OPINIA

UCZELNIA KORCZAKA

Zagrożenia i przemoc w internecie. Jak chronić przed nimi najmłodszych?



MICHAŁ TĘCZA
Specjalista z zakresu pomocy psychologicznej i interwencji kryzysowej, seksuolog, trener, wykładowca akademicki. Ekspert w zakresie inkluzywności, komunikacji, promocji zdrowia psychicznego, przeciwdziałania depresji, profilaktyki uzależnień, bezpieczeństwa w Internecie.

MICHAŁ SAWICKI
Psycholog, seksuolog i psychoterapeuta. Członek Polskiego Towarzystwa Terapii poznawczej i behawioralnej. Prowadzi gabinet seksuologii i psychoterapii. Pracuje w dużej mierze z osobami LGBTQIA+ w zakresie samoakceptacji, tożsamości płciowej oraz seksualnej.

Koordynatorzy studiów podyplomowych Przeciwdziałanie przemocy rówieśniczej

Od lat wiadomo, że profilaktyka jest niezwykle ważnym narzędziem w minimalizowaniu negatywnych skutków w niemal każdej dziedzinie związanej ze zdrowiem. Niemniej, inwestycje w rozwój i szerzenie działań profilaktycznych są wciąż na niedostatecznym poziomie. Efektem tego jest powtarzający się fakt, że interwencje i leczenie konsumują znaczną ilość sił i środków.

Jak dbać o zdrowy rozwój najmłodszych pokoleń?

Przeciwdziałanie przemocy i ochrona dzieci i młodzieży przed negatywnymi jej skutkami są obecnie **jednymi z największych wyzwań, jakie stoją przed dorosłymi**. Zarówno rodzice, osoby pracujące w oświacie, społeczność psychologiczna, prawna, polityczna odpowiedzialna jest za dbanie o zdrowy rozwój młodszych pokoleń. Świat, w którym dorastają obecne dzieci i młodzież został przecież zorganizowany właśnie przez osoby dorosłe. Dorośli spędzają kilka godzin dziennie na korzystaniu ze smartfonów (zapominając czasem, że **modelowanie jest wyjątkowo silnym bodźcem uczącym**), dorośli żyją w pędzie i pogoni za sukcesem, dorośli ustalają prawo, dorośli wreszcie uczą standardów komunikacji, funkcjonowania, budowania relacji oraz dbania o granice swoje i innych osób.

Przemoc jakiej doświadczają młode osoby atakuje z każdej strony. Od nieprzyjemnych zdarzeń w szkole, poprzez dyskryminację i ignorancję ze strony dorosłych, aż po przerażają co powszechne zjawisko hejtu w internecie. Świat online na stałe przenika się z tym tworzony poza internetem. Online można prawie wszystko. Nie inaczej jest w sytuacji dzieci i młodzieży, które od początku oswajały się z urządzeniami podłączonymi do sieci. Nie chodzi o to, by krytykować, czy negować ich przywiązanie do telefonów, bo wcale nie budujemy w ten sposób zaufania. **Celem powinno być jak najlepsze zrozumienie zjawiska, stosowanie zdrowej komunikacji oraz profilaktyka zagrożeń**. Jakich konkretnie? Odpowiedz nie jest wcale taka prosta, bo w świecie online wciąż pojawiają się nowe zagrożenia mogące negatywnie wpływać na najmłodsze osoby.

Osobom dorosłym bardzo trudno wyobrazić sobie sytuację, że internet i smartfony są powszechne w czasach ich podstawówki. Może ze względu na to, że wymagałoby to uświadomienia sobie, że wszystkie zawstydzające sytuacje z tego okresu, które przypominają się tuż przed zaśnięciem, **mogłyby być sfilmowane, sfotografowane i udostępniane sobie przez znajomych po dziś dzień**. Że mogłyby trwać w odmętach telefonów koleżanek, funkcjonować jako memy rozsyłane przez kolegów. Podlegać stałej ocenie i krytyce. A przecież większość tych sytuacji to było po prostu klasyczne bycie dzieckiem. Trudno sobie to wyobrazić, a to zagrożenie jest dodatkowym, z którym obecne dzieci i młodzież muszą sobie radzić na co dzień.

W erze hejtu i fake newsów

To jednak dopiero początek zagrożeń, które czekają w świecie online. Nieograniczony dostęp do informacji, często nieprawdziwych, czyli tak zwanych „fake newsów" powoduje dodatkowy nadmiar bodźców rozpraszających uwagę. Należy zatem nauczyć się, **jak szukać wiarygodnych źródeł i rozróżniać prawdziwe informacje od nieprawdziwych**. Wszechobecny hejt, który nie ma niczego wspólnego z wyrażaniem opinii, zalewa media społecznościowe, niszczy samoocenę, wpływa na przekonania na swój temat, powoduje depresję. Internet przyjmie wszystko. Dla dzieci i młodzieży hejt w mediach społecznościowych jest stresem, który trudno sobie wyobrazić. **Hejt na temat wyglądu, tożsamości, dojrzewania, poglądów, dokonywanych wyborów czy wrzucanych treści to nic innego jak przemoc**. Przemoc bardzo często bagatelizowana, pomijana w profilaktyce, która bywa, że nawet przez osoby jej doświadczające nie jest odpowiednio definiowana.

Wyjątkowo niebezpieczne zjawisko: pornografia

Pornografia to według wyszukiwarek internetowych jedne z najczęściej wpisywanych haseł. Dostęp do tych treści jest, nomen omen, dziecinnie łatwy. **Z badań opublikowanych w 2017 roku przez Fundację Dajemy Dzieciom Siłę wynika, że pierwszy kontakt z pornografią dzieci mają już w szkole podstawowej**. Nie da się więc udawać, że to się nie dzieje. W momencie, kiedy dziecko dostaje telefon lub idzie do miejsca, gdzie inne dzieci telefony posiadają, musimy założyć, że z niebezpiecznymi treściami się spotka. Należy podkreślić, że pornografia nie przynosi żadnych pozytywnych skutków dla dzieci i młodzieży i nie niesie ze sobą żadnych walorów edukacyjnych. Lista konsekwencji jest za to długa. Pornografia jest pełna stereotypów płciowych i przemocy. Silnie wpływa na rozwój kompleksów, buduje nierealne

oczekiwania wobec siebie i innych osób, ułatwia przekraczanie granic. Może silnie wpływać na seksualność i zaburzać jej naturalny i zdrowy rozwój.

Nowe zjawiska przemocowe

Dlaczego ludzie zachowują się agresywnie? W psychologii nie wolno nam pomijać także zjawisk w rozkwicie, których znaczenie niejednokrotnie ukryte pod obco brzmiącą nazwą, jest zupełnie nieznane. **Cyberbullying (nękanie), sexting (wysyłanie i odbieranie nagich zdjęć), gaslighting (manipulowanie), grooming (uwodzenie osób małoletnich w sieci) to zagrożenia, które stały się nieodzownym elementem codziennego życia online**. I co wyraźnie należy podkreślić, nie da się uchronić osób najmłodszych przed wszystkimi zagrożeniami, ale brak wiedzy nie zwalnia nikogo z odpowiedzialności i działań profilaktyczny, edukowania i ochrony dzieci i młodzieży przed negatywnymi skutkami tychże zagrożeń. Jako osoby dorosłe mamy również obowiązek zapewnić takie warunki rozwoju, by młode osoby czuły się bezpiecznie i w zaufaniu mogły zgłosić się do nas po wsparcie.

Edukacja kluczem do sukcesu

Korzystamy z rozwoju technologii i internetu, a jednocześnie brakuje narzędzi do bezpiecznego posługiwania się nimi. Niesamowicie pomocna w profilaktyce i promocji zdrowia jest rzetelna edukacja. **Również edukacja seksualna oraz edukacja medialna, które są odpowiedzią na naturalne potrzeby dzieci i stanowią przeciwwagę dla nieprawdziwych i przemocowych treści z którymi można zetknąć się w internecie**. Zagrożenia w sieci są często bagatelizowane przez osoby sprawujące opiekę nad dziećmi i młodzieżą. Przekonanie, że skoro dziecko siedzi spokojnie w pokoju obok to jest bezpieczne i nic mu nie grozi przestaje mieć sens, kiedy owe dziecko ma w ręku smartfona.

Polecamy:

- Studia podyplomowe dla nauczycieli i osób pracujących z dziećmi i młodzieżą: **Przeciwdziałanie przemocy rówieśniczej**

Zasady cytowania:

Sawicki M., Tęcza M. (2024). Zagrożenia i przemoc w internecie. Jak chronić przed nimi najmłodszych?, Uczelnia Korczaka, Warszawa 2024 (OPINIA)