

Ekonomiczny Uniwersytet Dziecięcy



Pokolenie Google

dr Monika Kućmierczyk

Uniwersytet Ekonomiczny w Katowicach

Data: 9.05.2022 r.

Organizatorzy



Program spotkania

- Czym jest pokolenie Google?
- Szanse i zagrożenia stosowania nowoczesnych mediów dla rozwoju dziecka, nie tylko edukacyjnego
- Jak zabezpieczyć komputer, telefon itd.?
- Jak wychowywać w dobie Internetu i otaczającej nas technologii?
- Gdzie szukać wsparcia?



Czym jest pokolenie Google?



Charakterystyka pokoleń

CATEGORY	BUILDERS	BABY BOOMERS	GENERATION X	GENERATION Y	GENERATION Z	GENERATION α
Name origin	The generation that built the economy, infrastructure and society after the Depression and WW2.	The post-war baby boom that created an economic boom.	Ironically named after Douglas Coupland's anti-label moniker - "just call us X". Note: spans 15 years.	The letter that followed X, also known as Millennials.	Following from Y, the end of an era and the end of a millennium.	Coined by McCrindle to define the start of a whole new era. Follows scientific naming (Greek alphabet).
Slang terms	 We prefer proper English if you please Born: < 1946 Age: 75+	 Be cool Peace Groovy Way out Born: 1946-1964 Age: 56-74	 Dude Ace Rad As if Wicked Born: 1965-1979 Age: 41-55	 Bling Funky Doh Foshizz Whassup? Born: 1980-1994 Age: 26-40	 lit fam bae slay yass queen Born: 1995-2009 Age: 11-25	 extra flex yeet insta GOAT Born: 2010-2024 Age: under 11
Social markers	World War II 1939-1945	Moon landing 1969	Stock market crash 1987	September 11 2001	GFC 2008	Trump / Brexit 2016
Iconic cars	 Model T Ford Final, 1927	 Ford Mustang 1964	 Holden Commodore 1978	 Toyota Prius 1997	 Tesla Model S 2012	 Autonomous vehicles 2020s
Iconic toys	 Roller skates	 Frisbee	 Rubik's cube	 BMX bike	 Folding scooter	 Fidget spinner
Music devices	 Record player LP, 1948	 Audio cassette 1962	 Walkman 1979	 iPod 2001	 Spotify 2008	 Smart speakers Now
Leadership styles	 Controlling	 Directing	 Coordinating	 Guiding	 Empowering	 Inspiring
Screen content	 Cinema	 TV	 VCR	 Internet	 Device	 Streaming
For more on the generations: mccrindle.com For a detailed report: generationalalpha.com To book a speaker for your next event: mccrindlespeakers.com mccrindle						

<https://k2precise.pl/blog/content-marketing-dla-pokolenia-alfa/>

EKONOMICZNY UNIWERSYTET DZIECIECY

WWW.UNIWERSYTET-DZIECIECY.PL

Alfabet nowego pokolenia

A – Ambicja

- 72 procent chce prowadzić własną działalność gospodarczą – chce być szefem sami dla siebie, odrzucając hierarchię
- chce, by praca była jednocześnie ich hobby.

B – Brak konieczności myślenia o niektórych obszarach

myślenie nie jest już tak bardzo potrzebne ponieważ pewne czynności wykonują przez nas urządzenia.

C – Ciekawość

bardzo duża ciekawość, którą warto odpowiednio ukierunkować.

D – Dostęp

nieograniczony dostęp do Internetu.

E – Ekran

Alfabet nowego pokolenia

F – Facebook

G – generacja zmiany

H – hobby często związane z nowymi technologiami

I – Intensywność

kiedy czymś się interesują, staje się to niemal obsesją. Czynności, których wymagają od nich rodzice i szkoła, wykonują bez najmniejszego problemu, jednak nie angażują się w nie za bardzo.

K – Kontakt

ogromna łatwość komunikowania się w wirtualnym świecie. Znajomości w mediach społecznościowych tak samo ważne jak te nawiązane osobiście. 80 procent z nich deklaruje, że jest uzależniona od portali społecznościowych. Jednak tylko 15 procent deklaruje, że woli kontaktować się ze swoimi rówieśnikami przy użyciu technologii.

Alfabet nowego pokolenia

L – Lokalizacja

- mają poczucie, że świat stoi przed nimi otworem – w planach nie ograniczają się do miejsca, w którym obecnie są
- chętnie podają swoją lokalizację na Facebook'u.

M – Mądrość

w jej poszukiwaniu – również w Internecie – rodzice powinni być przewodnikami.

N – Niecierpliwość

- są niecierpliwi, lubią żyć tu i teraz. Nazywa się ich również pokoleniem instant – wszystko muszą mieć szybko
- myśli formułują jasno i zwięźle, unikając nacechowania emocjonalnego. Dotyczy to zarówno kontaktu z rówieśnikami, jak i rozmów z rodzicami czy dziadkami.

Alfabet nowego pokolenia

O – On-line

większość wolnego czasu spędzają on-line – zarówno na zabawie, jak i edukacji.

P – Palec

to podstawowe narzędzie służące do obsługi ekranu.

Tymczasem proces uczenia się tego, jak pisać ręcznie, jest dla dziecka niezwykle ważny. Przyczynia się do poprawy koncentracji i wpływa na pamięć. Pisanie ręczne uczy dzieci cierpliwości i pracy nad sobą. Aby wypracować sobie charakter pisma, dziecko musi najpierw poświęcić godziny na ćwiczenia.

R – Rodzina

Większość nastolatków z "pokolenia Z" (69 proc.) deklaruje, że to rodzice są dla nich najważniejszymi wzorami, a szczególnie cenny jest dla nich kontakt z najstarszymi członkami rodziny. Pamiętajmy, że rodzina i technologie mogą iść ze sobą w parze.

Alfabet nowego pokolenia

S jak Smartfon, selfi i social media

T – Technologia

U – Uzależnienie

W – Wikipedia

X – „X-Factor ”, „Mam Talent”, „Must be the music”

niektórzy z nich myślą, że karierę można zrobić w szybki sposób, wystarczy opublikować swój materiał w sieci, a na pewno ktoś dostrzeże ich talent

Alfabet nowego pokolenia

Y jak You Tube

„Dzieci „generacji Z” są samoukami. Aby dowiedzieć się, jak coś funkcjonuje, oglądają filmiki na YouTube i powtarzają to, co tam zobaczyli. To w ten sposób budują swoją wiedzę.

Coraz więcej nastolatków decyduje się także na prowadzenie swoich własnych kanałów, zostają vlogerami i w tym upatrują sposób na zrobienie kariery.

Z – pokolenie Z

*Krawczyk K., Generacja Z. Alfabet całkiem nowego pokolenia
www.interia.pl*

Kilka faktów

- Od 2010 roku **korzystanie z Internetu** w grupie wiekowej 12-24 kształtuje się **na poziomie 100%**
- Dzieci w wieku 8-18 lat spędzają średnio 10 h 45 min dziennie na użytkowaniu technologii (Kaiser Family Foundation, 2010)
- **74% młodzieży korzysta z sieci społecznościowych poprzez swoje telefony komórkowe**
- Przeciętny **nastolatek wysyła ponad 3000 wiadomości tekstowych na miesiąc** (Nieslon, 2010)
- Uzależnienie Internetem wśród nastolatków rośnie i wywołuje ostrzeżenia ze strony pediatrów.
Uzależnienie od Internetu jest mocniejsze niż uzależnienie od alkoholu czy narkotyków

www.edukacjadowowa.pl

Szanse stosowania nowoczesnych mediów dla rozwoju dziecka, nie tylko edukacyjnego

CZAS SPĘDZANY NA SMARTFONIE LUB TELEFONIE KOMÓRKOWYM W CIĄGU DNIA PRZEZ RÓŻNE GRUPY WIEKOWE



www.interia.pl

Szanse stosowania nowoczesnych mediów dla rozwoju dziecka

Komputer w procesie kształcenia może **pełnić funkcję środka dydaktycznego**. Proces kształcenia może być realizowany zarówno przez nauczyciela (pod jego kierunkiem i we współpracy z uczniem), jak i podejmowany samodzielnie przez ucznia i to niezależnie od tego, czy owe działania służyć mają zgłębieniu wiedzy o otaczającej rzeczywistości, samopoznaniu i samorozwojowi, czy też wymianie myśli z osobami oddalonymi terytorialnie'. Komputer przydatny jest także w **adaptacji społecznej, edukacji osób niepełnosprawnych** (*adaptive technology*) oraz **tworzeniu warunków, niezbędnych do podejmowania działań oświatowych wobec uczniów z regionów o małej gęstości zaludnienia** (tj. terenów, w których znaczne odległości oddzielają od siebie uczniów od nauczycieli), **także krajów charakteryzujących się niewielkim poziomem rozwoju i wysokim stopniem opóźnienia w zakresie edukacji, np. w szeregu państw afrykańskich i południowo-amerykańskich** (*distance education*). Komputer coraz częściej wykorzystywany jest także w diagnostyce i terapii pedagogicznej.

Tanaś M., Edukacyjne zastosowanie komputerów, Wydawnictwo Żak, Warszawa 1997

Wartość komputera jako środka dydaktycznego jest znacząca. Narzędzie to **pozwała przekroczyć granice czasu i przestrzeni**, a jako środek polisensoryczny – **oddziałuje na większą liczbę zmysłów**. Jak wiadomo odbierane przez człowieka informacje mogą mieć postać słowną i obrazową. Techniki komputerowe dostarczają informacji za pomocą wielu form przekazu, takich jak np.:

- tekst (hipertekst),
- obraz statyczny,
- dźwięk,
- film,
- animacja.

Te same treści mogą być przedstawiana tak, aby były odbierane różnymi drogami, poprzez różne receptory w zależności od indywidualnych predyspozycji i lepiej zapamiętywane.

Wszechstronna prezentacja wiadomości pomaga uczniowi w przyswojeniu wiedzy poprzez pełniejsze zrozumienie treści kształcenia”.

Koludo A., Aspekty psychologiczne procesu uczenia się, a wykorzystanie programów multimedialnych w procesie kształcenia, [w:] Technologia informatyczna w procesach kształcenia, J. Moosa, A. Koludo (red.), Łódzkie Centrum Doskonalenia Nauczycieli i Kształcenia Praktycznego, Łódź 2002
Siemieniecki B., Komputer w edukacji. Podstawowe problemy technologii informacyjnej, Wyd. Adam Marszałek, Toruń 2002

Wpływ multimediiów na proces zapamiętywania informacji

Badania wykazały, że informacja zachowuje się w pamięci dłużej, jeśli jej przekazaniu towarzyszą sygnały wizualne i dźwiękowe.

Wyniki badań B. Steinbrinka wykazały, iż w pamięci pozostaje*:

- 20% informacji usłyszanej,
- 30% informacji odebranej wzrokowo,
- 40% informacji będącej kompilacją sygnałów wizualnych i dźwiękowych.

Analogiczne badania przeprowadziła J. K. Johnson stwierdzając, iż zapamiętujemy**:

- 26% informacji usłyszanej,
- 30% informacji wizualnej,
- 50% informacji odebranej za pomocą obu form.

** Steinbrink B.: Multimedia – U progu technologii XXI wieku, Robomatic Computer Systems, Wrocław 1994*

*** Johnson J.K.: Individualized learning and interactive learning for distance education, [W:] Media a edukacja, W. Strykowski (red.), Uniwersytet im. Adama Mickiewicza - Zakład Technologii Kształcenia, Poznań 1997*

W porównaniu z nauczaniem tradycyjnym stosowanie technik komputerowych pozwala ponadto:

- zwiększyć zrozumienie tematu o 50-60%,
- zmniejszyć nieporozumienia przy przekazywaniu wiedzy o 20-40%,
- zaoszczędzić czas o 38-70%,
- zwiększyć tempo uczenia się o 60%,
- zwiększyć zakres przyswajanej wiedzy 25-50%.

Siemieniecki B, Komputer w edukacji. Podstawowe problemy technologii informacyjnej, Wyd. Adam Marszałek, Toruń 2002

Środki edukacyjne wykorzystujące w swoim działaniu komputer

Środki edukacyjne wykorzystujące w swoim działaniu komputer można podzielić ze względu na różne kryteria.

Jedna z klasyfikacji wyróżnia:

- oprogramowanie użytkowe
- oprogramowanie edukacyjne
- multimedia
- Internet.

*Gurbiel E., Hardt-Olejniczak G., Kołczyk E., Krupicka H., Sysło M. M.,
Nauka z komputerem. Podręcznik dla nauczycieli gimnazjum, WSiP, Warszawa 2001*

Zagrożenia stosowania nowoczesnych mediów dla rozwoju dziecka, nie tylko edukacyjnego

Zagrożenia stosowania nowoczesnych mediów dla rozwoju dziecka

- szkodliwe treści
- niebezpieczne kontakty
- cyberprzemoc
- seksting
- nadużywanie Internetu prowadzące do uzależnienia
- zjawisko infostresu.

Szkodliwe treści

„Szkodliwe treści to takie materiały, które mogą wywoływać negatywne emocje u odbiorcy lub promują niebezpieczne zachowania, np.: treści pornograficzne dostępne bez żadnego ostrzeżenia, treści obrazujące przemoc, treści nawołujące do zachowań szkodliwych dla zdrowia, czy treści dyskryminacyjne, nawołujące do wrogości, a nawet nienawiści.”

*Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę
fdds.pl*

Przykład:

www.youtube.com/watch?v=PldCQ4_km98

Niebezpieczne kontakty

„Sytuacje, kiedy dzieci w wyniku zawarcia znajomości w Internecie zostają wykorzystane seksualnie, zwerbowane do grupy przestępczej, sekty lub zachęcane do zachowania szkodliwego dla ich życia lub zdrowia możemy nazwać „niebezpiecznymi kontaktami”.

Zjawisko uwodzenia dzieci za pośrednictwem Internetu, określane jako *grooming*, to szczególna kategoria relacji tworzona między dorosłymi a dziećmi w celu ich uwiedzenia i wykorzystania seksualnego.”

fdds.pl

Skala werbowania w Internecie do celów seksualnych

„6,5% dziewczyn oraz 3,8% chłopców (ogółem 5,1% polskich nastolatków) przyznało, że zdarzyło im się zawrzeć w Internecie znajomość, w wyniku której próbowano namówić ich do zachowań o charakterze seksualnym”

*Ogólnopolska Diagnoza Przemocy Wobec Dzieci,
FDN, 2012*

„Ponad 90 procent polskich dzieci korzystających z Internetu zawiera za jego pośrednictwem znajomości.”

fdds.pl

„...badania EU Kids Online (2010, blisko 25 proc. dzieci w Polsce kontaktuje się online z osobami znanymi wyłącznie z sieci, a 7 proc. spotkało się z osobą poznaną w Internecie.

Aż 70 proc. rodziców dzieci, które spotkały się z kimś poznanym online nie wie, że do takiego spotkania doszło. Nawet abstrahując od najbardziej drastycznych skutków kontaktu z osobą znaną wyłącznie z sieci, warto wpoić dziecku zasadę ograniczonego zaufania w kontaktach zawieranych przez Internet.”

www.saferinternet.pl

Cyberprzemoc

"Stop cyberprzemocy" - film edukacyjny

www.youtube.com/watch?v=XMcr2-Ke3I4

Cyberprzemoc

„Cyberprzemoc (ang. cyberbullying) to inaczej przemoc z użyciem nowych technologii. Do takich działań zalicza się m.in. wyzywanie, straszenie, poniżanie kogoś w Internecie lub przy użyciu telefonu, robienie komuś zdjęć lub filmów bez jego zgody, ich publikowanie i rozsyłanie lub podszywanie się pod kogoś w sieci. Cyberprzemoc może dotknąć wszystkich użytkowników Internetu, bez względu na wiek czy poziom umiejętności posługiwania się komputerem. Sprawcy cyberprzemocy mają wrażenie że są anonimowi, co pobudza i zachęca ich do działania.”

www.saferinternet.pl/pl/cyberprzemoc

„Akty cyberprzemocy mogą wyglądać niewinnie, potrafią jednak wyrządzać bardzo dużą krzywdę. Chociaż z perspektywy osoby dorosłej przynajmniej część działań tego typu jest co najwyżej irytująca, dla dziecka mogą być one osobistą tragedią. Wrzucony do sieci film dokumentujący np. niezdarne zachowanie dziecka, opatrzone komentarzami nieznajomych osób, eskalacja złośliwości wobec prób obrony, obawa, że wszyscy znajomi dziecka już film widzieli, nieudane próby usunięcia go z sieci, świadomość, że film jest oglądany przez kolejne osoby – wszystko to może rodzić u dziecka negatywne emocje, głęboką frustrację, poczucie bezradności, a w skrajnych przypadkach prowadzić nawet do prób samobójczych.”

www.saferinternet.pl/pl/cyberprzemoc

Cechy cyberprzemocy:

- poczucie bezpieczeństwa sprawcy za ekranem komputera,
- brak zahamowań,
- od prywatnego do publicznego charakteru,
- ciągły charakter (brak wytchnienia),
- z sieci nic nie znika,
- zbiorowy charakter przemocy,
- sprawcą może być osoba nieznana,
- trudno rozpoznać skutki.

Formy cyberprzemocy:

- przemoc werbalna (wulgarne lub obraźliwe wyzwiska)
- robienie zdjęć lub kręcenie filmów wbrew woli osób na nich przedstawionych
- podszywanie się pod inną osobę i publikowanie np. obraźliwych treści w jej imieniu
- wykluczanie ofiary z aktywności internetowej – np. nieprzyjmowanie jej do klasowych grup na portalach społecznościowych.

fdds.pl

Skala cyberprzemocy

22% uczniów klas III gimnazjum padło ofiarą cyberprzemocy: wysyłania gróźb, rozpowszechniania kompromitujących materiałów lub systematycznego izolowania i wykluczania.

EU-NET-ADB, FDN, 2012

„Charakterystyczną cechą cyberprzemocy, wyróżniającą ją od przemocy tradycyjnej, jest jej ciągłość trwania. Cyberprzemoc nie kończy się wraz z wyłączeniem komputera, przenosi się na szkolne życie dziecka. Dziecko w takiej sytuacji żyje w nieustannym poczuciu zagrożenia – obawia się następnych ataków lub reakcji kolejnych osób, które są świadkami jego upokorzenia. Często również czuje się osamotnione.”

www.saferinternet.pl/pl/cyberprzemoc

Seksting

Historia Julki

www.youtube.com/watch?v=sWwM36pA0yw

Seksting

Zjawiskiem powiązanym z cyberprzemocą jest tzw. seksting. Chodzi tu o przesyłanie za pomocą telefonów bądź internetu intymnych zdjęć, które bywają następnie używane w celu krzywdzenia osób na nich przedstawionych.

fdds.pl

Charakterystyczną cechą cyberprzemocy, wyróżniającą ją od przemocy tradycyjnej, jest jej ciągłość trwania. Cyberprzemoc nie kończy się wraz z wyłączeniem komputera, przenosi się na szkolne życie dziecka. Dziecko w takiej sytuacji żyje w nieustannym poczuciu zagrożenia – obawia się następnych ataków lub reakcji kolejnych osób, które są świadkami jego upokorzenia. Często również czuje się osamotnione.”

www.saferinternet.pl/pl/cyberprzemoc

Doświadczenia sekstingu wśród młodzieży 15-19 lat

- 34% nastolatków (40% chłopców i 29% dziewczyn) otrzymało kiedykolwiek zdjęcia lub filmy sekstingowe
- 11% nastolatków (8% chłopców i 14% dziewczyn) przyznaje się do tego, że sami wysyłali takie materiały

Millward Brown dla FDN, 2014

Nadużywanie Internetu

W którym świecie żyjesz?

www.youtube.com/watch?v=Um8ZTxYIQLg

Nadużywanie Internetu

Problem nadużywania Internetu pojawia się wtedy, gdy osoba nie może kontrolować swojego zachowania, czuje wewnętrzny przymus korzystania z sieci, a ponadto ta aktywność niesie dla niej negatywne konsekwencje.

fdds.pl

Nazewnictwo: sieciorholizm (*netaholics*) lub sieciozależność (*netaddiction*), cyberzależność (*cyberaddiction*) lub cybernałóg, internetoholizm, internetozależność, uzależnienie internetowe lub uzależnienie od Internetu (*Internet addiction*), uzależnienie komputerowe (*computer addiction*), zaburzenia spowodowane zależnością od Internetu (*Internet Addiction Disorder – IAD*), infoholizm, infozależność (*information addiction*), patologiczne użytkowanie Internetu, zespół uzależnienia od Internetu.

Występujące powyżej przedrostki (**net** – sieć, **info** – informacje) wskazują wyraziście źródła omawianych zjawisk.

R. Poprawa, W pułapce Internetu
www.badania.psychologia.uni.wroc.pl/?type=artykul

Uzależnienie od Internetu lub inaczej zespół uzależnienia od Internetu (ZUI, siecioholizm, ang. *Internet Addiction Disorder – IAD*) – staje się zjawiskiem społecznym, budzącym niepokój i wpływa na poczucie bezpieczeństwa życia społecznego.

*R. Poprawa, W pułapce Internetu,
www.badania.psychologia.uni.wroc.pl/?type=artykul*

Kryteria diagnostyczne wg B. Woronowicz

1. Tolerancja rozumiana jako:

- a) potrzeba coraz dłuższego czasowego korzystania z Internetu celem uzyskania zadowolenia i/ lub
- b) wyraźny, stopniowy spadek satysfakcji osiągananej przez tę samą ilość czasu przebywania w sieci.

2. Objawy odstawienia manifestujące się:

- a) zespołem czynników w formie co najmniej dwóch następujących objawów, występujących w okresie od kilku dni do jednego miesiąca, po zaprzestaniu lub ograniczeniu korzystania z Internetu:
 - pobudzenie psychoruchowe,
 - niepokój lub lęk,
 - wyraźne obniżenie nastroju,
 - obsesyjne myślenie o tym co się dzieje w sieci,
 - fantazje i marzenia senne na temat Internetu,
 - celowe lub mimowolne poruszanie palcami w sposób charakterystyczny jak na klawiaturze;
- b) korzystanie z technologii sieci celem uniknięcia przykrych objawów abstynencyjnych po „odstawieniu” Internetu.

3. Częstsze przekraczanie planowanego wcześniej czasu korzystania z Internetu.
4. Utrwalona potrzeba lub nieudane próby ograniczania lub zaprzestania korzystania z Internetu.
5. Poświęcanie dużej ilości czasu na wykonywanie czynności związanych z Internetem, np. kupowanie książek na temat sieci, testowanie nowych przeglądarek stron WWW, porządkowanie ściągniętych z Internetu materiałów, plików, programów itp.
6. Zmniejszanie lub rezygnowanie z aktywności społecznej, zawodowej lub rekreacyjnej na rzecz Internetu.
7. Korzystanie z Internetu pomimo świadomości doświadczania trwałych bądź narastających problemów somatycznych (fizycznych), psychologicznych lub społecznych, spowodowanych lub nasilających się w związku z korzystaniem z sieci (np. ograniczenie czasu snu, występowanie problemów rodzinnych, spóźnianie się do pracy i na spotkania, zaniedbywanie obowiązków, rezygnacja z innych istotnych działań).

*B. Woronowicz, Bez tajemnic o uzależnieniach i ich leczeniu.
Wyd. Instytut Psychiatrii i Neurologii, Warszawa 2001*

Proces powstawania uzależnienia od Internetu

Najpierw Internet wywołuje zainteresowanie i sprawia przyjemność (**faza poznawania i racjonalnego oraz efektywnego wykorzystywania Internetu**). Stopniowo osoba coraz więcej czasu poświęca na korzystanie z Internetu. Traci inne zainteresowania. Gdy nie jest zalogowana do Internetu zaczyna o nim natrętnie myśleć (**faza uzależnienia**). Po niej następuje **faza destrukcji osobowej i jej relacji interpersonalnych**. Dalej następuje ograniczanie lub zaprzestanie realizowania innych, istotnych form działania. Internauta zaniedbuje lub całkowicie rezygnuje z wielu ważnych czynności rodzinnych, społecznych, zawodowych i rekreacyjnych, na rzecz codziennego, wielogodzinnego i niejednokrotnie nieprzerwanego korzystania z Internetu, mimo iż zdaje on sobie sprawę z narastania u niego trudności życiowych, problemów psychicznych oraz fizycznych. Dotyczyć to może ograniczenia na rzecz Internetu czasu przeznaczonego na sen, odżywianie, naukę, pracę zawodową, obowiązki rodzinne, kontakty towarzyskie itd. (**faza destrukcji**). Niebagatelne znaczenie ma też w tej fazie istotne pogarszanie się stanu zdrowia.

*Waldemar Furmanek, Uzależnienie od komputera i Internetu (technologii internetowych)
cejsh.icm.edu.pl*

Osiem objawów uzależnienia od Internetu

wg Kimberly Young

- silne pochłonięcie Internetem, wyrażające się w obsesyjnym myśleniu o nim nawet wtedy, gdy się z niego nie korzysta,
- sukcesywnie zwiększający się czas przebywania w Internecie, aby osiągnąć satysfakcję z tej aktywności,
- powtarzające się nieudane próby kontrolowania czasu spędzanego w Internecie,
- odczuwanie przygnębienia, niepokoju i podenerwowania z powodu ograniczenia lub zrezygnowania z korzystania z Internetu,
- problem z kontrolowaniem czasu przebywania w Internecie,
- występowanie problemów społecznych i osobistych (związanych z rodziną, przyjaciółmi, pracą lub/i szkołą), wynikających z zaabsorbowania Internetem,
- okłamywanie ludzi z najbliższego otoczenia w celu ukrycia wzrastającego zaangażowania w sprawy Internetu,
- aktywność internetowa przybiera formę ucieczki od problemów oraz przykrych stanów emocjonalnych.

Pięć musi być stwierdzonych i wystąpić w ciągu ostatniego roku, aby móc zdiagnozować to zaburzenie.

M. Sokołowski (red.), Oblicza Internetu. Internet w przestrzeni komunikacyjnej XXI wieku. Wyd. PWSZ, Elbląg 2006

Rodzaje uzależnień

wg Kimberly Young

- Socjomania internetowa (*net compulsions*);
- Internet Reality Chat (*Internet Relay Chat – IRC*);
- Grupy dyskusyjne (*newsgroups*) i listy adresowe;
- Uzależnienie od gier;
- Uzależnienie od komputera (*computer addiction*);
- Erotomania internetowa (*cybersexual addiction*);
- Zakupy przez Internet;
- Aukcje internetowe.

M. Sokołowski (red.), Oblicza Internetu. Internet w przestrzeni komunikacyjnej XXI wieku. Wyd. PWSZ, Elbląg 2006

Syndrom zmęczenia informacyjnego

Nowe media i nowe nośniki informacji niosą za sobą nowe zagrożenia i niebezpieczeństwa. Na przykład w USA jedna trzecia amerykańskich menedżerów cierpi na tzw. **syndrom zmęczenia informacyjnego**, 49% z nich już w 1996 roku potwierdziło, że nie jest w stanie przetworzyć i wykorzystać docierających do nich informacji (w roku 1997 liczba ta wzrosła do 65%), a 43% uważa, że nadmiar informacji w istocie powoduje pogorszenie trafności, a także opóźnienie podejmowanych przez nich decyzji.

Fakt ten nie może nikogo dziwić, skoro **więcej informacji wyprodukowaliśmy w ciągu ostatnich 30 lat, niż przez poprzednie 5 tysięcy lat**, a do decydentów, czyli tzw. elit władzy, dociera zaledwie 28% informacji z interesującej ich dziedziny czy specjalności, a w tym tylko 25% informacji „strategicznej”, niezbędnej dla podjęcia prawidłowych decyzji.

Zjawisko tzw. infostresu

Współczesność przesycona jest informacyjnie. Każdego człowieka stawia to w sytuacji przymusu poszukiwania i pobierania informacji (*information overload*).

Zjawisko tzw. infostresu to specyficzny stan psychiczny u człowieka wywołany permanentną niemożnością przetworzenia wszystkich docierających do niego informacji.

Obecnie młodzi ludzie to tzw. *digital natives*, czyli **cyfrowe dzieci** nieznające życia bez komputera i Internetu.

Waldemar Furmanek, Uzależnienie od komputera i Internetu (technologii internetowych)
cejsh.icm.edu.pl

Zabezpiecz komputer, telefon itd. dziecka

Jak ochronić się przed złośliwymi programami? (1/2)

- Bardzo ważne jest aby dbać przez cały czas o odpowiednią ochronę komputera. Do tego służą **program antywirusowy** (który może usuwać złośliwe programy, ostrzegać przed fałszywymi witrynami czy uprzedzać przed stronami zawierającym złośliwy kod) oraz **firewall** (działający jak zaporę nie dopuszczającą szkodliwych elementów i ataków z zewnątrz)
- **Aktualizuj programy**, z których korzysta dziecko. Starsze wersje mogą działać bez problemu, ale błędy, które mogą zawierać to zaproszenie wirusa do komputera
- **Systematycznie sprawdzaj komputer na obecność wirusów**, skanując go za pomocą programu antywirusowego. Ustaw w opcjach antywirusa sprawdzanie plików, zapisywanych na komputerze – dzięki temu zmaleje szansa na zainstalowanie złośliwego oprogramowania
- **Używaj programów ze znanych, zaufanych źródeł**
- Jeśli zauważysz, że z komputerem dzieje się coś niepokojącego, skonsultuj się z informatykiem

Jak ochronić się przed złośliwymi programami? (2/2)

- **Zachowaj szczególną ostrożność, poruszając się po Internecie i naucz tego swoje dziecko.** Złośliwe oprogramowanie rozprzestrzenia się także poprzez pliki, które można pobrać z sieci – nie tylko nielegalne, ale również te, które na pierwszy rzut oka wydają się legalne. Dlatego przed pobraniem pirackiego programu, czy gry zastanów się, czy warto ryzykować. Zanim **klikniesz w nieznany, podejrzany link** korzystając z darmowych narzędzi UrlVoid, czy LinkScanner, możesz sprawdzić, czy pod odnośnikiem nie kryje się niebezpieczeństwo. **Warto być ostrożnym otwierając załączniki do wiadomości** od nieznanych osób, a także **potwierdzając komunikaty**, pojawiające się na ekranie monitora. Gdy zamykasz okno, które wydaje Ci się podejrzane, **nie klikaj przycisków "Akceptuj", "OK", czy nawet "Nie"** (nie wszystko jest tym, czym się wydaje, nazwy na przyciskach nie oznaczają, że pełnią one faktycznie takie funkcje!), używaj do tego celu przycisku "x" w rogu okna). Nie ściągaaj automatycznie rozszerzeń do przeglądarki (tzw. wtyczek - plug-in), gdy wymaga tego strona WWW

800100100.pl/bezpieczenstwo-online,id,2#

Najlepsze aplikacje do kontroli rodzicielskiej - ranking 2022

- Benjamin
- Kaspersky Safe Kids
- Kid Logger
- Microsoft Windows 10
- Norton Family Protection
- Chroń Dzieci w Sieci

www.pcworld.pl/ranking/Najlepsze-aplikacje-do-kontroli-rodzicielskiej-ranking-2022,426830.html

Konfigurowanie kontroli rodzicielskiej w Google Play

support.google.com/googleplay/answer/1075738?hl=pl

Konfigurowanie kontroli rodzicielskiej w Google Play

support.google.com/googleplay/answer/1075738?hl=pl

Jak wychowywać w dobie Internetu i otaczającej nas technologii?

Porady dla rodziców (1/4)

- Bądź uważnym rodzicem – bierz udział w życiu swojego dziecka
- „Daj” dziecku to, czego poszukuje w Internecie
 - Zainteresowanie, a także możliwość rozwijania zainteresowań
 - Rozmowę i możliwość zwierzeń bez oceniania
 - Wsparcie w trudnych sytuacjach
- Dotrzymuj obietnic i tajemnic
- Dbaj o otwartą komunikację
 - Stwarzaj okazje / potwierdzaj / przypominaj, że dziecko może zawsze z Tobą porozmawiać
 - Planuj rodzinne spotkania – wspólne posiłki, wspólne spędzanie czasu
 - Informuj dziecko o swoich obawach, wątpliwościach
- Buduj poczucie wartości dziecka

Porady dla rodziców (2/4)

- Rozmawiaj z dzieckiem o jego znajomych i staraj się zachować w stosunku do nich neutralność
 - Poproś dziecko, bo pokazało Ci czym się interesuje w Internecie, jak wygląda jego profil na Facebook'u
 - Ustal zasady korzystania z komputera/sieci
 - co musi dziecko zrobić, by móc korzystać z sieci
 - maksymalny czas
 - przerwy
 - polityka otwartych drzwi
- Możesz zawrzeć z dzieckiem kontrakt. Bądź konsekwentny.
- Ustaw komputer w odpowiednim miejscu



Porady dla rodziców (3/4)

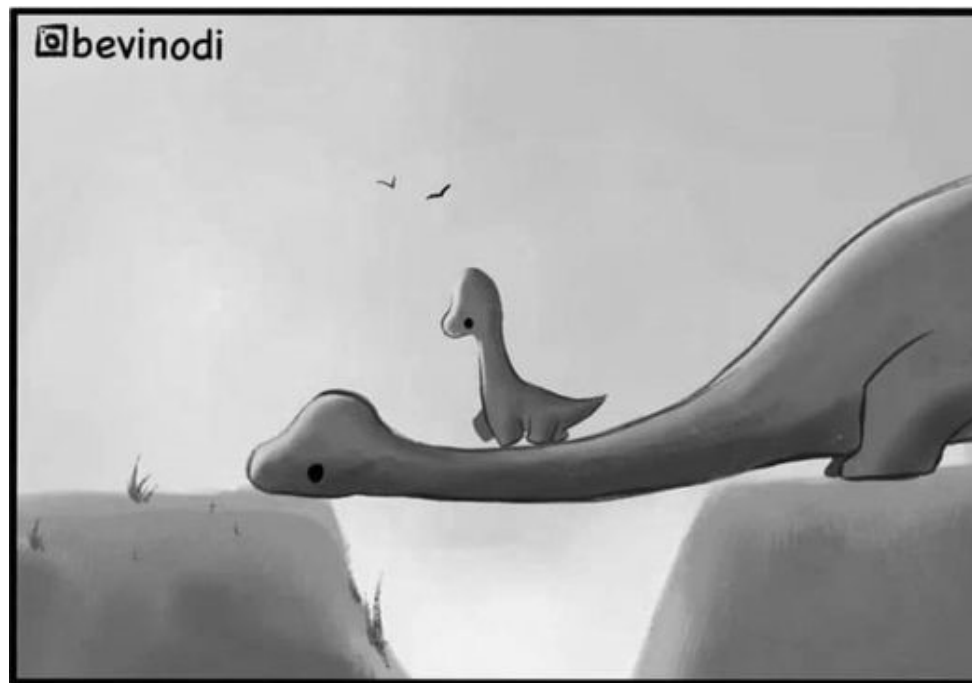
- Rozmawiaj – „nieoficjalnie” edukuj swoje dziecko
 - wskazuj przydatne strony w Internecie, dzięki którym będzie mogło rozwijać swoje zainteresowania
 - zapoznaj dziecko z netykietą
 - uwrażliwiaj dziecko na (to, że):
 - nie jest w sieci anonimowe, pomimo tego, że może się tak wydawać
 - znaczenie zachowania odpowiedniego balansu między przyjaciółmi internetowymi a tradycyjnymi (wskazuj cechy obu typów przyjaźni, nie neguj żadnego z nich)
 - konieczność ochrony prywatności – nie ujawnianie haseł, adresów, zastaw/zaklej kamerkę jeśli jej nie używasz itp.
 - z Internetu nic nie „znika”
 - może się stać ofiarą ataku i co należy zrobić w takim wypadku



Porady dla rodziców (4/4)

- Zachęcaj dziecko do stosowania w sieci (i nie tylko) zasady ograniczonego zaufania
- Przestrzegaj przed stosowaniem przemocy wobec innych
- Nie szpieguj swojego dziecka, bo może to je skłonić do braku zaufania i oszukiwania
- Bądź uważny na „szybkie” zamykanie komputera
- Gdy coś Ciebie mocno niepokoi, poproś dziecko o pokazanie korespondencji – zanim jednak to zrobisz, pamiętaj, że pewne rzeczy można wykasować







"SPOSÓB W JAKI MÓWIMY DO NASZYCH DZIECI,
STAJE SIĘ ICH WEWNĘTRZNYM GŁOSEM"

PEGGY O'MARA

www.dzieciCapsychologia.pl





Przełącz grupy



Edytuj

Logopedia | Terapia mowy i rozwój dziecka

Grupa publiczna · 45 członków

+ Zaproś

...

Narzędzia dla administratora

Oczekujące posty

Nowe dzisiaj: 1

167

Materialy zgłoszone przez członków grupy

Nowe dzisiaj: 0

Alerty moderacji

Nowe dzisiaj: 0

Pokaż więcej

Dyskusja

Tematy

Multimedia

Osoby

 **Monika Kućmierczyk** udostępniła link.
Administrator · 8 maja 2021 · 

O tym jaki wpływ na dzieci ma nasze zachowanie. Polecam serdecznie 



YOUTUBE.COM

Czemu ciągle to robisz? #197

Mini-wykład o stylach przywiązaniaTranskrypcja tekstu: <https://jaroslawgibas.com/2021/05/07/...>

Gdzie szukać wsparcia?

Telefon zaufania dla dzieci i młodzieży

Telefon zaufania udziela wsparcia dzieciom i młodzieży do 18 r.ż. Telefon jest **anonimowy i bezpłatny, działa 7 dni w tygodniu, 24 godziny na dobę**. Dzieci mogą porozmawiać z nami o wszystkim: o przyjaźni, miłości, dojrzewaniu, kontaktach z rodzicami, rodzeństwem, problemach w szkole czy emocjach, których doświadczają. Gdy czują się dyskryminowane, kiedy doświadczają przemocy lub są jej świadkiem.

Główne działania:

wsparcie psychologiczne dzieci

i młodzieży: telefoniczne i mailowe,

interwencje ratujące zdrowie lub życie.

fdds.pl



Telefon dla rodziców i nauczycieli w sprawie bezpieczeństwa dzieci

Wsparcie w zakresie przeciwdziałania i pomocy dzieciom przeżywającym kłopoty i trudności wynikające z problemów i zachowań ryzykownych takich jak: agresja i przemoc w szkole, cyberprzemoc i zagrożenia związane z nowymi technologiami, wykorzystywanie seksualne, kontakt z substancjami psychoaktywnymi, uzależnienia, depresja, myśli samobójcze, zaburzenia odżywiania.

Główne działania: pomoc telefoniczna i online psychologiczna, terapeutyczna i prawna dla rodziców i nauczycieli.

fdds.pl



Eksperci infolinii
„Powiedz, co czujesz.
Zdemaskuj emocje”:

☎ odebrali prawie 11,6 tys.
połączeń 📞

☎ przeprowadzili ponad 3,2
tys. rozmów przez czat 💻
#OpiekaPsychologiczna

[www.gov.pl/zdrowie/opieka-
psychologiczna](http://www.gov.pl/zdrowie/opieka-psychologiczna)

[www.youtube.com/
watch?v=1yhoKRdeDGw](https://www.youtube.com/watch?v=1yhoKRdeDGw)



 **POWIEDZ
CO CZUJESZ**
ZDEMASKUJ
EMOCJE


Ministerstwo Zdrowia

W ramach kampanii
**„POWIEDZ, CO CZUJESZ.
ZDEMASKUJ EMOCJE”**
eksperci infolinii **800 12 12 12**

- odebrali prawie **11,6 tys.** połączeń
- przeprowadzili ponad **3,2 tys.** rozmów przez czat

Bezpłatny magazyn pn. „Ze Zdrowiem” poświęcony zdrowiu psychicznemu dzieci i młodzieży:

www.gov.pl/web/zdrowie/opieka-psychologiczna?fbclid=IwAR07EFII43DxGMEgOF2M9pCQHGGQZx8u2nJFLHKaKKEsG_kasrQ11sanWSdc

Wykaz ośrodków I stopnia referencyjnego systemu ochrony zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży oraz przychodni specjalistycznych i szpitali:

www.gov.pl/web/zdrowie/gdzie-szukac-pomocy

Dziękuję za uwagę

monika.kucmierczyk9@gmail.com

Grupa na Facebook'u: [Logopedia | Terapia mowy i rozwój dziecka](#)

www.facebook.com/rozwojtodobrainwestycja/