

Pokolenie alfa w cyberświecie,
czyli o kształtowaniu umiejętności prawidłowego funkcjonowania w środowisku cyfrowym dzieci i młodzieży

Pokoleniem alfa określa się młodych ludzi urodzonych po 2000, niektórzy za graniczną datę podają rok 2010, bowiem w tym czasie po raz pierwszy na rynku pojawił się iPad. Najmłodsza generacja nazywana jest też mianem „online”, ponieważ niechętnie rozstaje się z telefonem. Smartfony (iphony) stały się dla młodych ludzi nianiami – kiedy zapracowani rodzice włączają bajki, a z czasem placem zabaw – kiedy grają online z kolegami lub tworzą w grach światy, o których sobie potem opowiadają.

W cyberświecie nie ma nudy, wszystko dzieje się szybko, przerzuca się kolejne zdjęcia, „lajkuje”, dorzuca krótkie komentarze lub emotikony. Zawsze ktoś jest dostępny, zawsze można czegoś posłuchać, obejrzeć. Świat jest na wyciągnięcie ręki. Nic zatem dziwnego, że młodzi ludzie nie chcą go opuszczać i być „offline”. Chcą też być częścią tego świata, szczególnie social mediów, które pozwalają pokazać się z jak najlepszej strony, zainteresować innych, pochwalić się, poczuć się lubianym i akceptowanym.

Dlatego tak ważne jest, aby od najmłodszych lat kształtować umiejętność prawidłowego funkcjonowania w środowisku cyfrowym. Z jednej strony należy mówić o możliwościach i zagrożeniach związanych z tym, co oferuje Internet, a z drugiej strony o nałogowym korzystaniu z nowych mediów, które zalicza się do jednego z uzależnień behawioralnych.

„Nałogi behawioralne to schemat zachowania wynikający z silnej, niekontrolowanej potrzeby wykonywania jakiejś zwykłej czynności, jak np. jedzenie lub korzystanie z nowych mediów. Taka potrzeba pojawia się zwykle w reakcji na przeżywane napięcie i inne, trudne do zniesienia, emocje czy sytuacje życiowe.”

Uzależnienie od Internetu jako jednostka diagnostyczna pojawiło się stosunkowo niedawno, jednak coraz częściej docierają do nas informacje o problemach młodych ludzi, którzy spędzają wiele godzin przed komputerem lub z telefonem w ręce, a w momencie „odłączenia” od Internetu doświadczają tego wszystkiego, co ludzie na odwyku: najpierw złości, buntu, potem lęku, rozpaczy, frustracji lub apatii.

Specjaliści podają, że młodzież najczęściej uzależnia się w sieci od:

- pornografii internetowej,
- komunikacji internetowej (rozumianej jako „pisanie” z innymi użytkownikami mediów społecznościowych lub czatów),
- sieci (czyli bycia „online” i obserwowania, co się dzieje w sieci: w grach lub w social mediach),
- szumu informacyjnego (tzn. natłoku informacji) .

Cyberświat niesie ze sobą także zagrożenia związane z cyberprzemocą określaną także jako cyberbulling. Należy tu wymienić:

- mowę nienawiści (znieważanie, pomówienia lub nawoływanie do nienawiści wobec konkretnej osoby lub grupy społecznej),
- happy slapping(czyli umieszczanie w sieci zdjęć lub filmów, które ośmieszają lub kompromitują bez ich zgody lub wbrew ich woli),
- grooming (uwodzenie nieletnich przez dorosłych podszywających się za ich rówieśników, które łączy się niejednokrotnie z „wyłudzeniem” zdjęć lub filmików erotycznych, a następnie szantażowaniem pokrzywdzonych),
- cyberstalking (nękanie kogoś e-mailami, komentarzami na formach lub podszywanie się pod nękaną osobę i rozsyłanie w jej imieniu wiadomości).

Nowe media dają nowe możliwości, ale i nowe zagrożenia, a co za tym idzie, nowe wyzwania wychowawcze i profilaktyczne dla rodziców, nauczycieli i pedagogów. Stawiając czoła tym nowym wyzwaniom, warto sięgnąć po pracownia w formie ciekawych broszur lub filmików.

Fundacja Poza Schematami na swojej stronie internetowej w zakładce do pobrania umieściła darmowe broszury dla rodziców oraz młodzieży i dzieci dotyczące bezpiecznego korzystania z Internetu. (<https://fundacjapozaschematami.pl/materialy-do-pobrania/>)

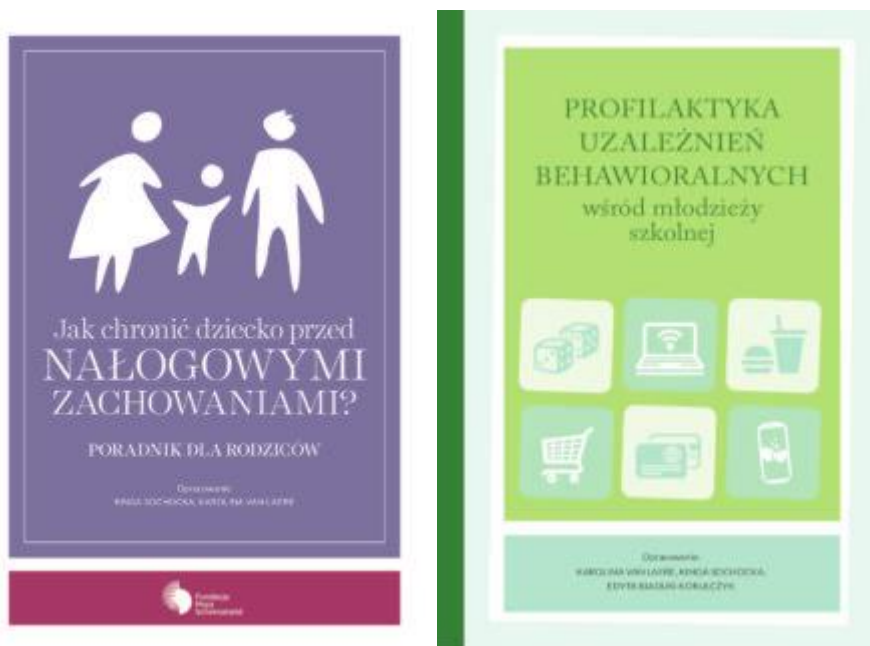
Dla dzieci:



Dla nastolatków

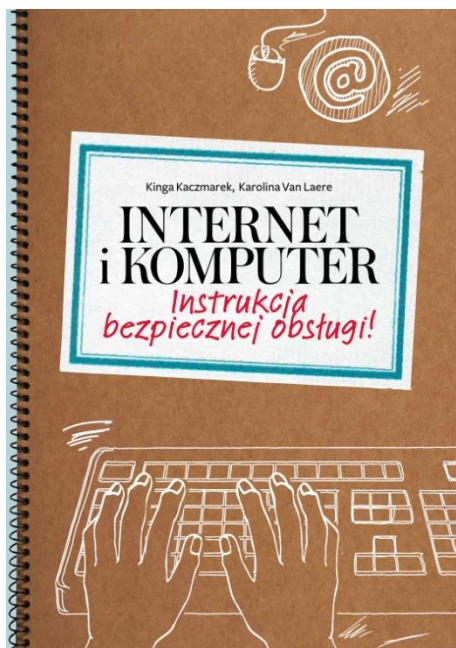


Dla rodziców



ETOH Fundacja Rozwoju Profilaktyki, Edukacji i Terapii Problemów Alkoholowych opublikowała dla młodzieży i rodziców

[file:///C:/Users/Pedagog/Downloads/publikacja dla młodzieży komputer i internet - instrukcja bezpieczeństwa obsługi.pdf](file:///C:/Users/Pedagog/Downloads/publikacja_dla_młodzieży_komputer_i_internet_-_instrukcja_bezpieczeństwa_obsługi.pdf)



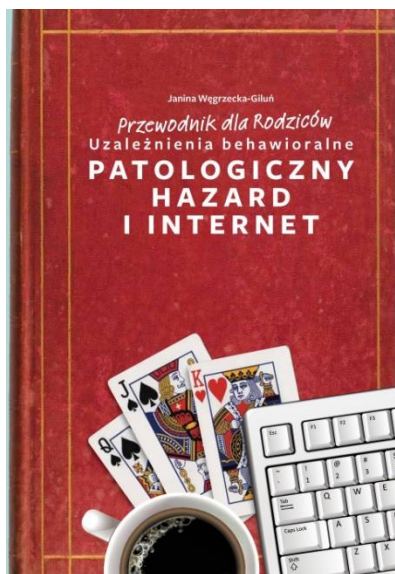
<file:///C:/Users/Pedagog/Downloads/dorosli%201.pdf>



https://issuu.com/ryszardkaiser/docs/uzaleznienia_behawioralne_-_poradni



<https://docplayer.pl/1549907-Janina-wegrzecka-gilun-przewodnik-dla-rodzicow-uzaleznienia-behawioralne-hazard-i-internet.html>



Ponadto Fundacja Dajemy Dzieciom Się na swojej stronie publikuje liczne artykuły i filmy, a także katalog bezpiecznych aplikacji mobilnych BeStApp. Aplikacje w katalogu zostały sprawdzone pod kątem braku szkodliwych treści i dostosowania do potrzeb i możliwości dzieci. <https://fdds.pl/oferta/kontrola-rodzicielska/>.

Opracowała:
Agata Tyczyńska
pedagog szkolny