

## **Świat wirtualny, a potrzeby psychiczne dziecka**

Spotkania z dziećmi wyraźnie przypominają, że wychowanie to przede wszystkim rozmowa, gest, emocja. Dzieci bardzo lubią opowiadać. Są szczerze i bezpośrednio. Chcą być słuchane. Rozmowy na temat bezpieczeństwa w sieci niejednokrotnie sygnalizują, że im więcej dziecko przeżywa frustracji, tym bardziej narażone jest na ryzykowne zachowania w sieci. Internet ma być dla dziecka przyjemnością, rozrywką. Natomiast gdy staje się sposobem na poradzenie sobie ze złością, niepowodzeniem, smutkiem, depresyjnością zamienia się w „złą czarownicę”, która okrada z marzeń i na dodatek oddala od rodziców, niszczy cele.

Badania potwierdzają, że Internet jest płaszczyzną, na której ludzie zaspokajają swoje społeczne potrzeby. Aktywność w cyberprzestrzeni pozwala użytkownikom na ekspresję uczuć i emocji, przed czym często mają opory w realnym świecie. Dzięki narzędziom komunikacyjnym spełniają potrzeby społeczne i psychiczne. Możliwość funkcjonowania w danej wspólnocie oraz uznanie w oczach innych daje poczucie przynależności do danej grupy. Internet oferuje zaspokojenie szeregu pragnień, które w realnym świecie poddawane są deprywacji. Najbardziej otwarci na ofertę sieci są nieświadomi własnego ja młodzi ludzie, którzy nieustannie poszukują odpowiedzi na pytania dotyczące własnej osobowości. Potrzeby, które zdecydują się zaspokajać poprzez Internet zależne są od tego, które z nich nie zostają zrealizowane w prawdziwym życiu. Ciekawość staje się motywacją do nowych działań i często zapominają o ważnych zasadach bezpieczeństwa, choć znają je bardzo dobrze.

Potrzeba bezpieczeństwa jest jedną z podstawowych potrzeb człowieka, a zapewnienie jej pozwala na prawidłowy rozwój na poszczególnych etapach życia. Młodzi ludzie szczególnie potrzebują wsparcia ze strony bliskich, gdyż bez niego ciężko im jest odnaleźć się w rzeczywistości i prawidłowo w niej funkcjonować. W sytuacjach, kiedy nie odnajdują kontaktu wśród otoczenia, a rodzina nie traktuje ich spraw poważnie, istnieje prawdopodobieństwo, że pomocy w rozwiązaniu swoich problemów będą poszukiwali w sieci. Odczuwając deficyt uczuć, brak więzi z innymi, odcinają się od świata rzeczywistego uciekając do cyberprzestrzeni. Nie otrzymując poczucia bezpieczeństwa, szukają możliwości zaspokojenia swych podstawowych potrzeb po drugiej stronie ekranu. Czynnikiem chroniącym jest zatem ufna więź z rodzicami oraz dobra samoocena.

## Projekty profilaktyczne w poradni

Wiek dorastania jest czasem ciekawości, przyspieszonego rozwoju, a także dużej potrzeby przynależności i akceptacji. Młody człowiek stoi przed wieloma wyborami. Refleksja nad problematyką uczniów pokazuje, że często z lęku rezygnują z sięgania po sukces. Podejmują łatwiejsze rozwiązania, które stają się dla nich hamulcami. Współczesny świat z dostępem do Internetu podsuwa wiele wspaniałych możliwości. Jednak przy osłabionej umiejętności wyboru, decydowania i braku wsparcia ze strony dorosłych mogą stać się przeszkodami w rozwoju społecznym, poznawczym, emocjonalnym i osobowościowym. Na bazie obserwacji, doświadczenia w pracy z uczniami oraz analizy rozmów z rodzicami zrodziła się koncepcja warsztatów jako wsparcia dla indywidualnego sukcesu każdego ucznia. Mają one charakter profilaktyczny – rozwijają samokontrolę w korzystaniu z nowoczesnej technologii komputerowej.

Od 2007 roku prowadzimy zajęcia w ramach profilaktyki zachowań ryzykowanych zwłaszcza dotyczących świata wirtualnego. **„Przedszkolaki w Inter(necie)”**, **„Świat wirtualny - odpowiedzialne wybory”**, **„Komputerowy zawrót głowy; szansą i zagrożeniem dla sukcesu”** to autorskie programy zajęć warsztatowych dla dzieci przedszkolnych i uczniów klas IV i V szkoły podstawowej. Zajęcia zostały przeprowadzone w licznych placówkach i szkołach podstawowych na terenie powiatu jarosławskiego.

Wzięło w nich udział ponad 1000 dzieci.

Prowadzone zajęcia warsztatowe mają na celu:

- uczenie dzieci inicjatywy w zadaniach społecznych i edukacyjnych,
- rozwijanie umiejętności psychospołecznych,
- wspomaganie umiejętności zabawy i współdziałania
- zasady bezpiecznego korzystania z sieci w praktyce,
- rozwijanie umiejętności świadomego wyboru ( ja decyduję),
- poznanie źródeł lęku przed osiągnięciem sukcesu (co może ograniczać mój rozwój),
- poszerzenie wiedzy o sobie,

Z wyników ankiety ewaluacyjnej wynika, że rodzice często nie mają wiedzy na temat tego, co ich dzieci oglądają w Internecie i jak długo. Tylko niektóre komputery mają zainstalowany filtr rodzicielski. Kilka procent uczniów szkół klas IV i V ma określony przez rodziców czas korzystania z komputera. Dodatkowo, biorąc pod uwagę godziny w jakich dzieci i młodzież przebywają w sieci, okazuje się, że spora część z nich korzysta do późnych godzin wieczornych, a nawet nocnych. Dodajmy do tego brak kontroli rodzicielskiej nad tym, w jaki sposób dzieci i młodzież korzystają z telefonów

komórkowych, w jakie gry grają. Mamy niepokojący obraz przestrzeni, bez wpływu osób dorosłych, a ich obecność jest niezbędna w prawidłowym procesie wychowania i socjalizacji. Rodzice mają częściową wiedzę na temat zagrożeń w sieci.

### **Czy zatem robić, aby dzieci korzystały z sieci mądrze?**

Po pierwsze edukować, po drugie rozmawiać, po trzecie wzmacniać samoocenę...

Edukacja jest najłatwiejszym elementem działań profilaktycznych. Dzieciom, nastolatkom potrzebna jest informacja: czym jest cyberprzemoc, jak na nią reagować, a przede wszystkim, uczyć odpowiedzialnego publikowania w sieci informacji nie tylko o innych, ale także o sobie (na przykład pytanie kolegi/koleżanki o zgodę na publikowanie wspólnego zdjęcia; uczulanie, że wrzucanie na portale społecznościowe zdjęć, które kogoś ośmieszają wcale nie jest „dobrym żartem”). Edukacja potrzebna jest także rodzicom, nauczycielom, pedagogom i psychologom. I to nie tylko wiedza na temat niebezpieczeństw czy możliwości wykorzystywania środowiska cyfrowego w wychowaniu, i kształceniu, ale również na temat reagowania w codziennych sytuacjach (jak modelować relacje dziecko-multimedia, jak reagować na sytuacje kryzysowe, co robić, jeśli dziecko jest ofiarą/sprawcą cyberprzemocy itp.).

Skuteczność edukacji zależy przede wszystkim od jakości dialogu z dzieckiem. Natomiast dobra rozmowa będzie możliwa jeśli poznamy i zaakceptujemy odbiór rzeczywistości, w tym też i tej wirtualnej z perspektywy dziecka. Nam może się wydawać, że wiemy jak dziecko widzi świat, ale porozumienie do pozytywnej profilaktyki nastąpi wtedy, kiedy usłyszymy zdanie dziecka i uznamy je za ważne. Optymistyczna profilaktyka oparta na zasadzie asertywności „ja jestem OK i ty jesteś OK” będzie gwarantem jej skuteczności.

Po trzecie, wzmacniać samoocenę dziecka. Składa się ona z wielu komponentów: wytrwałość, ambicja, pewność siebie, optymistyczne nastawienie do życia, poczucie kontroli nad własnym życiem i wysoka motywacja osiągnąć. Dobra samoocena pomaga w osiągnięciu celów i jest źródłem szczęścia dziecka oraz satysfakcji rodziców.

Odpowiadając na potrzeby środowiska lokalnego prowadzimy zajęcia warsztatowe ukierunkowane na praktyczną edukację medialną dla wymienionych grup. Pierwsza edukacja medialna powinna odbywać się w domach od momentu, kiedy dziecko zaczyna samodzielnie korzystać z różnych urządzeń.

Opracowanie: Alicja Halejcio i Joanna Starzecka

Literatura:

- 1.M. Szpunar, Alienacja i samotność w sieci vs grupowość i kapitał społeczny w Internecie. Internet i jego wpływ na kontakty społeczne, [w:] Oblicza Internetu, red. M. Sokołowski, wyd. Tekst, Elbląg 2007, s.95.
- 2.Por. A. Jaszczak, Poczucie uzależnienia od Internetu, a poczucie kontroli u adolescentów, [w:] red. B. Szmigielska, Psychologiczne konteksty Internetu, wyd. WAM, Kraków 2009, s. 321.
- 3.Por. B. Danowski, A. Krupińska, Dziecko w sieci, wyd. Helion, Gliwice 2007, s. 27.