojcem tego sposobu wyrażania emocji był nie kto inny, jak amerykański prezydent Abraham Lincoln, gdyż w transkrypcji jednej z jego przemów odnaleziono znak, który może być emotikonem:

the front of the platform and spoke as follows :

THE PRESIDENT'S SPEECH.

FELLOW-CITIZENS : I believe there is no precedent for my appearing before you on this occasion, [applause] but it is also true that there is no precedent for your being here yourselves, (applause and laughter ;) and I offer, in justification of myself and of you, that, upon examination, I have found nothing in the Constitution against. [Renewed applause.] I, however, have an impression that there are younger gentlemen

ŹRÓDŁO: Zrzut ekranu z New York Times, 19.01.2009, <https://cityroom.blogs.nytimes.com/2009/01/19/hfo-emoticon/>, dostęp 3.05.2019.

¹¹ <https://pl.wikipedia.org/wiki/Emotikon>, dostęp 3.05.2019.

¹² <https://natemat.pl/184357,sa-emotikony-sa-emoji-wbrew-pozorom-jest-tez-pomiedzy-nimi-roznica>, dostęp 03.05.2019.

IZABELA ZARADNA

DOBRA PRAKTYKA

Niezależnie od tego, kogo uznamy za „ojca” lub nawet „dziadka” emotikonów, faktem jest, że od czasu pierwszego ich użycia w wiadomości tekstowej przestanej za pośrednictwem Internetu nastąpiła rewolucja w sposobie wyrażania całej gamy uczuć lub czynności. Z wiadomości tekstowych wysyłanych drogą elektroniczną emotikony przeszły do wiadomości pisanych odręcznie na kartce papieru, kartce pocztowej, pisanych na klawiaturze komputera, a następnie drukowanych, jak i jako uzupełnienie listu lub pozdrowień.

Z czasem niektórzy użytkownicy zaczęli wysyłać emotikony bez „noska”, czyli bez myślnika, co jeszcze uprościło przekaz wiadomości, lecz w żaden sposób nie zmieniło jej znaczenia.

Uproszczony emotikon żartu ma wygląd :), natomiast ciąg znaków typograficznych oznaczający smutek prezentuje się następująco :(Po usunięciu znaku myślnika ze środkowej części emotikona następuje jego uproszczenie i możliwość szybszego wpisania w tekst.

Początkowe oznaczenia emotikonów jako „smutnej” i „wesotej” twarzy dzięki pomysłowości i kreatywności użytkowników ewoluowały w dziesiątki znaczeń. Można nimi oddać już nie tylko emocje, ale także treść dużej części wiadomości. Mogą stanowić miłe dla odbiorcy uzupełnienie wiadomości, a jeden znak graficzny może zastąpić długi opis.

Najczęściej używane emotikony mają następujący wygląd i orientacyjne znaczenie:

:-) – uproszczone :) – uśmiech, żart
 :-(– uproszczone :(– smutek, żal
 :-D – uproszczone :D – szeroki uśmiech, głośny śmiech
 :-P – uproszczone :P – pokazanie języka
 :-\ – uproszczone :\ – niezadowolony, sceptycyzm
 :-l – uproszczone :l – powaga
 :-* – uproszczone :* – pocałunek, buziak
 :-O – uproszczone :O – zaskoczenie
 :-X – uproszczone :X – milczenie
 :'-(– uproszczone :(– płacz

;-) – uproszczone ;) – mrugnięcie
 }:-(– uproszczone }:(lub >: – zły
 <3 – serce

Oprócz tych emotikonów możliwe są jeszcze ich kombinacje. Kilka przykładów w wersji uproszczonej:

;X – nic nie powiem z mrugnięciem (np. moja sódka tajemnica – interpretacja autorki)
 :*) – pocałunek z uśmiechem
 :)) – dużo uśmiechów
 ;P – pokazanie języka z mrugnięciem

Rozwój technologii przesyłania wiadomości tekstowych połączonej z kreatywnością użytkowników pozwoliły stworzyć formy pośrednie pomiędzy emotikonami a emoji. Przykładem takich znaków graficznych będą na przykład emotikony nazywane japońskimi znakami tekstu. Poniższe emotikony są uproszczonymi wersjami emotikonów japońskich, nazywanych także „mangowymi”, ograniczonymi do znaków typograficznych dostępnych z poziomu klawiatury qwerty:

(n_n) – uśmiech
 (._.) – zmartwienie
 (-_-) – sen, zmęczenie
 (:_:) – płacz
 (@_@) – zakręcenie, zmieszanie
 (o_o) – zaskoczenie
 (!_!) – smutek
 (*^*) – zdumienie
 (^_^) – szczęśliwy
 (^o^) – bardzo szczęśliwy
 (^o^) – zadowolony
 (x.x) – martwy
 (= _ =) – znudzony
 (*_*) – kochający coś
 (o_O) – nieufny
 (*O*) – niesamowite
 (o_o) – poważnie?
 (;o;) – rozptakany, zrozpaczony
 (._) – poważny
 (u_u) – smutny, senny
 (x0x) – nie!
 (-_o) – mrugnięcie

EMOTIKONY I EMOJI JAKO FORMA KOMUNIKACJI I WYRAŻANIA UCZUĆ W WIADOMOŚCIACH TEKSTOWYCH

8(>_<)8 – zazdrosny
(9_9) – niemogący zasnąć, niewyspany
(~o~) – szalony
=^.^= – kot

W uproszczonych wersjach tych emotikonów usuwany jest nawias, np.

-_o – mrugnięcie
,_’ – poważny
^_^ – szczęśliwy

Jak widać, powyższe emotikony dają o wiele więcej możliwości wyrażania nastroju niż wcześniejsze.

W przypadku zaawansowanych, tzw. japońskich emotikonów wykorzystywane są znaki z pisma japońskiego bądź też znaki specjalne dostępne z klawiatury komputera. Ze względu na trudniejszy dostęp do tych znaków, używane są one bardzo rzadko.

(◡‿◡)

Charakterystycznym emotikonem jest tzw. *lenny face*, która oznacza pewien dystans do odczytanej wiadomości lub przekazanej informacji:

Powyższy emotikon, z uwagi na skomplikowaną strukturę, trudną do uzyskania za pośrednictwem znaków typograficznych, najczęściej jest kopiowany w całości z Internetu i po wklejeniu w wiadomość

- \ (ツ) / -

przesyłany do odbiorcy. Podobny proces zachodzi w przypadku innych emotikonów o skomplikowanej strukturze, jak np. emotikon „nie wiem”:

Podobnie rzadko używane są tzw. rosyjskie wersje emotikonów. Od typowych znaków różnią się one tym, że zostały uproszczone wyłącznie do uśmiechu, np.)))

Przy czym, im więcej nawiasów wstawionych zostało do tekstu, tym więcej uśmiechów przesyła nadawca wiadomości.

EMOJI JAKO KOLEJNY POZIOM GRAFICZNEGO PRZEKAZYWANIA UCZUĆ ORAZ WIADOMOŚCI

Rozwój technologii oraz usprawnienie przesyłania wiadomości tekstowych umożliwiły wykorzystanie zdecydowanie bardziej wyszukanych metod przekazywania uczuć i informacji w wiadomościach tekstowych. Wyrazem tego są emotikony przesyłane w wersjach obrazkowych, czyli tzw. emoji.

Stosowanie większości standardowych emotikonów ograniczone jest do znaków typograficznych używanych w klawiaturze qwerty. Emoji natomiast znoszą te ograniczenia. Znacznie większy zakres możliwości stosowania emoji spowodował, że w chwili obecnej w wiadomościach tekstowych przesyłanych za pośrednictwem telefonu lub Internetu rzadko stosuje się typowe emotikony. Oprogramowanie smartfona lub algorytmy programu społecznościowego automatycznie i w sposób niezauważalny dla użytkownika zamieniają typowy emotikon w emoji, np. emotikon :) czyli obrazek uśmiechniętej twarzy zamieniany jest automatycznie w emoji:



Podobna procedura dotyczy praktycznie wszystkich typowych emotikonów. Ponadto użytkownicy w swoich smartfonach otrzymują setki jeśli nie tysiące emoji do stosowania przy różnych okazjach i w różnych okolicznościach. Eliminuje to konieczność wpisywania z klawiatury wymaganych znaków typograficznych. W gotowych zestawach do wykorzystania, dostarczonych z oprogramowaniem telefonu, znajdują się „klasyczne” emotikony, jak też emoji. Mogą być to zarówno typowe emoji powstałe z emotikonów omawianych powyżej, jak również emoji nieco zmodyfikowane:



IZABELA ZARADNA

DOBRA PRAKTYKA

W tym przypadku również przekazany został uśmiech, lecz w nieco innej formie graficznej.

Wśród dostępnych emotikonów znajdują się wizerunki ludzi, zwierząt, przedmiotów, roślin, wykonywanych zawodów, stanów pogody, środków transportu, słowem – wizerunki wszystkiego, co nas otacza, na przykład:

radości



smutku i płaczu



miłości, żartów z czegoś lub kogoś



szoku, przerażenia, zdziwienia



gniewu, zazdrości, wściekłości



albo przedstawicieli różnych zawodów



jest też emoji nauczyciela



ras ludzi



zwierząt, natury



i pogody



Na powyższym przykładzie można stwierdzić, że jesteśmy codziennymi odbiorcami emoji nadawanych w formie prognozy pogody.

Oprócz wymienionych przykładów istnieje jeszcze tysiące innych emoji, które z uwagi na uniwersalny rysunkowy język są zrozumiałe nawet dla osób, które po raz pierwszy spotykają się z konkretnym wyrażeniem graficznym.

W nowych programach dostępnych w smartfonach oraz na portalach społecznościowych użytkownicy mają możliwość generowania własnych emotikonów oraz emoji. Jedynym ograniczeniem w takim przypadku jest wyłącznie wyobraźnia i kreatywność użytkownika.

STOSOWANIE ZNAKÓW INTERPUNKCYJNYCH W EMOTIKONACH ORAZ EMOJI. ZASADY ICH STOSOWANIA W WIADOMOŚCIACH

Jak poddaje na swoich stronach internetowy Słownik Języka Polskiego PWN, zasady używania emotikonów nie są uregulowane w żadnych regułach pisowni¹³. Jednakże ogólnym zaleceniem jest to, aby nie używać emotikonów w oficjalnej korespondencji, a ograniczać się do przekazywania ich w wiadomościach prywatnych. Jak podaje słownik na przywołanej powyżej stronie, tradycyjnej

¹³ <https://sjp.pwn.pl/poradnia/haslo/interpunkcja-a-emotikony;12819.html>, dostęp 3.05.2019.

EMOTIKONY I EMOJI JAKO FORMA KOMUNIKACJI I WYRAŻANIA UCZUĆ W WIADOMOŚCIACH TEKSTOWYCH

interpunkcji nie powinno się mieszać z emotikonami. Czyli po wstawieniu znaczka nie należy wstawiać przecinka, kropki itp. Pomimo że często używana jest forma żeńska: emotikona, właściwą formą jest rzeczownik formy męskiej: emotikon¹⁴.

Jak wynika z pragmatyki użytkowania emotikonów, należy oddzielać je od reszty zdania spacją. Ponieważ emotikon składa się ze znaków graficznych, brak spacji może spowodować pewne nieporozumienia, na przykład zdanie, w którym po dwukropku użyto spacji: „Jak powszechnie wiadomo, znak :P jest znakiem graficznym”. I dla porównania zdanie, w którym po dwukropku spacji nie użyto: „Jak powszechnie wiadomo, znak :P jest znakiem graficznym”.

Jedno i drugie określenie jest prawdą, z tym że w pierwszym przypadku określenie znaku graficznego odnosi się do litery „P”, natomiast w drugim do emotikona „:P” – czyli pokazania języka.


Kolejną zasadą jest zachowanie umiaru, jeśli chodzi o ilość emotikonów lub emoji w tekście.

Emotikony i emoji możemy stosować w następujących sytuacjach:

- w prywatnej korespondencji,
- gdy chcemy wyrazić emocje,
- gdy wysyłamy krótką, zwięzłą wiadomość.

Emotikonów oraz emoji nie powinno się używać w następujących sytuacjach:

- x – w oficjalnej korespondencji,
- x – podczas składania kondolencji,
- x – w wiadomościach wysyłanych obcokrajowcowi. Należy w tym przypadku pamiętać, że emotikon używany i mający określone znaczenie

w jednym kraju może oznaczać coś zupełnie innego w innym kraju. Stąd łatwo o nieporozumienie lub wręcz obrażenie adresata wiadomości. Na przykład emoji przedstawiające machającą dłoń  w krajach Europy oznacza zwykłe pożegnanie, natomiast w Chinach znaczy zerwanie przyjaźni w niezbyt miłych okolicznościach. Aby zapobiec nieporozumieniom w przesyłaniu emoji w wiadomościach tekstowych między różnymi krajami jedna z londyńskich firm poszukiwała wręcz specjalnego tłumacza¹⁵.

ZAKOŃCZENIE

Emotikony oraz emoji z uwagi na swój uniwersalny charakter stały się językiem zrozumiałym dla wszystkich, niezależnie od kręgu kulturowego. Jednakże ich nieostrożne używanie może spowodować nieporozumienia, dlatego podczas wysyłania prywatnej wiadomości zawierającej emoji lub emotikony należy zachować najzwyczajniejszy zdrowy rozsądek.

Emotikony, a zwłaszcza emoji są tak popularne na całym świecie, że tworzone są filmy, których głównymi bohaterami są emoji. W roku 2017 miała miejsce premiera filmu produkcji USA zatytułowanego „Emotki”, w którym emoji ratują swój świat przed zagładą¹⁶.

Innym przykładem „ogólnoświatowego sukcesu” emoji i emotikonów są konkursy telewizyjne, w trakcie których uczestnicy muszą na podstawie sekwencji emoji odgadnąć np. tytuł filmu, książki, przysłowie itp. Konkursy takie dostępne są np. na kanale YouTube¹⁷. Spróbujmy zatem odgadnąć tytuł słynnego filmu zapisanego za pomocą emoji (rozwiązanie pod filmografią):



¹⁵ <https://businessinsider.com.pl/twoje-pieniadze/praca/tlumacz-emoji-co-znacza-emotikony-w-roznych-kulturach/9zn9b8j>, dostęp 3.05.2019.

¹⁶ Film *Emotki*, reż. Tony Leondis, USA, 2017.

¹⁷ <https://youtu.be/2Xx4PV0kBDU>, dostęp 3.05.2019.

¹⁴ Ibidem.

IZABELA ZARADNA

DOBRA PRAKTYKA

Emotikony oraz emoji użytkowane są w niemalże każdej wiadomości prywatnej. Nie ma tutaj znaczenia, czy jest to wiadomość przesyłana za pośrednictwem telefonu lub Internetu, czy też napisana odręcznie na kartce papieru. Umieszczona w wiadomości doskonale uzasadnia powiedzenie, że jeden obraz może powiedzieć więcej niż tysiąc słów. ●

BIBLIOGRAFIA

1. Bednarek J., Andrzejewska A. [red.] *Cyberświat. Możliwości i zagrożenia*, Wydawnictwo Akademickie Żak, Warszawa 2009.
2. *Bikablo 2.0 – słownik myślenia wizualnego*, neuland.com
3. Kobyliński S. *Kompas cywilizacji obrazkowej*, Nasza Księgarnia, Warszawa 1982.
4. Nowicka M. *Antyczna książka ilustrowana*, Ossolineum, Wrocław 1979.
5. Pignatti T. *Historia rysunku*, Arkady, Warszawa 2006.
6. Rohde M. *The Sketchote Handbook*, Pearson Peachpit 2012.
7. Smith S. *Jeden rysunek dziennie*, Wydawnictwo Olesiejuk, Ożarów Mazowiecki 2015.
8. Toeplitz K.T. *Sztuka komiksu*, Czytelnik, Warszawa 1985.

NETOGRAFIA

1. *Emotikony a emoji – różnice*, <https://nate-mat.pl/184357,sa-emotikony-sa-emoji-wbrew-pozorom-jest-tez-pomiedzy-nimi-roznica>, dostęp 3.05.2019.
2. *Na co chorowała Mona Lisa*, <https://www.rmfm24.pl/nauka/news-na-co-chorowala-mona-lisa-jest-nowa-hipoteza,nld,2626921>, dostęp 2.05.2019.
3. *Pierwszy SMS*, <https://businessinsider.com.pl/wiadomosci/pierwszy-sms-wyslany-3-grudnia-1992-roku/2pmqzql>, dostęp 2.05.2019.
4. *Praca dla tłumacza emoji*, <https://businessinsider.com.pl/twoje-pieniadze/praca/tlumacz-emoji-co-znacza-emotikony-w-roznych-kulturach/9zn9b8j>, dostęp 3.05.2019.
5. *Transkrypcja przemówienia A. Lincolna*, <https://cityroom.blogs.nytimes.com/2009/01/19/hfo-emoticon>, dostęp 3.05.2019.
6. *Wikipedia*, <https://pl.wikipedia.org/wiki/Emotikon>, dostęp 3.05.2019.
7. *Zasady interpunkcji przy stosowaniu emotikonów*, <https://sjp.pwn.pl/poradnia/haslo/interpunkcja-a-emotikony;12819.html>, dostęp 3.05.2019.

FILMOGRAFIA

1. *Emotki*, reż. Tony Leondis, USA, 2017.
2. *Konkurs emoji na YouTube*, <https://youtu.be/2Xx4PV0kBdU>, dostęp 3.05.2019.

Rozwiązanie: Gangster, Marlon Brando, łeb konia, włoska flaga, czyli „Ojciec chrzestny”.

MŁODY HOMO LUDENS POTRZEBUJE CYBERPRZEWODNIKA

MAŁGORZATA GASIK jest specjalistą ds. informacji i promocji w Mazowieckim Samorządowym Centrum Doskonalenia Nauczycieli Wydział w Płocku, koordynatorem projektów edukacyjnych, w tym „Brak sieci – piąty jeździec Apokalipsy”.



MŁODY HOMO LUDENS POTRZEBUJE CYBERPRZEWODNIKA

MAŁGORZATA GASIK

Świat cyfrowy może być zarazem fascynującym imperium rozrywki i edukacji, jak i siedliskiem zagrożeń. Co zrobić, aby młody użytkownik czerpał korzyści z wirtualnej rzeczywistości i jak ochronić go przed niebezpieczeństwem, nie wylogowując z cyberprzestrzeni? Między innymi na te pytania można było znaleźć odpowiedź podczas szkoleń organizowanych w projekcie „Brak sieci – piąty jeździec Apokalipsy?”, realizowanym przez Mazowieckie Samorządowe Centrum Doskonalenia Nauczycieli Wydział w Płocku.

BRAK SIECI – PIĄTY JEŹDZIEC APOKALIPSY?

W dobie wszechobecnych smartfonów oraz imponujących pod względem graficznym i strategicznym gier komputerowych trudno zachować dystans i równowagę w korzystaniu z nich, zwłaszcza dzieciom i młodzieży. Jako rodzice i nauczyciele codziennie obserwujemy, jak „przyklepieni” do ekranów młodzi ludzie zatracają się w wirtualnej rzeczywistości i nie są w stanie nawet wyobrazić sobie świata bez dostępu do sieci. Niestety, my – dorośli – często wcale nie jesteśmy lepsi... Można nawet zaryzykować stwierdzenie, że świecąc złym przykładem, wyznaczamy ścieżkę zguby dla naszych małych obserwatorów. Autorski projekt „Brak sieci – piąty jeździec Apokalipsy?”,

realizowany w Mazowieckim Samorządowym Centrum Doskonalenia Nauczycieli Wydział w Płocku, to próba podjęcia walki ze zjawiskiem, „chwycenia byka za rogi” i pokazania, że istnieje także dobra strona Internetu. Celem projektu było zapoznanie uczestników z korzyściami i zagrożeniami związanymi z nowoczesnymi technologiami, przedstawienie skutecznych metod przeciwdziałania uzależnieniom oraz pomoc nauczycielom i rodzicom w prowadzeniu z dziećmi rozmowy o niebezpieczeństwach związanych z siecią internetową. Koordynatorkami projektu były Anna Krusiewicz i Hanna Drzewiecka-Krawczyk, nauczycielki konsultantki płockiego wydziału MSCDN. Do udziału zgłosiły się trzyosobowe zespoły nauczycieli ze szkół podstawowych z Płocka, Starych Proboszczewic, Czermna, Gostynina, Bulkowa i Podgórze.

MAŁGORZATA GASIK

W grze jest jak
w życiu – każdy
jest inny i inaczej
reaguje na wyzwania.
„Killersi” nie biorą
jeńców, społecznicy
lubią współpracę,
odkrywcy podążają
nowymi ścieżkami, a dla
zdobywców liczą się
tylko osiągnięcia.

GRUNT TO BALANS

Pierwsze szkolenie w projekcie, zatytułowane „Kim jestem? Graczem?”, dotyczyło gier, aplikacji oraz źródeł szkodliwych i korzystnych pod względem edukacyjnym i wychowawczym programów dla dzieci i młodzieży. Marcin Siekański – miłośnik świata gier, nauczyciel historii i wiedzy o społeczeństwie oraz członek międzynarodowej grupy zrzeszającej nauczycieli w dziedzinie ICT w edukacji oraz GBL (*game based learning*), w pierwszej części spotkania wyjaśniał tajniki cyfrowego świata, poruszał tematy tabu, tłumaczył, czym jest zjawisko immersji technologicznej, przestrzegał przed pedofilią w świecie gier online oraz podawał przykłady stereotypów i sztucznie wygenerowanych zagrożeń, takich jak „niebieski wieloryb”. Drugą część poświęcił dobrej stronie cyfrowego świata, pełnego fascynujących i rozwijających gier edukacyjnych, które poprawiają koncentrację, rozwijają zainteresowania, empatię, refleks i intelekt.



Szkolenie „Gry planszowe w edukacji”

MŁODY HOMO LUDENS POTRZEBUJE CYBERPRZEWODNIKA



Szkolenie „Nauczyciel cyberdoradca”

Prowadzący podkreślał wielokrotnie, że to, w jaki sposób i z jakim skutkiem dziecko będzie uczestniczyło w świecie wirtualnym, zależy od nas, dorosłych. Najważniejszym zadaniem dla rodziców i nauczycieli jest przestrzeganie zasad, tj. dostosowanie gier lub portali społecznościowych do wieku dziecka.

CZY TO JEST ZAURÓCZENIE, CZY JUŻ UZALEŻNIENIE?

Kolejne szkolenie, „Wiem czy nie wiem”, poprowadziła Jagoda Siekańska, psycholog i terapeuta dzieci, młodzieży i osób dorosłych, która od lat pracuje z osobami z dysfunkcjami układu nerwowego przejawiającymi zaburzenia w funkcjonowaniu poznawczym, emocjonalnym, społecznym i zawodowym. W swojej praktyce diagnostyczno-terapeutycznej z neuropsychologicznymi deficytami

wykorzystuje innowacyjne metody i nowoczesne narzędzia wspierające procesy uczenia się i rehabilitację. Podczas szkolenia w Płocku przedstawiła charakterystykę uzależnień, czynniki zwiększające ryzyko wystąpienia fonoholizmu i siecioholizmu u dzieci i młodzieży oraz metody przeciwdziałania.

RODZICE „KALORYFERY” NAJLEPIEJ WYCHOWUJĄ CYFROWE DZIECI

Rodzice powinni być dla dzieci jak kaloryfery – ciepłe i jednocześnie twarde, bo tylko tacy będą w stanie zbudować dobrą relację z dzieckiem i skutecznie przekonać je, że np. nadmierne korzystanie z sieci jest niebezpieczne – przekonywał podczas trzeciego spotkania Paweł Łaszkiwicz, specjalista ds. pomocy psychologiczno-pedagogicznej w MSCDN Wydział w Warszawie, który na co dzień

MAŁGORZATA GASIK

DOBRA PRAKTYKA

pracuje warsztatowo zarówno z młodzieżą, jak i z dorosłymi.

Uczestnicy – nauczyciele szkół podstawowych i II klas gimnazjów – zastanawiali się, jakie są z perspektywy ucznia plusy i minusy korzystania z cyfrowych mediów i smartfonów. Dowiedzieli się również, w jaki sposób rozmawiać z rodzicami o fonoholizmie i cyberprzestrzeni w kontekście budowania relacji z dziećmi.

Podsumowując spotkanie, prowadzący stwierdził, że w nierównej walce z atrakcjami wirtualnego świata warto pamiętać o specyficznej prędkości dźwięku – mówimy coś do dziecka, gdy jest małe, a sens dociera do niego, gdy jest przed trzydziestką...

JAK DUŻO JEST WŚRÓD NAS „KILLERÓW”?

W grze jest jak w życiu – każdy jest inny i inaczej reaguje na wyzwania. „Killersi” nie biorą jeńców, społecznicy lubią współpracę, odkrywcy podążają nowymi ścieżkami, a dla zdobywców liczą się tylko osiągnięcia. Między innymi tego nauczyli się uczestnicy kolejnego szkolenia „Gry planszowe w edukacji”, które poprowadziła Anna Krusiewicz, koordynatorka projektu. Krótka część teoretyczna, między innymi na temat mechaniki gier, typów graczy oraz umiejętności, jakie rozwijają gry planszowe, poprzedziła tę, którą uczestnicy szkolenia lubią najbardziej – grę w planszówki!

Każda z zaprezentowanych podczas szkolenia gier spełniła swoją rolę edukacyjną: wspierała elementarne procesy poznawcze, między innymi uwagi, percepcji i pamięci oraz usprawniała bardziej złożone zdolności poznawcze, takie jak podejmowanie decyzji, rozwiązywanie problemów czy myślenie. Warto wypróbować je podczas zajęć z uczniami – korzyści zadowolą wszystkich.

PIĄTY JEŹDZIEC APOKALIPSY NADCIĄGA – FINAŁ PROJEKTU

Podczas konferencji podsumowującej wystąpił Piotr Deputowski, który przez wiele lat współpracował z Fundacją Dzieci Niczyje w zakresie realizacji programu Dziecko w Sieci. Opierając się na własnych badaniach i kilkudziesięcioletnim doświadczeniu opowiadał m.in. o cyberprzemocy, sekstingu i pornografii dziecięcej.

Tuż po nim wystąpiła Aleksandra Banach, nauczycielka konsultantka ds. artystycznych z naszego wydziału, która oprowadziła uczestników po świecie ikonek, zachęcając tym samym do wykorzystania myślografii w wychowaniu.

Trzecim prelegentem był znów Marcin Siekański, który przekonywał, że Internet ma swoją jasną stronę, grunt to znaleźć równowagę i wiedzieć, jak się w nim poruszać.

Podczas spotkania mogliśmy również zobaczyć, jak fantastyczne pomysły na realizację projektu mieli nauczyciele ze Szkoły Podstawowej w Starych Proboszczewicach oraz w Podgórzu. Doskonale odnalazł się w tej sytuacji Adrian Bąbała, uczeń z Podgórza, który z charyzmą i wielkim wdziękiem opowiedział o działaniach w swojej szkole!

Reasumując, jak wynika z rocznych doświadczeń, o ile rodzice najbardziej boją się, że ich dziecko uzależni się od Internetu, pozna w sieci kogoś niebezpiecznego, o tyle samo dziecko najbardziej boi się... braku Internetu! Czyli wszystko wskazuje na to, że organizatorzy mieli rację – brak sieci to zdecydowanie piąty jeździec Apokalipsy... ●

FUNDACJA NOWOCZESNA POLSKA
KIM JESTEM W INTERNECIE – SCENARIUSZ



edukacja
medialna



FUNDACJA
nowoczesna
Polska

DOBRA PRAKTYKA

FUNDACJA NOWOCZESNA POLSKA

KIM JESTEM W INTERNECIE? – SCENARIUSZ

EDUKACJAMEDIALNA.EDU.PL

JAK CHRONIĆ SWÓJ WIZERUNEK W SIECI?

Czy zdajemy sobie sprawę, jakie informacje możemy zdobyć dzięki analizie czyjegoś profilu w mediach społecznościowych? Jak uwrażliwić na to uczniów? Na te i podobne pytania pomoże znaleźć odpowiedź serwis www.edukacjamedialna.pl. Szczególnie polecamy jeden z dostępnych tam scenariuszy pod tytułem „Kim jestem w internecie?”. Autorzy – Urszula Dąbrowska i Michał Wysocki – proponują rozpocząć zajęcia od przeanalizowania wraz z uczniami profili z portalu społecznościowego (materiał zamieszczony jako prezentacja). Dalsza praca zmierza w kierunku refleksji, czy wymyśleni na potrzeby zajęć bohaterowie – Małgosia i Michał – świadomie kreują swój wizerunek w sieci i co z tego wynika. Bogaty materiał ćwiczeniowy, w tym na przykład test online pozwala na przeprowadzenie ciekawych i efektywnych zajęć. Wersja dla nauczyciela wraz z interaktywnymi zadaniami oraz prezentacją oraz wersja dla ucznia wraz z materiałami są dostępne do pobrania pod adresem <http://edukacjamedialna.edu.pl/lekcje/wizerunek-w-sieci>.

Serwis www.edukacjamedialna.pl prowadzony jest przez Fundację Nowoczesna Polska pod honorowym patronatem Ministerstwa Edukacji Narodowej, Ministerstwa Kultury i Dziedzictwa Narodowego oraz Ministerstwa Administracji i Cyfryzacji. Znajdziemy tu kompletny program do prowadzenia edukacji medialnej. Materiały powstały na bazie „Katalogu kompetencji” opracowanego w ramach projektu Cyfrowa Przyszłość. Obecnie serwis zawiera ponad 235 lekcji dla wszystkich etapów edukacyjnych: od wychowania przedszkolnego po szkoły podstawowe i ponadpodstawowe/ponadgimnazjalne. Bogate źródło materiałów dla trenerów i nauczycieli.

Wszystkie materiały zamieszczone w serwisie Edukacja Medialna są dostępne na licencji Creative Commons – Uznanie autorstwa – Na tych samych warunkach. Można je bezpłatnie przeglądać, ściągać na swój komputer, a także dostosowywać do własnych potrzeb i udostępniać innym. ●

ANNA KRUSIEWICZ



ANNA KRUSIEWICZ jest nauczycielem konsultantem w zakresie języka polskiego, historii i wiedzy o społeczeństwie w Mazowieckim Samorządowym Centrum Doskonalenia Nauczycieli Wydział w Płocku. Koordynatorka wielu projektów. Prywatnie i zawodowo – pasjonatka gier planszowych, zwłaszcza takich, które można wykorzystać edukacyjnie.

UCZNIOWIE LISTY PISZĄ... KIM JEST TAJEMNICZY „I”?

ANNA KRUSIEWICZ

Uczniowie Szkoły Podstawowej im. Wł. St. Reymonta w Czerminie postanowili powiedzieć (a właściwie napisać), co o nim tak naprawdę myślą! Zaniechana dziś sztuka epistolografii okazała się bardzo przydatna podczas realizacji projektu „Brak sieci – piąty jeździec Apokalipsy?”. Ciekawe przemyślenia uczniów na temat roli, jaką w ich świecie odgrywa Internet zostały przedstawione w formie listów do rzeczonoego „i”. A choć listom tym bliżej do współczesnych e-maili niż do barokowych czy romantycznych arcydzieł, to mogą stanowić cenny materiał do debaty na temat korzyści i zagrożeń płynących z dostępu do sieci. Co ciekawe, uczestnicy projektu musieli zdecydować, czy są zwolennikami czy przeciwnikami nowoczesnych technologii. Oprócz refleksji, jaką wymusiła ta forma pracy, warto dostrzec jeszcze możliwość doskonalenia tak przydatnych umiejętności, jak argumentowanie czy wyrażanie własnych opinii. Listy są w dużej mierze domeną sfery prywatnej. Warto pozwolić uczniom na taką formę przedstawiania własnych przemyśleń; pozwolić na szczerość.

Prezentujemy niektóre z listów, jakie napisali uczniowie starszych klas szkoły podstawowej. Spójrzmy

na „i” ich oczyma. Warto dodać, że pisaniu listów i analizowaniu plusów i minusów nowoczesności towarzyszyła specjalna oprawa. Uczniowie wyrazili „jasną” i „ciemną” stronę Internetu poprzez białe i czarne stroje oraz odpowiadające argumentom hasła (w listach zachowano oryginalną pisownię).

Drogi Internecie!

Jesteśmy bardzo niezadowoleni z Twojego sprawowania!

W Twoim środku kryje się wiele zła, hejtu oraz wulgarności. Podczas zakupów następują oszustwa pieniężne i towarowe. Jest też wiele negatywnych komentarzy i nakłaniających do niedobrych rzeczy filmów. Przez gry komputerowe ludzie często się zapominają. Myślą, że każdy ma kilka żyć i robią niemądre rzeczy.

Jeśli się Ciebie wyłączy, ciekawe, kto kiedyś zapuka do drzwi i zapyta: „Co słychać?”.

Prosimy, popraw się!

Twoi przeciwnicy z klasy 6
Czermino, 1.04.2019r.

UCZNIOWIE LISTY PISZĄ... KIM JEST TAJEMNICZY „I”?



Drogi Internecie!

To, co dzieje się wokół, skłoniło nas do napisania do Ciebie tego listu. Z przykrością stwierdzamy, że jesteś niebezpieczny!

Można bardzo pomylić się co do ludzi, których poznajemy w Internecie, np.: stalkerzy, hakerzy. Trzeba uważać na oszustów podczas zakupów. Musimy pilnować swoich danych, trzeba uważać bo są strony-pułapki, np.: hazardowe, przez które można mieć poważne problemy. Na stronach z polecenymi przepisami, można zatruć się nieznanymi przyprawami. Trzeba być ostrożnym i nie podawać zbyt wielu informacji o sobie, swoich zainteresowaniach, rodzinie, zwyczajach. Niektórzy mogą to wykorzystać do tego aby zrobić nam krzywdę. Trudno więc o szczerą, prawdziwą przyjaźń.

Internecie, zrób coś co sprawi, że obcowanie z Tobą będzie bezpieczne! Pozdrawiamy!

*Twoi przeciwnicy z klasy 4
Czermno, 1.04.2019r.*

Drogi Internecie!

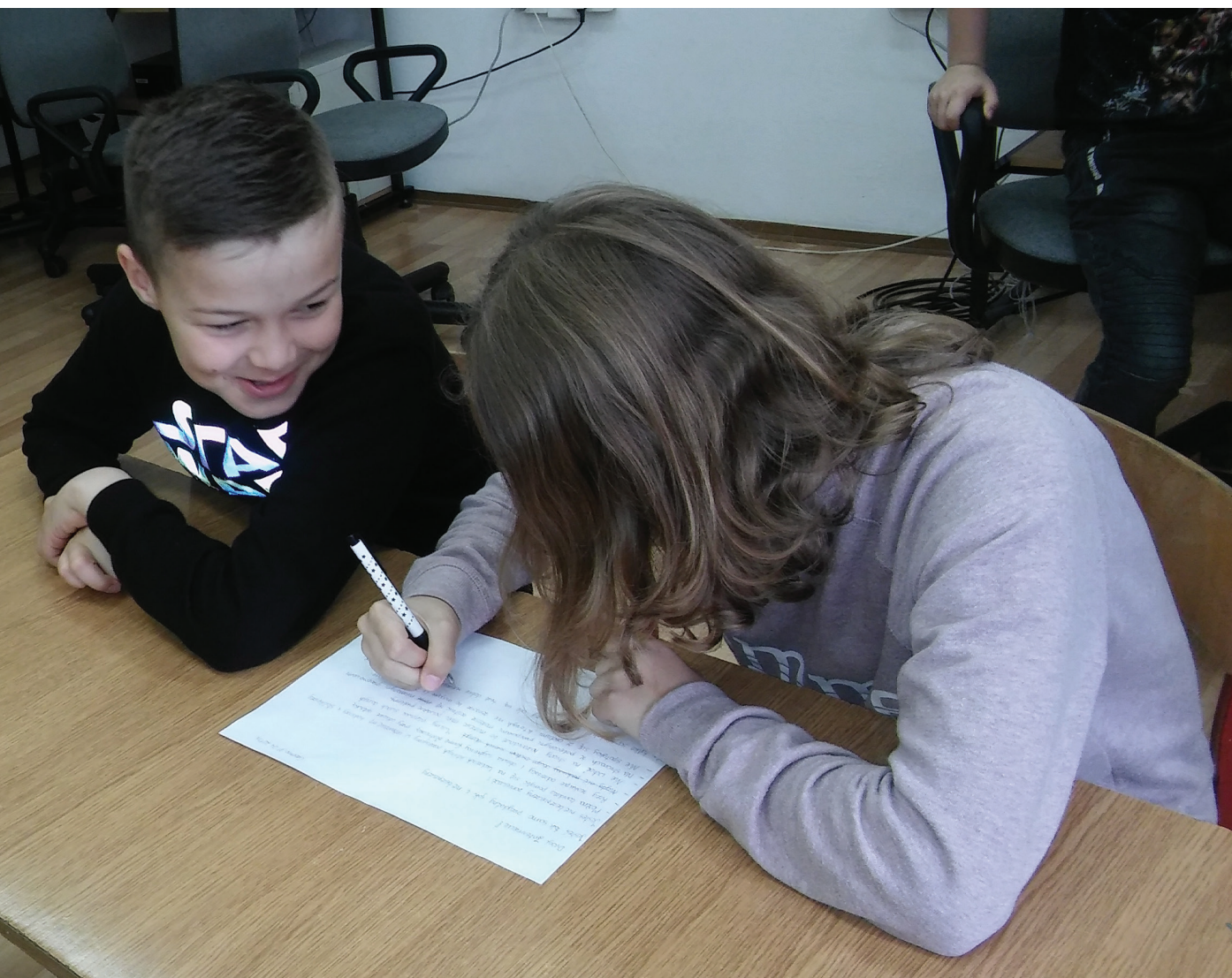
Dziękujemy Ci za Twoją wielką wiedzę, którą nam dajesz.

Odkąd z nami jesteś, nie musimy męczyć się chodząc na zakupy. Dzięki Tobie możemy oglądać filmy na YouTube całkowicie za darmo. Możemy kontaktować się z naszymi znajomymi na odległość lub poznać nowe osoby. Twoja wiedza jest tak rozbudowana, że możemy dowiedzieć się więcej na temat danej osoby. Przyswajamy wiadomości o różnych miejscach, kulturach i tradycjach, które tam panują. Na bieżąco dowiadujemy się nowych wiadomości. Dostarczasz nam dużo rozrywki poprzez gry, w które możemy grać za darmo.

Jesteś bardzo pomocny, dziękujemy za wszystko. Rozwijaj się dalej!

*Twoi zwolennicy z klasy 6
Czermno, 03.04.2019*

ANNA KRUSIEWICZ



Witaj, Internecie!

Piszemy do Ciebie, ponieważ widzimy negatywne skutki Twoich działań.

Po pierwsze, wiele osób korzysta ze stron, z których korzystać nie powinno, gdyż są zbyt młodzi. Po drugie: sprowadzasz na sprzęt wirusy. Po trzecie: uzależniasz od korzystania z gier, filmów, portali

społecznościowych. Takie zachowania nie są zdrowe; mogą wywoływać choroby wzroku, agresję i wiele innych zmian w zachowaniu fajnych, młodych ludzi. Po czwarte: osoby poznane w sieci, nie zawsze są tymi, za które się podają.

Internecie, zrób coś z tym!

Twoi przeciwnicy z klasy 8
Czermno 04.01.2019 r

UCZNIOWIE LISTY PISZĄ... KIM JEST TAJEMNICZY „I”?



DOBRA PRAKTYKA

Drogi Internecie!

Hej, jak się masz? Ta sprawa dotyczy Ciebie i Twoich dobrych stron.

Dzięki Tobie możemy się komunikować, uczyć się, robić projekty do szkoły, robić zakupy oraz nawiązywać nowe znajomości. Dzięki Tobie ułatwiamy sobie życie: nie musimy biegać po sklepach, bibliotekach, galeriach i muzeach. Zyskujemy dużo czasu i to bardzo nam pomaga. Możemy również poznawać nowe państwa, miasta i ich kultury. Cieszymy się bardzo, że jesteś już od wielu lat. Mamy nadzieję, że będziesz wraz nami aż do końca świata.

Życzymy ci, abyś wciąż rozwijał swą technologię.

Pozdrawiamy Cię serdecznie!
Twoi zwolennicy z klasy 5 ●



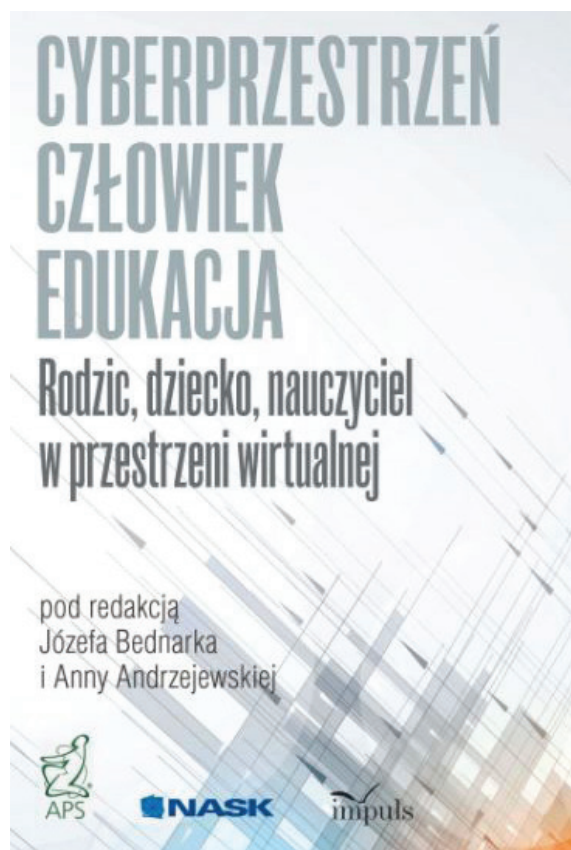
ANNA KAPELA



ANNA KAPELA jest nauczycielem bibliotekarzem w Bibliotece Pedagogicznej w Płocku.

RZECZYWISTOŚĆ WIRTUALNA – SZANSE I ZAGROŻENIA ZESTAWIENIE BIBLIOGRAFICZNE W WYBORZE ZA LATA 2016-2019

ANNA KAPELA



WYDAWNICTWA ZWARTE

1. Bednarek Józef, Andrzejewska Anna [red.] *Rodzic, dziecko, nauczyciel w przestrzeni wirtualnej*, Oficyna Wydawnicza „Impuls”, Kraków 2018.
1. Chmielecka Julia, *Internet złych rzeczy*, Wydawnictwo Pascal, Bielsko-Biała 2017.
2. Galanciak Sylwia, Tanaś Maciej [red.] *Mistrz i uczeń w cyberprzestrzeni*, Oficyna Wydawnicza „Impuls”, Kraków 2018.
3. Hadnagy Christopher, Fincher Michele, *Mroczne odmęty phishingu: nie daj się złowić!* Wydawnictwo Helion, Gliwice 2017.
4. Janicka-Olejniak Ewa, Klimek Krzysztof, *Dzieci i młodzież w świecie technologii cyfrowej*, Wydawnictwo AHE, Łódź 2016.

RZECZYWISTOŚĆ WIRTUALNA – SZANSE I ZAGROŻENIA ZESTAWIENIE BIBLIOGRAFICZNE W WYBORZE ZA LATA 2016-2019

5. Penkowska Grażyna [red:] *Smartfon: uniwersalne medium początku XXI wieku*, Wydawnictwo Naukowe Katedra, Gdańsk 2018.
6. Rowicka Magdalena, *E-uzależnienia: teoria, profilaktyka, terapia*, Krajowe Biuro ds. Przeciwdziałania Narkomanii: Fundacja Praesterno, Warszawa 2018.
7. Wileczek Anna, *Kod młodości: młodomowa w kontekstach społeczno-kulturowych*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2018.
8. Woźniak Justyna, *Seksting – niebezpieczna zabawa nastolatków* [w:] Bednarek Józef, Andrzejewska Anna [red.] *Rodzic, dziecko, nauczyciel w przestrzeni wirtualnej* Oficyna Wydawnicza „Impuls”, Kraków 2018.
4. Dębski Maciej, *Fonoholizm – nadużywanie smartfonów: najważniejsze symptomy oraz czynniki ryzyka*, „Życie Szkoły” nr 10/2018, s. 2-9.
5. Goetz Magdalena, *Fomo – nowa choroba cywilizacyjna?* „Głos Pedagogiczny” nr 105/2019, s. 40-44.
6. Goetz Magdalena, *Jak się nie dać pseudonauce i fake newsom?* „Głos Pedagogiczny” nr 96/2018, s. 29-32.
7. Goetz Magdalena, *Przerwa od smartfona*, „Głos Nauczycielski” nr 46/2018, s. 9.
8. Kroker Natalia, *O sekstingu wśród młodzieży*, „Problemy Opiekuńczo-Wychowawcze” nr 7/2018, s. 16-21.
9. Łosiewicz Dorota, *Uwaga, smartfon! „Sieci”* nr 15/2019, s. 84-86.
10. Price Catherine, *Jesteśmy jak nartniki*, „Charaktery” nr 9/2018, s. 52-57.
11. Wolińska Iwona, *Nomofobia, nowa choroba cywilizacyjna*, „Biblioteka w Szkole” nr 2/2019, s. 4-6.
12. Woźniak-Zapór Marta, *Fake news – niebezpieczeństwo w mediach*, „Bezpieczeństwo: teoria i praktyka” nr 4/2017, s. 99-108. ●

WYDAWNICTWA CIĄGŁE

1. Barabas Magdalena, *Fonoholizm zagrożeniem dla rozwoju dzieci i młodzieży*, „Edukacja, Technika, Informatyka: teoretyczne i praktyczne problemy edukacji technicznej i zawodowej” nr 2/2018, s. 92-97.
2. Carr Nicholas, tłum. Działoszyńska Magda, *Smartfon, twój ukochany wróg*, „Gazeta Wyborcza” nr 245/2017, s. 10.
3. Dębski Maciej, *Fonoholicy są wśród nas?* „Głos Nauczycielski” nr 47/2018, s. 12-13.

ANNA KRUSIEWICZ

KOD MŁODOŚCI. MŁODOMOWA W KONTEKSTACH SPOŁECZNO-KULTUROWYCH

RECENZJA

ANNA KRUSIEWICZ



KOD MŁODOŚCI. MŁODOMOWA W KONTEKSTACH SPOŁECZNO-KULTUROWYCH

Anna Wileczek, Wydawnictwo PWN, 2018

(...) wydaje się zasadne, aby wiedzę o „młodomowie”, o języku codziennej „nieoficjalności” nastoletniej młodzieży, uczynić punktem wyjścia do lekcyjnych analiz na temat bogactwa i zróżnicowania polszczyzny, jej wartości, norm i etykiety językowej.

Język to kod. Okazuje się, że także „kod młodości”. To pasjonujące zagadnienie przybliży autorka książki. Czytelnik znajdzie tam holistyczny obraz zjawisk językowych ujętych w pojemny termin „młodomowy”. Zabiegi językowe obliczone na

skrótowość i deformację słownictwa, odrzucenie konwencji i norm, nieustanne eksperymentowanie z leksyką, swoista zabawa słowem, to tylko niektóre z cech tego zjawiska. To, co może szokować dorosłego użytkownika języka, znajduje często uzasadnienie w mechanizmach i motywach zachowań językowych młodzieży.

Jaki obraz człowieka i rzeczywistości wyłania się z badań przywoływanych przez autorkę? „Młodomowa” dąży do szybkiego etykietowania osób, zjawisk, przedmiotów i zachowań, a z drugiej strony jest nastawiona na atrakcyjność komunikatu. Niech za przykład posłuży leksem „człowiek”, który ma kilkadziesiąt synonimów, w przeważającej większości nacechowanych.

Sporo miejsca autorka poświęca komunikacji internetowej jako wywierającej realny wpływ na rzeczywistość. Wśród konsekwencji zmian na pewno trzeba zwrócić uwagę na zaburzenie ról społecznych i związanych z nimi stereotypowych zachowań językowych przez anonimowość, zrównanie statusu, niestabilną tożsamość. Dowiemy się, kim jest „kidult” i na czym polega niebezpieczeństwo zawłaszczania „młodomowy” przez komunikację masową.

Wielość zagadnień poruszonych przez Annę Wileczek pokazuje, jak złożone jest obecnie zjawisko języka młodzieżowego. To lektura dla tych, którzy chcą lepiej poznać i zrozumieć świat swoich wychowanków. Nie do przecenienia – obszerna bibliografia.

A po lekturze warto określić własne nastawienie wobec opisywanych zjawisk. Czy będzie: (O_O) (o_o) (O.O) (o.o) czy (._.) (-.-) (-_-)?

;) ●

iGEN RECENZJA

HANNA DRZEWIECKA-KRAWCZYK jest nauczycielem konsultantem ds. psychologiczno-pedagogicznej pomocy szkole w Mazowieckim Samorządowym Centrum Doskonalenia Nauczycieli Wydział w Płocku, pedagogiem, socjoterapeutą, mediatorem, tutorem, doradcą zawodowym, koordynatorem projektu „Brak sieci – piąty jeździec Apokalipsy”.



iGEN RECENZJA

HANNA DRZEWIECKA-KRAWCZYK

iGEN

Jean M. Twenge, Wydawnictwo Smak Sowa, Sopot 2019.

Prawdopodobnie potrafisz bezbłędnie rozszyfrować skrót iGEN. Zapewne znasz ogólny trend panujący wśród nastolatków – czyli posiadanie smartfona z dostępem do sieci, ale sam codziennie nie prosisz przyjaciela o to, by „dał Ci lajka”, a Twoje wspomnienia z młodości lat odwołują się do osobistych kontaktów z innymi twarzą w twarz. Być może intuicja podpowiada Ci, że pokolenie Internetu oraz iPhone'a i jego przedstawiciele urodzeni po 1995 roku, jest wyjątkowo szczęśliwe, bo uśmiecha się na selfi i epatuje radością płynącą ze zdjęć zamieszczonych na Facebooku, Snapchacie lub Instagramie.

Jeśli naprawdę chcesz dociec, kim jest generacja „i”, zrozumieć jej sposób myślenia, zachowania, tryb życia i styl spędzania czasu wolnego oraz dogłębniej prześledzić preferowane przez nią wartości, sięgnij po książkę autorstwa Jean M. Twenge – obowiązkową lekturę dla tych wszystkich, którzy chcą poznać kondycję psychiczną dzisiejszych nastolatków, jej podejście do komunikacji, osobistych kontaktów i szerszych interakcji społecznych oraz sprawdzić, jak młodzi ludzie faktycznie radzą sobie w cyfrowej epoce, nieustannie podłączeni poprzez urządzenia mobilne do Internetu.

Autorka, w oparciu o rzetelne badania własne, stawia iGEN-owi wnikliwą, staranną diagnozę, formułuje śmiało tezy o wolniejszym wchodzeniu młodych ludzi w dorosłość, udowadnia, że czas spędzony w Internecie, w świecie wirtualnych interakcji i kontaktów w mediach społecznościowych, nie chroni nastolatków przed samotnością i poczuciem wykluczenia, a wręcz przeciwnie – obniża poczucie szczęścia, wzbudza lęk i koreluje z pogorszeniem zdrowia psychicznego.

Wnioski płynące z badań autorka przeplata krótkimi wywiadami ilustrującymi historie konkretnych reprezentantów pokolenia „i”, którzy zdają się bardzo łaknąć pewności w niepewnym dla nich świecie i najwyraźniej, co być może odbiega od obiegowych przekonań, zdają sobie sprawę z wad smartfonowego świata, w którym przyszło im żyć. Książka poza wieloma wartościowymi spostrzeżeniami przydatnymi w pracy pedagogów, zawiera praktyczne wskazówki lepszego życia ze smartfonem, a także wiele cennych podpowiedzi dla rodziców pragnących zrozumieć i ocalić iGEN przed zbyt dużymi kosztami cyfrowego bytowania.

Publikację, choć jest obszerna i zawiera sporo danych ilościowych, czyta się z lekkością. Serdecznie zachęcam do lektury, która daje szansę wzbudzenia głębokiej refleksji nad aktywnością iGen-u na ekranie i krytycznej oceny jej efektów oraz podszepuje, w jaki sposób nawiązać z nią międzypokoleniowy kontakt. ●

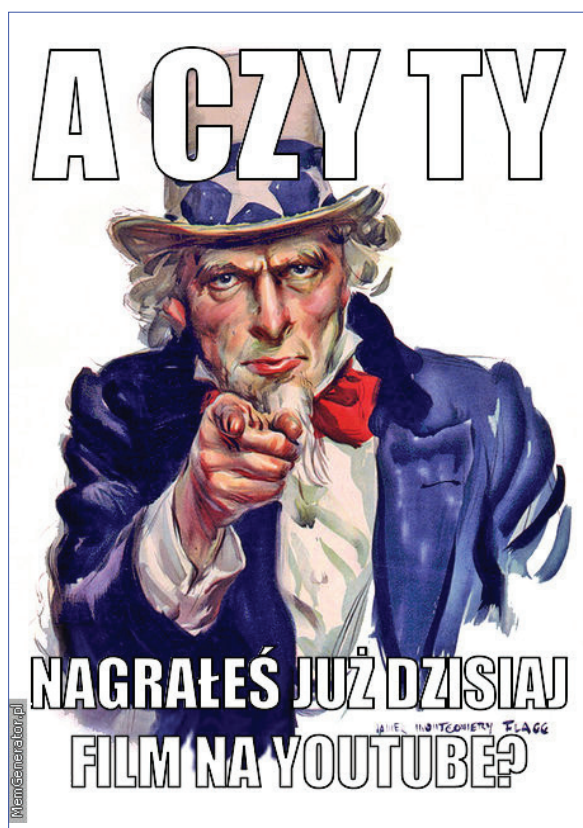
MARIAN KUĆ



MARIAN KUĆ jest nauczycielem konsultantem w zakresie edukacji informatycznej, zawodowej i nowoczesnych technik nauczania w Mazowieckim Samorządowym Centrum Doskonalenia Nauczycieli Wydział w Płocku.

EDUKACJA NA YOUTUBE – TO LUBIĘ!

MARIAN KUĆ



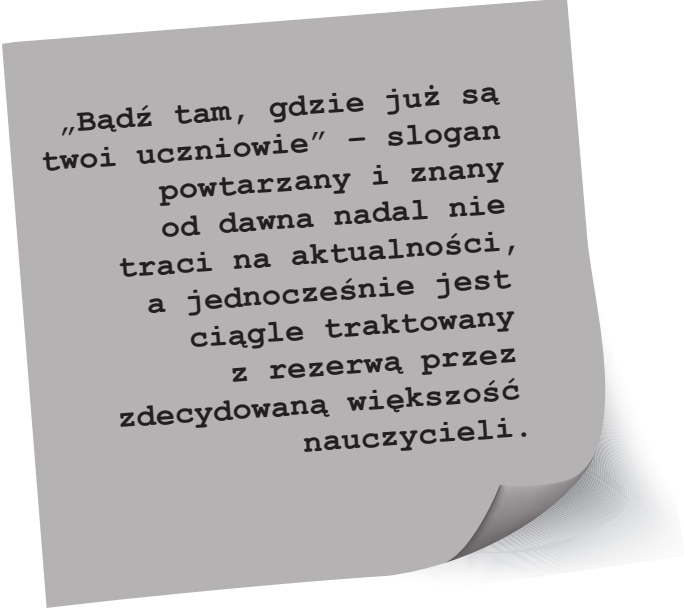
EDUKACJA NA YOUTUBE – TO LUBIĘ!

Internet i jego usługi już dawno stały się nieodłączną częścią życia współczesnego społeczeństwa. Portale społecznościowe, komunikatory, blogi, podcasty i inne są popularne i dostępne dla coraz większej części społeczeństwa, zwłaszcza dla tak zwanych cyfrowych tubylców, którymi już od dawna są nasi uczniowie. Prawdopodobnie zdecydowana większość nauczycieli ma świadomość, że ich uczniowie aktywnie korzystają z dobrodziejstw „bycia online”, traktując sieć jako miejsce atrakcyjne pod wieloma względami, czasami trudno dostępnymi w realu. Wiadomo również już od dawna, że sieć Internet to doskonałe medium i miejsce dla szeroko pojętej edukacji. Miejsce, w którym wiedzę można tworzyć, dzielić się nią, a przede wszystkim zachęcać do jej zgłębiania. „Bądź tam, gdzie już są twoi uczniowie” – slogan powtarzany i znany od dawna nadal nie traci na aktualności, a jednocześnie jest ciągle traktowany z rezerwą przez zdecydowaną większość nauczycieli.

EDUKACJA NA YOUTUBE – TO LUBIĘ!

Jedną z usług, zdobywającą coraz większe uznanie w edukacji, a jeszcze nie do końca obdarzoną zaufaniem przez nauczycieli, jest YouTube – serwis należący do Google, dzięki któremu użytkownicy Internetu mogą bezpłatnie umieszczać i odtwarzać strumieniowo filmy i muzykę. Użytkownicy serwisu mogą też tworzyć własne kanały i playlisty. YouTube pozwala także na ocenianie i komentowanie zamieszczonych klipów. Dzięki wbudowanej wyszukiwarce umożliwia również pozycjonowanie filmów. Tyle jedna z definicji, nie mówiąca jednak, że YouTube to także doskonały sposób dotarcia do młodych ludzi. Oprócz publikacji znanych i popularnych autorów, codziennej dawki plotek i internetowych śmieci oraz, niestety, treści zawierających dużą dawkę wulgaryzmów i przemocy, można znaleźć tam wiele wartościowych kanałów informacyjnych i edukacyjnych.

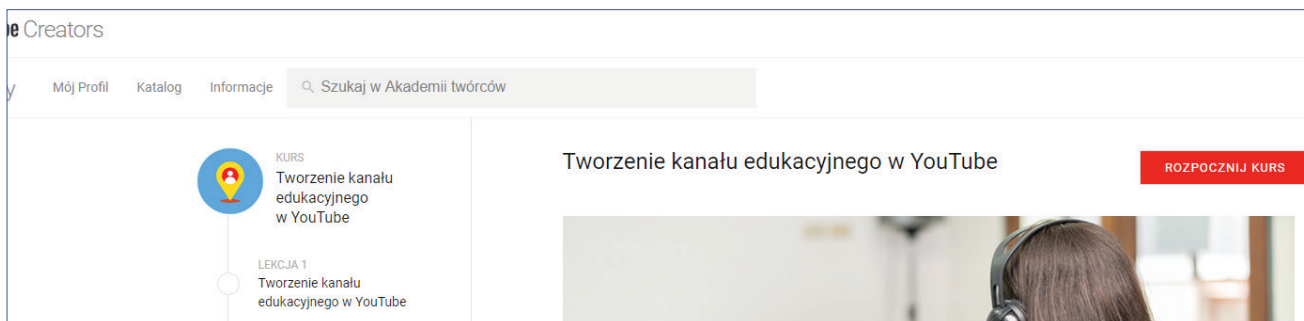
Mimo że YouTube jeszcze niezbyt często jest kojarzony przez nauczycieli ze źródłem wiedzy przydatnej w szkole, rzadko można spotkać osoby, które nie wiedzą, czym jest ten serwis. Najczęściej „wchodzą” na YouTube, żeby posłuchać muzyki, obejrzeć kolejny zabawny filmik o kotach lub relację z wydarzenia związanego ze szkołą lub najbliższym otoczeniem. Na szczęście coraz więcej nauczycieli sięga po gotowe materiały, które mogą ułatwić prowadzenie lekcji, uatrakcyjnić jej przebieg czy w końcu zaangażować uczniów do przygotowania własnych filmowych przykładów. No właśnie! Dla naszych uczniów Internet, portale społecznościowe i między innymi YouTube to naturalne środowisko, w którym czują się jak ryba w wodzie. Choć większość jest konsumentami zawartości udostępnionej w sieci, to część z nich już tworzy ciekawe materiały, np. filmy z gier komputerowych, prowadzi blogi i vlogi, a także kręci i zamieszcza swoje filmy. Na przerwach często słychać dyskusje poświęcone ostatnio obejrzanym filmom, najnowszym influencerom namierzonym w sieci czy po prostu własnej twórczości, która, jak wspominałem, wśród młodzieży jest całkiem popularna i bogata. Dlatego z dużą dozą pewności można stwierdzić, że edukacja w takim środowisku będzie chętnie wykorzystywana i akceptowana przez uczniów.



**„Bądź tam, gdzie już są
twoi uczniowie” – slogan
powtarzany i znany
od dawna nadal nie
traci na aktualności,
a jednocześnie jest
ciągle traktowany
z rezerwą przez
zdecydowaną większość
nauczycieli.**

W tej sytuacji jawi się nowe zadanie nauczycieli, którym jest edukacja przychylnie nastawiona do współczesnych mechanizmów i sposobów wyrażania siebie i swoich myśli, swoich umiejętności i zainteresowań. Uczenie, jak ustrzec się przed zagrożeniami sieci, jest już niewystarczające. Nauczyciel powinien zajmować się nie tylko wadami i zaletami nowości, np. technologicznych, ale również uczyć świadomego korzystania i krytycznego podejścia do informacji pozyskanych z sieci. Bardzo dużą popularność serwisu można wykorzystać do swego rodzaju „promocji” swojego przedmiotu, swojej szkoły czy klasy, bo YouTube jest doskonałą pomocą dydaktyczną. Potrzebny jest tylko pomysł, czas, trochę umiejętności i oczywiście chęci. Można wykorzystać naturalną kreatywność i pomysłowość uczniów do chwalenia się swoimi umiejętnościami, prezentowania swoich pasji i mocnych stron, referowania przedsięwzięć i projektów czy w końcu relacjonowania swoich przeżyć. Niejako przy okazji możemy nauczyć naszych podopiecznych systematyczności i dokładności, zaangażowania w pogłębianie wiedzy, komunikatywności i otwartości, stosowania przepisów prawa autorskiego, ale także konstruktywnego krytycyzmu wobec cudzych i własnych poczynań. Wszystko to jest w zasięgu nauczycieli praktycznie tu i teraz.

MARIAN KUĆ



Od czego więc zacząć? Jako że YouTube jest usługą Google, tam właśnie należy założyć konto. Dokładne wskazówki tworzenia i używania konta znajdziemy na stronie <https://support.google.com/youtube/answer/161805?co=GENIE.Platform%3DDesktop&hl=pl>. Znajdziemy tam również porady, jak tworzyć nowy kanał i weryfikować konto YouTube. Kolejnym krokiem jest tworzenie i umieszczanie filmów. O ile młodzi użytkownicy serwisu YouTube przystępują do tego najczęściej z marszu, nie potrzebując żadnych informacji ani wskazówek, o tyle dorośli mogą się przydać przystępne instrukcje i wsparcie. Kanał edukacyjny to skuteczny i efektywny środek przekazu dla osób poszukujących wiedzy, a dla jego autora to odpowiedzialne przedsięwzięcie. Dlatego warto najpierw ukończyć kurs „Tworzenie kanału edukacyjnego w YouTube na YouTube Creators Academy” – <https://creatoracademy.youtube.com/page/course/educational-channel?hl=pl>. Cztery lekcje na kursie przybliżą nam zasady tworzenia kanału edukacyjnego, realizowania pomysłów z wykorzystaniem odpowiedniego formatu filmów edukacyjnych, odpowiedniego reklamowania naszych filmów i rozwijania działalności z pomocą marki edukacyjnej na YouTube. A potem?

Jak stwierdza znany wszystkim jako Pan Belfer <http://panbelfer.pl/> Dawid Łasiński – Nagranie swojej lekcji nie jest trudne, a jej udostępnienie może w znaczny sposób wpłynąć na wyniki naszej pracy. Dla naszych uczniów YouTube to zupełnie naturalne środowisko i coraz częściej właśnie tam poszukują pomocy w zrozumieniu tematów,

które w szkole sprawiają im trudność. Jeżeli nie jesteśmy do końca zadowoleni z rezultatów naszej pracy, możemy uczniom polecić inne materiały dostępne w sieci. Jeśli i te nie spełniają naszych kryteriów, możemy zaproponować przygotowanie odpowiedniego materiału uczniom, naturalnie aktywizując u nich proces samokształcenia. A gdy ich materiał zyska jeszcze „polubienia” i subskrypcje, sukces będzie całkowity. Dla każdego twórcy internetowego, a zwłaszcza dla uczniów, którzy tworzą i umieszczają swoje treści na serwisie YouTube, niezmiernie ważne jest, by mieć stałych widzów, fanów – osoby, które będą regularnie oglądać i wspierać autora, tworzyć swoistą społeczność.

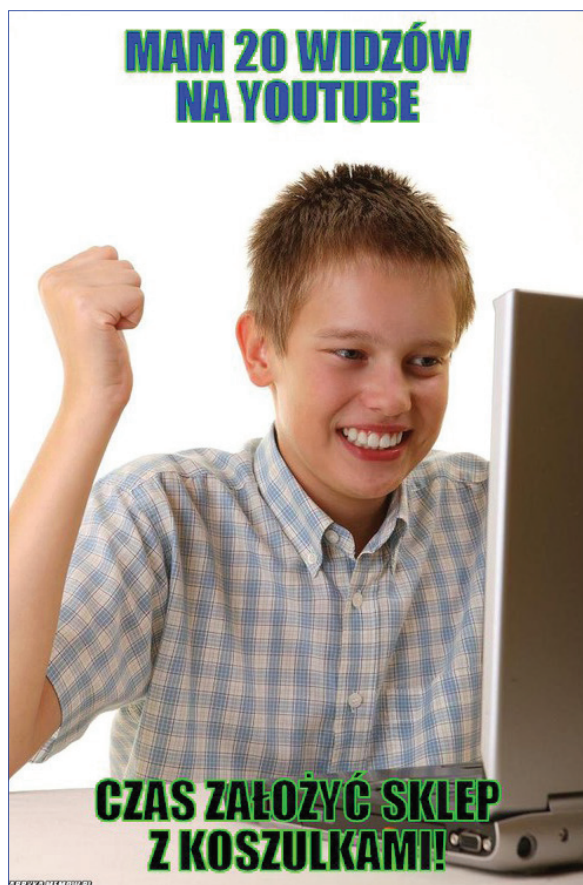
Serwis YouTube staje się w ten sposób skarbnicą treści edukacyjnych, które mogą pomóc nam przekształcić nudną, jednowymiarową lekcję w konstruktywną, interaktywną dyskusję pobudzającą wyobraźnię i zapadającą w pamięć uczniów. Jeżeli jednak nie mamy możliwości samodzielnego przygotowania materiałów, a co więcej, mamy pewne obawy przed wykorzystaniem serwisu w klasie po raz pierwszy, serwis Educational App Store proponuje 20 najlepszych sposobów korzystania z YouTube w klasie na różnych przedmiotach – <https://www.educationalappstore.com/blog/top-20-ways-to-use-youtube-in-classroom/>. Oto kilkanaście z nich:

1. Wywołaj ciekawą i unikalną dyskusję. Znajdź aktualne filmy wideo związane z bieżącymi sprawami, takie jak klipy z newsów, i zapytaj uczniów, jakie są ich opinie.

EDUKACJA NA YOUTUBE – TO LUBIĘ!

2. Uzyskaj dostęp do wysokiej jakości filmów instruktażowych całkowicie za darmo. Dostępnych jest ich wiele – specjalnie przygotowanych dla odbiorców YouTube – są krótkie, wartościowe, rozrywkowe i edukacyjne.
3. Odtwarzaj filmy przedstawiające poetów czytających własne prace. To doskonałe źródło lekcji literatury. Wideo z pisarzem czytającym własną twórczość może tchnąć życie w strofy i zachęcić tych, którzy są niezbyt pewni siebie, aby głośno czytać poezję.
4. Użyj krótkich klipów z filmów dokumentalnych w celu nadania kontekstu omawianemu tematowi. BBC, Channel 4 i wielu innych dużych nadawców umieszcza fragmenty filmów dokumentalnych na własnym kanale YouTube. Są one doskonałym materiałem do wykorzystania w ramach planowania lekcji i pomagają wprowadzić element „prawdziwego świata” do klasy.
5. Skorzystaj z YouTubeEdu. Tu znajdziesz filmy specjalnie tworzone do celów edukacyjnych – są zwięzłe i profesjonalne.
6. Znajdź klipy do wykorzystania jako zasób archiwalny. Istnieje wiele filmów na YouTube, które zawierają zarchiwizowane materiały z lat 20. XX wieku. Możemy tu znaleźć „lokalne” klipy, które pokazują miejscowość sprzed dziesięcioleci, pomagając uczniom poznać historię najbliższego otoczenia.
7. Twórz listy odtwarzania, aby pomóc sobie w planowaniu przyszłych lekcji. Po założeniu konta YouTube umożliwia tworzenie i nadawanie nazw listom odtwarzania, które można dodawać w sposób ciągły. To świetny sposób na zarchiwizowanie ulubionych filmów i łatwe ich zlokalizowanie w przyszłości.
8. Poszerzaj wiedzę swoich uczniów. Film przedstawiający bardziej skomplikowane zagadnienie omawianego tematu można polecić jako zadanie domowe dla uczniów, którzy osiągają lepsze wyniki.
9. Wyznacz zadanie wymagające od uczniów przygotowania i stworzenia własnych filmów, które będą później odtwarzane w klasie. Na przykład dzieci mogą otrzymać zadanie nakręcenia filmu reklamującego produkt w zabawny i przekonujący sposób. Istnieje wiele aplikacji do edycji wideo, które uczniowie mogą wykorzystać do opracowania swojego wideo przed przestaniem go do YouTube.
10. Użyj wideoinfografiki jako atrakcyjnego sposobu na wprowadzenie wielu informacji w krótkim czasie, np. na temat praw autorskich.
11. Zadeмонstruj eksperymenty. Jeśli nie masz możliwości przeprowadzenia i nagrania doświadczeń własnoręcznie, wykorzystaj filmy z eksperymentami dostępne na YouTube.
12. Zadaj pracę domową „oglądanie wideo” jako przygotowanie uczniów do wprowadzenia nowego materiału w klasie.
13. Przedstaw szczegółowe wyjaśnienie trudnych równań. Organizacje, takie jak Khan Academy, przesyłają do serwisu YouTube filmy ze wskazówkami krok po kroku, co jest idealnym rozwiązaniem dla uczniów potrzebujących tego typu pomocy.
14. Wykorzystaj filmy jako zachętę do pisania. Emocjonalny film może być nieocenionym źródłem informacji podczas planowania kreatywnej lekcji pisania.

MARIAN KUĆ



15. Doskonal umiejętności słuchania. Zaktywizuj i zaangażuj klasę w słuchanie. Jest wiele filmów z wywiadami na YouTube, z których można skorzystać, prosząc klasę o zanotowanie kluczowych informacji w zadaniach uczących „dziennikarstwa”.
16. Wykorzystaj YouTube jako nagrodę. Młodzi ludzie uwielbiają przeglądać filmy w Internecie, dlatego starannie wybrany film, który jest zabawny a jednocześnie edukacyjny, może zostać wykorzystany jako nagroda, a także jako zasób do nauki.
17. Ustal zadanie badawcze. Podczas lekcji z komputerem lub tabletem uczniowie mogą korzystać z YouTube, aby zwiększyć swoją wiedzę na dany temat, jednocześnie robiąc notatki, którymi podzielą się z klasą.

Ta lista jest otwarta i każdy z nas może dodać do niej własne propozycje i pomysły na edukacyjne wykorzystanie serwisu YouTube w klasie i w szkole. Znalezienie wartościowych treści edukacyjnych jest czasami trudne, bo tych jest bardzo dużo i ciągle ich przybywa. Można zdać się na popularność danego kanału, można też wyszukiwać zasoby mniej znane, za to zawierające materiały na wysokim poziomie. Umiejętne i rozsądne korzystanie i tworzenie zasobów YouTube to jedna z dróg do ciekawych lekcji i zajęć. ●

NETOGRAFIA

1. <https://creatoracademy.youtube.com/page/course/educational-channel?hl=pl>
2. <https://www.educationalappstore.com/blog/top-20-ways-to-use-youtube-in-classroom/>
3. <https://edutorial.pl/rynek-edukacyjny/youtube-dla-nauczycieli-czyli-jak-wykorzystac-nowe-technologie-w-edukacji/>
4. <https://projekcja.edu.pl/youtube-a-edukacja/>
5. <http://www publikacje.edu.pl/publikacje.php?nr=11781>
6. <https://www.edunews.pl/narzedzia-i-projekty/mobilna-edukacja/4347-nauczyciel-na-youtube-czyli-uczace-filmiki>
7. <https://creatoracademy.youtube.com/page/lesson/subscriber-advantage?hl=pl>
8. <https://fabrykamemow.pl>
9. memgenerator.pl

JEŚLI NIE CHCESZ MOJEJ ZGUBY, Z GADŻETAMI MIARKUJ, LUBY

ALEKSANDRA ZASIMOWICZ jest doradcą metodycznym ds. informatyki w Mazowieckim Samorządowym Centrum Doskonalenia Nauczycieli Wydział w Płocku, trenerem programu Intela „Teach to the Future”, edukatorem MEN ds. TIK, zwolenniczką koncepcji Life Long Learning. Uwielbia podróże bliższe i dalsze.



JEŚLI NIE CHCESZ MOJEJ ZGUBY, Z GADŻETAMI MIARKUJ, LUBY

ALEKSANDRA ZASIMOWICZ

Bo coś w szaleństwach jest młodości,
wśród lotu wichru, skrzydeł szumu.
Co jest mądrzejsze od mądrości,
i rozumiejsze od rozumu.

Leopold Staff

Odwieczne narzekanie starych na młodych ma w dzisiejszym świecie swoją kolejną odstonę. Część dorosłych narzeka z przyzwyczajenia i tęsknoty za dniami minionymi, które młodość krasila niezależnie od ich uroków rzeczywistych. Inni z troską obserwują, jak odfruwają od nich młody człowiek w świat dziwny, nieznany, więc na pewno zły. Patrzymy na nastolatków, którzy siedząc obok siebie, nie rozmawiają ze sobą, ale z kolegami w sieci. Widzimy spacerujące mamy z wózekkami, które nie szczebioczą do swoich pociech, ale toczą dyskusje na smartfonach. Izolacja, nieumiejętność nawiązywania znajomości w świecie rzeczywistym, o tworzeniu trwałych relacji nie wspominając – to są problemy realne.

Większość dorosłych osób, nawet tych nie najmłodszych, siłą rzeczy weszło w świat technologii chociażby poprzez korzystanie z telefonów komórkowych. Każdy wie, że nieraz użycie ich uratowało komuś życie. Z doświadczenia lub słyszenia

wiemy o tym, jak ułatwiają kontakt rodzinom lub przyjaciółom rozdzielonym czasem ogromnymi odległościami. Wciąż jednak za mało wiemy o rzeczywistych zagrożeniach wynikających z nieumiejętnego korzystania z udogodnień współczesnych technologii.

W dwudziestym wieku Albert Einstein mówił: Jestem przekonany, że przerażający upadek moralności, jakiego jesteśmy świadkami w dzisiejszych czasach, jest rezultatem mechanizacji i dehumanizacji naszego życia – zgubnych produktów ubocznych mentalności naukowo-technicznej. Ten geniusz, wiecznie ciekawy świata i ludzi, widział, że człowiek gubi się w technologii, a dokładniej gubi drugiego człowieka. Może warto wspomnieć, że nawet takim umysłom łatwiej te prawdy odkryć niż wcielić je w życie. Warto jednak, mając wiedzę, korzystać z niej.

ALEKSANDRA ZASIMOWICZ

Zastanówmy się, jaką ilością gadżetów otoczony jest współczesny człowiek. Sam telefon jest już wielofunkcyjny. Im młodszy uczeń, tym telefon najmniej jest mu potrzebny do rozmów. Niezbędny natomiast do gier. Im starszy użytkownik, tym zakres wykorzystywanych funkcji sprzętu rośnie, ze szczególną dominacją sieci, a w niej portali społecznościowych. Kwestia, gdzie dany młodzian ma konto – na Facebooku, Twitterze czy Instagramie – to sprawa drugorzędna, ważne, że gdzieś je w ogóle ma. Dojrzały człowiek może funkcjonować bez obecności w social mediach, nastolatek nie. Wszyscy czytelnicy „Meritum” wiedzą, czym jest grupa rówieśnicza, jak istotny jest jej wpływ na funkcjonowanie społeczne, ale może nie wszyscy uświadamiamy sobie, że dzisiaj ta grupa działa w sieci. Banicja była gorsza od kary śmierci, dzisiaj banicja to wyrzucenie z grupy. Dlaczego tak wiele dzieci nie potrafi sobie w takiej sytuacji poradzić?

Odpowiedź jest tyleż prosta, co brutalna. Dzieci „wychowywane” w sieci mają poczucie, że rodzice i inni dorośli nie mają pojęcia, jak wygląda internetowy świat, jakie prawa nim rządzą i w związku z tym nie można oczekiwać od nich pomocy. Nie bagatelizując ciemnej strony Netu, musimy pogodzić się z myślą, że młode pokolenie nie potrafi już bez niego istnieć. Dla człowieka pierwotnego i dzisiejszego zawsze najważniejszy był i pozostanie drugi człowiek (pomimo że często nie zdajemy sobie z tego sprawy), dlatego kiedy dziecko czuje się odrzucone przez grupę, dramat przestaje być wirtualny.

Co powinniśmy zrobić, żeby pomóc? Stara zasada „im bliżej siebie w rodzinie, tym dalej od kłopotów” jest oczywiście zawsze aktualna. Tyle że jeśli odizolujemy swoje dziecko od technologii, to i od rówieśników. Natomiast jeśli pozwolimy mu wchodzić w świat nam nieznaną i sami tam nie wejdziemy, to sytuacja szybko wymknie się spod kontroli. Niektórzy twierdzą, że DarkNet to 90% sieci. Warto zadbać, żeby nasze dziecko, uczeń czy każdy młody człowiek nie tylko nauczył się korzystać z tych pożytecznych 10%, ale żeby mógł zwrócić się do nas o pomoc w przypadku kłopotów.

Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę (następca Dzieci Niczych) zajmuje się ochroną dzieci przed wszelkimi rodzajami przemocy, w tym cyberprzemocy. Wśród licznych akcji społecznych fundacji znajduje się Mama Tata Tablet, która pokazuje, jak nie stać się tabletem rodzicem. Jak bardzo niewinne karmienie przy bajce może sprzyjać uzależnieniu, zaburzać rozwój połączeń mózgowych itd. Fundacja realizuje też projekt edukacyjny „Zostań znajomym swojego dziecka”, który zachęca rodziców i opiekunów do uczenia dzieci bezpiecznego korzystania z sieci. Przypomina o zdrowych proporcjach czasowych korzystania z mediów.

Dziecko poznaje świat rzeczywisty w towarzystwie rodziców. Czy w wirtualny świat należy wchodzić inaczej? Nie, zawsze pierwsze kroki razem i zawsze dbamy o bezpieczeństwo i tych zasad uczymy. Projekt „Uważni rodzice” podpowiada, jak ustrzec przed zagrożeniami online. Ważne, żebyśmy znając zagrożenia i zjawiska, np. hejtu, treści niewłaściwych dla dzieci, sekstingu itp. mogli przed nimi chronić dzieci i to od nas, dorostych będzie zależało, czy potrafimy im pokazać właściwe wartości, proporcje między kontaktami w świecie rzeczywistym i wirtualnym. Tak jak uczymy dzieci gier logicznych czy układania kostek, tak możemy pokazać, jak nakręcić filmik z układania, umieścić go na stronie czy wystać koledze jako instruktaż. Wyczyny na deskorolce sfilmowane przez kolegę i „obrobione”, wrzucone na YouTube będą doskonałym połączeniem tych dwóch światów. Pojedźmy z dzieckiem na elektrycznej hulajnodze sterowanej z bezpłatnej aplikacji Lime, a potem wrzucmy razem zdjęcie na swojego bloga. Namówmy je, żeby nakręciło instrukcję dla babci, jak korzystać z aplikacji.

Jak widać, granicą aktywności w życiu realnym i wirtualnym jest tylko nasza wyobraźnia. Wierzę za Staffem, że młodość zwycięży, ale wiem, że możemy i powinniśmy jej pomóc. ●



Koszt rocznej prenumeraty „Meritum”
wynosi **50,00 zł** (w tym koszt przesyłki)

1. Dane zamawiającego:

» dokładny, czytelny adres placówki lub adres prywatny

.....

» e-mail

» numer telefonu

» NIP

» liczba egzemplarzy

Zamawiający potwierdza jednocześnie, że jest uprawniony do złożenia zamówienia i przyjęcia faktury VAT
oraz zgadza się na wystawianie faktury VAT bez podpisu Zamawiającego.

2. Zamawiający przelewa należną kwotę na konto MSCDN:

Mazowieckie Samorządowe Centrum Doskonalenia Nauczycieli

ul. Świętojerska 9, 00-236 Warszawa

NIP 525-249-20-11

Nr rachunku: 20 1020 1026 0000 1002 0232 8086

Zapewniamy, że po złożeniu zamówienia i uiszczeniu należnej kwoty prześlemy fakturę
oraz dostępne numery „Meritum”, które ukazały się przed Państwem prenumeratą.

3. Zamówienie należy przestać na adres:

Redakcja „Meritum”

Mazowieckie Samorządowe Centrum Doskonalenia Nauczycieli

ul. Świętojerska 9, 00-236 Warszawa

lub na adres e-mail: mscdn@mscdn.edu.pl

lub faks: 22 536 60 01

