

RELACJE INTERPERSONALNE MŁODZIEŻY LICEALNEJ W SIECI I REALNYM ŚWIECIE

INTERPERSONAL RELATIONS OF HIGH SCHOOL YOUTH IN THE NETWORK AND THE REAL WORLD

Streszczenie: Przedmiotem badań prezentowanych w niniejszym artykule była odpowiedź na pytanie, jakie są „relacje interpersonalne młodzieży szkolnej w sieci i w świecie rzeczywistym”. Celem tej pracy było pokazanie, w jaki sposób Internet wpływa na relacje międzyludzkie młodzieży szkolnej, jeśli przyjaźnie online mogą zastąpić prawdziwych przyjaciół. W pierwszej części pracy, na podstawie literatury, przedstawiono aspekt komunikacji interpersonalnej wraz z objawami i konsekwencjami uzależnień internetowych. Poniżej opisano wykorzystanie komputera i Internetu oraz ich wpływ na młodzież. Kolejna część pracy wykazała analizę i interpretację badań na podstawie ankiety przeprowadzonej wśród młodzieży szkolnej. Ostatnia część pracy dotyczyła streszczenia i wniosków związanych z problemem relacji międzyludzkich wśród młodzieży szkolnej w sieci i w świecie rzeczywistym.

Słowa kluczowe:

rowieśnicy, komputer, Internet, uzależnienie, relacje interpersonalne.

Summary: The Subject of the following thesis is “The interpersonal relationship of high-school youth on the Web and in the real world.” The aim of this work was to show in what way the Internet influences the interpersonal relationships of high-school youth and if online friendships can replace real

friends. In the first part of the work, on the basis of literature, the aspect of interpersonal communication together with symptoms and consequences of Internet addictions were presented. What follows, the use of the computer and the Internet as well as their influence on youth was described. Another part of the work showed the analysis and interpretation of the research based on a survey conducted among high-school youth. The last part of the thesis pertained to the summary and conclusions connected with the problem of interpersonal relationships of high-school youth on the Web and in the real world.

Keywords:

peers, a computer, the Internet, addiction, interpersonal relationships.

Wstęp

W gronie nowych mediów szczególne miejsce i rola przypada Internetowi. Dziś już nikt nie ma wątpliwości, że wszedł on w nasze życie z niesamowitym rozmachem i w zadziwiająco błyskawicznym tempie.

Trudno sobie wyobrazić dzisiejszy świat bez Internetu. I trudno jest mówić czy pisać o współczesnej młodzieży bez kontekstu umieszczenia jej w sieci, która stanowi nieodłączny element jej życia. Bodaj największą grupę użytkowników Internetu stanowią ludzie młodzi. Może dlatego, że z reguły dysponując większą ilością wolnego czasu niż ludzie dorośli, wybierają tę formę „towarzystwskiego” życia i w większości przypadków to oni są odbiorcami treści internetowych [Castells 2007, s. 354].

Internet jako nowe medium ma duży wpływ na zachowania i postawy młodzieży. To ona jest zazwyczaj użytkownikiem tego medium. Generacja Awatarów to młodzież, która żyje online. Są obecni w sieci, na portalach społecznościowych i korzystają z Twittera, Squida, Pocketa, Quora, Reddita, SmartNewsa, Medium, Feedly i szeregu innych programów, dzięki którym czatują, wrzucają filmy na YouTube, zdjęcia na Facebooka – to „celebryci” wirtualnego świata. Dla nich Internet to wirtualny przyjaciel, ale bardziej realny. Inną grupę stanowi młodzież, która korzystając z sieci, chce pozostać w niej anonimowa i to z różnych powodów. Jest jeszcze grupa wykluczonych, którzy nie mają wciąż dostępu do Internetu i z tego powodu są marginalizowani przez rówieśników.

Internet oprócz ogromnych możliwości niesie ze sobą szereg niebezpieczeństw. Do najważniejszych z nich możemy zaliczyć: uzależnienia płynące z sieci, czyli sieciorholizm, seks wirtualny, transdysocjacyjny przed monitorem

czy agresywne gry sieciowe. Jak to wszystko wpływa na młodzież i jakie niesie w ich życiu skutki? Na te i inne pytania staramy się znaleźć odpowiedź w oparciu o dostępne dane i prowadzone badania.

Komunikacja interpersonalna

Życie w społeczeństwie, rodzinie czy organizacji polega na komunikowaniu się z innymi. Komunikując się z innymi, mamy możliwość wymiany myśli, podążanie w tym samym kierunku. Pojęcie komunikowanie pochodzi od łacińskiego słowa „communico”, które oznacza „czynić coś wspólnym, coś z kimś dzielić”. Komunikowanie jest to przekazywanie wiadomości pomiędzy nadawcą a odbiorcą. Aby odbyła się pełna komunikacja musi ona przebiegać w dwóch kierunkach. Nadawca przekazuje swój komunikat, a odbiorca reaguje w taki sposób, że przesyła wiadomość nadawcy w odpowiedzi. Z. Nęcki [2000, s. 109] interpretuje komunikowanie się interpersonalne w taki sposób, że jest to podejmowana wymiana werbalna, sygnałów wokalnych i niewerbalnych w celu osiągnięcia lepszego poziomu współdziałania. Aby grupa działała efektywnie, potrzebna jest skuteczna komunikacja.

Komunikacja w grupie ma bardzo duże znaczenie i stanowi ona podstawę zasadniczych funkcji, np. sprawowanie kontroli, wyrażanie uczuć, motywacja oraz informacja. Komunikacja może przysłużyć się motywowaniu, ponieważ można w ten sposób przekazać członkom grupy, jakie są w stosunku do nich wymagania. Komunikacja pomaga także wyrażać uczucia. Funkcjonowanie w grupach wymaga okazywania uczuć i emocji, pozytywnych i negatywnych, co jest możliwe właśnie dzięki komunikowaniu się ich członków. Przekazywanie informacji stanowi bardzo ważny element procesu podejmowania decyzji. Dzięki komunikacji możliwe staje się skuteczniejsze działanie.

Aby zaistniał proces komunikacji, potrzebne jest wystąpienie 7 zasadniczych elementów: źródła, czyli nadawcy komunikatu; kodowania, czyli przekształcenia w symboliczną postać; komunikatu, czyli zakodowanej wiadomości; kanału, czyli środka przekazu, dekodowania, czyli przetłumaczenia komunikatu na formę do zrozumienia; odbiorcy, czyli adresata komunikatu oraz sprzężenia zwrotnego – czyli informacji zwrotnej o zrozumieniu przekazu [Stankiewicz 1999].

Już od najwcześniejszych czasów człowiek zetknął się z procesem komunikacji, ponieważ proces ten towarzyszy człowiekowi od zawsze. W obecnym czasie mianem komunikacji nazywamy sposób przekazywania sobie informacji między ludźmi w społeczeństwie. Istnieje wielu autorów, którzy zajmowali się problematyką komunikacji, próbowali oni stworzyć najlepsze według nich definicje tego zagadnienia. Według Charlesa Cooley (1909) komunikowanie to

swego rodzaju mechanizm, dzięki któremu stosunki międzyludzkie istnieją i rozwijają się, a wytworzone przez umysł ludzki symbole są przekazywane w przestrzeni i zachowywane w czasie. Natomiast John Dewey (1916) twierdził, że społeczeństwo istnieje nie tylko dzięki przekazywaniu informacji i komunikowaniu się, ale jego istnienie polega na procesach przekazu i komunikowania.

Bogusława Dobek-Ostrowska (2006) uważa, że komunikowanie jest procesem porozumiewania się jednostek, grup lub instytucji. Jego celem jest wymiana myśli, dzielenie się wiedzą, informacjami i ideałami. Proces ten odbywa się na różnych poziomach, przy użyciu zróżnicowanych środków i wywołuje określone skutki.

Jak widać powyżej, komunikowanie się determinuje kontakty międzyludzkie. Bez umiejętnego, poprawnego komunikowania się, znajomości barier w komunikacji oraz sposobów i funkcji komunikacji nie moglibyśmy funkcjonować w żadnej grupie społecznej. Zostalibyśmy wyrzuceni na margines społeczeństwa, żyli samotnie bez możliwości współpracy z innymi, rozwiązywania problemów zarówno swoich, jak i osób nam bliskich. Nie moglibyśmy swobodnie wyrażać siebie, poznawać uczucia i myśli innych osób, dążyć do celu wraz z innymi ludźmi.

Komunikowanie się jest procesem bardzo złożonym. Dzieje się ono na różnych płaszczyznach. Jest jednak kilka podstawowych cech, które charakteryzują ten proces. Aby komunikowanie się było możliwe, musi zachodzić przy udziale przynajmniej dwóch jednostek, dwóch osób, jest więc procesem społecznym. Rodzaj i sposób komunikowania się zależy od liczby i charakteru jej uczestników, jest więc procesem, który zachodzi w odpowiednim kontekście społecznym. Jest to proces bardzo dynamiczny. Każdy z jego uczestników odbiera informacje, przetwarza je, odpowiednio je interpretuje i na nie reaguje. Jest to proces kreatywny, gdyż uczestnicy przyswajają sobie informacje, wiedzę o otaczającym ich świecie. Proces ten trwa przez całe życie człowieka. Uczestnicy tego procesu są zmuszeni do posługiwania się tymi samymi symbolami, znakami, aby się zrozumieć. Komunikacja jest procesem, w którym wytwarzają się stosunki i zależności interakcyjne, a uczestnicy działają świadomie. Proces komunikacji zachodzi zawsze i wszędzie – między ludźmi jest nieuchronny.

Każdy czynnik, który utrudnia wymianę informacji, jest przeszkodą w komunikowaniu się. Ich różnorodność i powszechność nie pozostawia wątpliwości. Przeszkody w transmisji informacji określa się mianem „szumów informacyjnych”, które mogą mieć fizyczny bądź psychologiczny charakter. Bariery komunikacyjne związane są z trudnościami percepcyjnymi. Percepcja jest procesem interpretowania informacji, nadającym znaczenie otaczającej nas rzeczywistości. Postrzegając informacje, wykonujemy dwa działania: selekcjonu-

jemy informacje, organizujemy i interpretujemy wyselekcjonowane informacje w taki sposób, że jesteśmy w stanie nadawać im znaczenie.

Ludzie o odmiennych cechach osobowościowych, wiedzy, doświadczeniu czy kulturze mogą w odmienny sposób odbierać te same wydarzenia czy informacje. W procesie poznawczym ludzie mają tendencję dostrzegania tego, co chcą dostrzec i pomijania tego, co zniekształca ich dotychczasowy sposób widzenia rzeczywistości.

Istotną barierą na drodze do efektywnej komunikacji mogą być ponadto różnice językowe. Aby komunikat został właściwie przekazany, słowa muszą mieć takie samo znaczenie dla nadawcy i dla odbiorcy. Określenie szybkiej zmiany w otoczeniu będzie miało inny wydźwięk dla specjalisty w dziedzinie najnowszych technologii niż dla zwykłego obywatela. Przeszkodą jest również posługiwanie się specjalistycznym żargonem czy używaniem słów o dużym znaczeniu symbolicznym. Ponadto barierą w efektywnej komunikacji jest poddawanie informacji manipulacji, takiej jak jej filtrowanie. Istotą tego rodzaju działania jest selekcjonowanie i fałszowanie informacji w celu wywołania określonej reakcji u danej jednostki.

Uzależnienie od Internetu – objawy i konsekwencje

Internet powstał w sposób samorzutny. Jest produktem niepodzielonego świata, świata po zburzeniu muru berlińskiego. Jego zaczątki sięgają czasów zimnej wojny, okresu sprzed 1989 roku. Otóż Internet powstał w 1969 roku w Pentagonie, siedzibie dowództwa armii Stanów Zjednoczonych, pod nazwą sieci ARPA – Advanced Research Projects Agency (Agencja Zaawansowanych Projektów Badawczych). Przeznaczenie sieci było ograniczone do umożliwienia naukowcom z różnych części kraju, pracującym na zlecenie armii, wymiany informacji i wspólnego korzystania z kosztownej aparatury. Niemalże w ostatniej chwili twórcy sieci wpadli na pomysł jej dodatkowego wykorzystania do przesyłania wiadomości i tak powstała poczta elektroniczna, czyli e-mail.

Jeszcze przez kilka następných lat Internet funkcjonował wyłącznie na uniwersytetach, ale w miarę jak przybywało komputerów osobistych w prywatnych domach, zaczął rozprzestrzeniać się dalej, wchodząc w fazę gwałtownego rozwoju. W latach 1988–1998 odsetek gospodarstw domowych wyposażonych w komputer zwiększył się z 18 do 34, a w rodzinach z dziećmi wyniósł 49 [Giddens 2008, s. 493]. Z najnowszego badania przeprowadzonego w styczniu 2016 roku przez agencję We Are Social wynika, że z Internetu na całym świecie korzysta 3,419 miliarda osób, a 2,307 miliarda posiada przynajmniej jedno konto w serwisie społecznościowym. Jeżeli zaś chodzi o nasz kraj, to już 26

milionów Polaków (67% całkowitej populacji) eksploatuje zasoby globalnej sieci, z czego 14 milionów ma aktywne konto w serwisie Facebook.

Z szacunkowych danych wynika, że wraz z postępem technik komputerowych i telekomunikacyjnych ten wykładniczy wzrost nadal będzie się utrzymywał.

Oszałamiające zmiany w świecie techniki sprawiają, że nikt nie jest w stanie przewidzieć, co przyniesie przyszłość. Dla wielu Internet jest przykładem nowego światowego porządku, jaki narodził się u schyłku XX wieku. Użytkownicy Internetu znajdują się w „przestrzeni wirtualnej”. Przestrzeń wirtualna to przestrzeń interakcji stworzona przez światową sieć komputerową, jaką jest Internet. Oprócz poczty elektronicznej, której użytkownicy podają swoją identyfikację, w Internecie nikt nie może być pewien, kim kto tak naprawdę jest, mężczyzną czy kobietą, ani skąd pochodzi. Rozpowszechnienie Internetu na cały świat zmusza socjologów do postawienia ważnych pytań. Internet zmienia charakter życia codziennego – zaciera granice między globalnym a lokalnym wymiarem rzeczywistości, otwiera nowe kanały komunikacji i interakcji, i w coraz większym zakresie umożliwia wykonanie różnych operacji za pośrednictwem łącz elektronicznych. Jednakże ten sam Internet, który otwiera nowe, fascynujące możliwości uczestniczenia w życiu społecznym, zagraża stosunkom międzyludzkim i integralności społecznej. W prawdzie „era informacji” jest w początkowej fazie rozwoju, ale wielu socjologów już rozważa złożone skutki oddziaływania Internetu na społeczeństwa późno nowoczesne.

Nie ma dziś nastolatka, który nie korzysta z Internetu. Potwierdzają to badania – 98% młodzieży w wieku 9–16 lat surfuje kilka razy w tygodniu, a większość z nich robi to codziennie lub prawie codziennie. I nie oznacza to, że wszyscy są uzależnieni. Jednak trzeba uważać. Internet kusi, wciąga i wiele ułatwia, a granica jego nadużywania jest niemal niewidoczna. Internet jest jak wielka encyklopedia – z powodzeniem skorzysta z niej ten, kto ma wprawę i umiejętność szukania precyzyjnych odpowiedzi na konkretne pytania. Ten, kto tylko mgliście zna się na rzeczy, będzie błądził i może zostać wyprowadzony na manowce.

Internet rośnie w siłę i to właśnie dzięki młodzieży. Z badań World Internet Project Poland 2013 wynika, że mieszkańcy Polski dzielą się na dwie grupy pokoleniowe: osoby do 30 roku życia deklarują, że wolą korzystać z Internetu zamiast telewizji, starsi pozostają przy wcześniej wyrobionych wzorcach korzystania z mediów, w których szczególnie ważną rolę odgrywa telewizja (im starsza osoba, tym bardziej ceni sobie telewizję). Ponadto, według danych Polskich Badań Internetu, w grupie wiekowej 7–14 lat najpopularniejszymi serwisami są Facebook i YouTube. To oznacza, że młodzi ludzie są ze sobą w ciągłym wirtualnym kontakcie, a potrzebę rozrywki zaspokajają oglądaniem filmów, nad których treściami rodzic nie ma żadnej kontroli.

Znamienne dla naszych czasów jest to, że aby korzystać z Internetu nie trzeba siadać przy biurku przed monitorem. Wystarczy smartfon albo tablet i już po odblokowaniu dotykowego ekranu jest się online. Dla nas – dorosłych – to wygoda, a czasem konieczność zawodowa. Ale dla młodzieży może to być pułapka. Wyniki wielu badań wykazują, że do nadużywania Internetu mogą przyczyniać się czynniki osobowościowe oraz szeroko pojęte problemy psychiczne. Najczęściej wymieniane to depresja, introwersja, neurotyzm, nadmierna wrażliwość, nieśmiałość, niska samoocena, przeżywanie niepewności czy nieradzenie sobie ze stresem. Jednocześnie na wszystkie te czynniki dużo bardziej narażeni są młodzi ludzie ze względu na swoją niedojrzałość [Wójcik 2012].

Oceniając skalę problemu nadużywania Internetu przez młodzież, ważne jest, by nie popadać w skrajności. W końcu sieć to nieodłączny element rzeczywistości. Młodzież korzysta z niego nie tylko po to, by się rozerwać, ale i po to, aby np. odrobić lekcje. Co zatem jest wyznacznikiem nadużywania Internetu? Jako kryteria diagnostyczne siecioholizmu często cytowana jest lista Marka Griffithsa, autor wyróżnił sześć symptomów, z których spełnienie przynajmniej trzech może wskazywać na problem z nadużywaniem Internetu: dominacja – występuje, gdy korzystanie z Internetu staje się najważniejszą czynnością w życiu. Objawia się m.in. zaabsorbowaniem emocjonalnym i myślowym, także wtedy, gdy osoba nie może korzystać z sieci, zmiana nastroju – występuje, gdy użytkownik korzysta z Internetu po to, aby poprawić sobie nastrój albo zapomnieć o problemach, zwiększona tolerancja – rozumiana jako proces zwiększającego się zapotrzebowania na korzystanie z Internetu (pojawienie się poprawy nastroju powodowanej korzystaniem z Internetu wymaga coraz dłuższego czasu spędzonego online), zespół abstynencyjny – ograniczenie lub brak możliwości korzystania z Internetu powoduje nieprzyjemne stany psychiczne, takie jak rozdrażnienie, poirytowanie, niepokój, konflikt – rozumiany zarówno jako konflikt pomiędzy użytkownikiem a jego otoczeniem (rodziną, znajomymi), jak i pomiędzy spędzaniem czasu w Internecie a innymi typami aktywności (nauką, sportem), nawroty – intensywne, niekontrolowane korzystanie z Internetu pojawiające się po okresach ograniczonego lub kontrolowanego użytkowania [Wójcik 2012].

W praktyce oznacza to, że Internet jest główną aktywnością naszego dziecka. Nie tylko w sensie ilości czasu, jaką zajmuje mu bycie online, ale przede wszystkim stopnia uwagi poświęcanej internetowym czynnościom. Nastrój regulowany byciem online to też pozornie nic złego. Słuchanie muzyki, oglądanie zabawnych filmików lub czytanie dowcipnych memów na poprawę humoru to nie grzech. Problem zaczyna się jednak wtedy, gdy bez Internetu nie ma zabawy. Zwiększone zapotrzebowanie na korzystanie z Internetu też paradok-

salnie nie jest łatwe do dostrzeżenia. Tolerancja zwiększa się stopniowo, dlatego warto zachować czujność. Najłatwiejszy do zidentyfikowania czynnik wskazujący na nadużywanie to zespół abstynencyjny. Wystarczy zabrać dziecku dostęp do sieci i patrzeć, co się dzieje. Jeśli dziecko reaguje emocjonalnie, jest rozdrażnione i nie potrafi znaleźć sobie miejsca, powinna nam się zapalić czerwona lampka. Podobnie jest z konfliktami między rodzeństwem, z nauczycielami czy rodzicami – niemal każdy nastolatek to trudny partner do rozmowy. Ale kiedy dochodzi do poważnych spięć, a w ich tle jest korzystanie z Internetu, to powinno nas zastanowić [Wójcik 2012].

Internet to medium przenoszące w inny wymiar komunikację międzyludzką. W Sieci można znaleźć ogromne ilości informacji. Od aktualnych wiadomości z dowolnego miejsca świata do szczegółowych treści interesujących jedynie wąskie grono specjalistów. Oprócz stron www i poczty elektronicznej popularność zyskują miejsca spotkań w cyberprzestrzeni – wirtualne kawiarenki internetowe – tzw. chatroomy. Coraz więcej osób korzysta z Sieci zawodowo, jak i dla edukacji oraz rozrywki. Kilka czynników determinuje ten stan rzeczy. Są to: wygoda, anonimowość oraz względnie niskie koszty użytkowania. Możliwe stało się pozyskiwanie informacji, nawiązywanie kontaktów oraz dokonywanie transakcji finansowych bez konieczności wychodzenia z domu. W Sieci panuje pełna demokracja, wręcz anarchia. Każdy może przedstawić się jako ktoś zupełnie inny. Oprócz niezaprzeczalnych korzyści z rozwoju Sieci, należy wspomnieć o negatywnych aspektach jej stosowania. Ogromna ilość informacji zawartych w Internecie nie koreluje niestety z ich jakością. Nigdy nie można być do końca pewnym prawdziwości znalezionych treści. Nawet największe agencje informacyjne dotknięte zostały atakami hakerów, którzy zmieniali zawartość ich serwisów. Szybki rozwój elektronicznego biznesu prowadzi do coraz częstszych aktów sprzedaży danych osobowych oraz innych przestępstw z wykorzystaniem Sieci. W końcu długotrwałe korzystanie z niej może przerodzić się w stan, który określamy jako uzależnienie się od Internetu (ang. Net addiction). Część Internautów spędza zbyt wiele czasu przed monitorem komputera, przeglądając serwisy www czy prowadząc pogawędki w chatroomach. Szacuje się, że u około 6% z tych osób spełnione są kryteria kompulsywnego korzystania z Sieci, a 30% potwierdza traktowanie sieci jako miejsce ucieczki od trudności życia codziennego.

Osoby uzależnione od Internetu spędzają w nim dużo czasu. Nie lubią, gdy zwraca im się na to uwagę. Starają się ten fakt ukryć. W odpowiedzi na prośbę pójścia spać lub zjedzenia posiłku odpowiadają zwykle „jeszcze tylko kilka minut”. Rzadko jednak dotrzymują słowa. Wielokrotnie sprawdzają swoją skrzynkę poczty elektronicznej, informacje z list i grup dyskusyjnych. W efekcie odbija się to na braku zaangażowania w wykonywanie obowiązków domowych,

naukę czy pracę. Uzależniony internauta preferuje wirtualny kontakt z osobami, których nie widział na oczy niż z osobami dotychczas najbliższymi. Starają się znaleźć ukojenie podczas bycia w Sieci. Dłuższy okres bycia off-line wywołuje u nich cały zespół objawów psychopatologicznych. Najczęściej występuje obniżony nastrój, niepokój, drażliwość, kłopoty ze snem oraz zaburzenia seksualne. Często pojawiają się fantazje na temat przeszłych i przyszłych pobytów w Sieci. Świat rzeczywisty, którego nie da się opisać adresem www lub numerem IP wydaje się być pusty, nudny i bezbarwny (tamże). Pewne grupy ludzi są bardziej narażone na uzależnienie od Internetu. Najczęściej problem ten dotyczy osób, które wcześniej cierpiały z powodu zaburzeń afektywnych i lękowych, niskiej samooceny, nieprawidłowego ukierunkowania popędów lub też uzależnienia od substancji. Osoby wcześniej uzależnione od alkoholu traktują Internet jako „bezpieczną” używkę. Poszukują w Sieci ucieczki od problemów świata realnego oraz ekwiwalentu doznań seksualnych. Rzeczywistość wirtualną traktują jako miejsce bezpiecznego upustu popędu seksualnego. I to bez kosztów związanych z korzystaniem z drogich pogawędek typu audiotele, ryzyka spotkania się z kimś znajomym podczas zakupów w seksshopie, czy w końcu mogą wykluczyć zarażenie chorobą przenoszoną drogą płciową. Oczywiście nie można przyjmować założenia, że ilość czasu spędzonego w Sieci determinuje głębokość uzależnienia czy w ogóle rozpoznanie takiego stanu. Część osób może korzystać z Internetu przez wiele godzin tygodniowo. Jednak jeśli są w stanie to kontrolować i „surfowanie” nie zaburza ich funkcjonowania rodzinnego, społecznego czy zawodowego, nie należy ich traktować jako osoby uzależnione. Internet daje względną anonimowość. Tu człowiek może się stać kimś zupełnie innym. Osobą innej płci i wieku. Można dać upust głęboko skrywanym fantazjom i odmiennym zachowaniom seksualnym. Wręcz Internet może być traktowany jako brama do mentalnej ucieczki do innej rzeczywistości. Nie trzeba wychodzić z domu, aby „porozmawiać” ze znajomym czy zrobić zakupy. Można to robić dzięki komputerowi osobistemu, siedząc wygodnie w swoim fotelu. Istnieją pewne różnice w sposobie korzystania z Sieci przez kobiety i mężczyzn. Panowie preferują ten nierzeczywisty rodzaj kontaktu, gdyż nie muszą obawiać się krytyki wieku i wyglądu, a szczególnie otyłości, łysienia czy rozmiaru penisa – nie mają one tu znaczenia. Mężczyzna szuka możliwości dominacji. Kobieta z kolei przyjaźni lub romantycznego kochanka bez zobowiązań. To wszystko doprowadziło do sytuacji, że pierwsze sklepy internetowe sprzedawały najczęściej pornografię. Ilość stron zawierających pornografię bądź umożliwiających sieciowe pogawędki (chatrooms) jest ogromna. Już w 1998 roku szacowano, że dziennie przybywa ok. 200 stron o takim charakterze. Powoduje to, że każdy może znaleźć to, co mu najbardziej odpowiada.

Długotrwałe spędzanie czasu przed komputerem zaburza funkcjonowanie rodzinne, pracę oraz naukę. Osoba uzależniona spędza więcej czasu przed komputerem niż z własną rodziną. Nie wykonuje obowiązków związanych z prowadzeniem gospodarstwa domowego. Pojawiają się konflikty związane z niezaspokajaniem potrzeb emocjonalnych i seksualnych współpartnera. Część nastolatków mających możliwość nieograniczonego dostępu do Sieci, wykorzystuje to wydawałoby się idealne narzędzie kształcenia do wirtualnych pogawędek, przeglądania „rozrywkowych” stron www czy grania w interaktywne gry. A to wszystko kosztem czasu przeznaczonego na naukę. Nadmierne korzystanie z Internetu w pracy zmniejsza produktywność pracownika. W Stanach Zjednoczonych szacuje się, że straty związane z wykorzystaniem służbowych komputerów w innych celach niż praca zawodowa przynosi rocznie straty rzędu kilku miliardów dolarów.

W X Rewizji Międzynarodowej Klasyfikacji Chorób i Problemów Zdrowotnych (2008) nie ma pojęcia „Uzależnienie od Internetu”. Jednak z uwagi na charakter tego zaburzenia powinno się je traktować podobnie jak patologiczny hazard, czyli schorzenie z działu „Zaburzenia nawyków i popędów” (F63) lub „Zaburzenia obsesyjno-kompulsyjne”. Wbrew nazwie, uzależnienia od Internetu nie należy traktować jako schorzenia z grupy „Zaburzeń psychicznych i zachowania spowodowanych używaniem substancji psychoaktywnych”. Brak jest w tym przypadku czynnika fizycznego wywołującego objawy, a także występowania większości stanów związanych z nadużywaniem substancji psychoaktywnych, jak: ostre zatrucie, majaczenie czy zespół amnestyczny [Międzynarodowa Statystyczna Klasyfikacja Chorób i Problemów Zdrowotnych – X Rewizja, Tom I, wydanie 2008].

Podobnie jak w przypadku innych uzależnień konieczne jest zaakceptowanie przez osobę faktu uzależnienia oraz zgoda na terapię. Zwykle nie jest możliwe całkowite wykluczenie komputera i Internetu z życia leczonego. Komputer oraz dostęp do Sieci stanowią podstawowe narzędzie pracy coraz większej ilości osób. W terapii chodzi o zmianę sposobu korzystania z nowoczesnych technologii. Na początku terapii trudnym zadaniem jest przekonanie pacjenta, że jest on uzależniony. Pomaga w tym test uzależnienia od Internetu, który daje wartość bezwzględną, obrazującą stopień uzależnienia. Jako właściwe leczenie wykorzystuje się różne formy psychoterapii behawioralnej i poznawczej. Stosuje się np. układanie szczegółowego planu dnia obejmującego nie tylko dokładne ramy czasowe korzystania z Internetu, ale uwzględniające także czas potrzebny na posiłki, prace domowe oraz wypoczynek (najlepiej, gdy jest on aktywny) itd. Jako narzędzia pomocnicze stosuje się zegar ze stoperem lub minutnik odliczające okresy poszczególnych czynności. Celem takich działań jest zburzenie wcześniejszego sposobu funkcjonowania i zastąpienie go

nowym, obejmującym te dziedziny życia, które ucierpiały w wyniku stanu uzależnienia. Ważne jest też stworzenie listy czynności i ich gradacja, od najmniej ważnych do tych najistotniejszych. Pacjent wykonuje spis głównych problemów rodzinnych i zawodowych wynikających z jego uzależnienia. Taką listę powinien nosić przy sobie i odwoływać się do niej w momentach, gdy zaczyna rozmyślać na temat uprzedniej traumatycznej działalności w Sieci, a także w chwilach wolnych, gdy takie fantazje mogą się pojawić. Zwykle nie jest możliwa całkowita abstynencja od Internetu. Jednak jeśli dla pacjenta największym problemem jest patologiczne korzystanie z usług sieciowych, takich jak: chatroomy, grupy dyskusyjne czy strony www, niewiążące się z nauką czy pracą, można zalecić całkowitą abstynencję od tych rodzajów aktywności. Osobom, które nie radzą sobie same z terapią można zaproponować terapię indywidualną, rodzinną lub grupową. To podnosi efektywność leczenia, ale niestety także jego koszty. W Stanach Zjednoczonych istnieją grupy wsparcia, na podobieństwo Anonimowych Alkoholików, wspomagające osoby rozpoczynające terapię poprzez spotkania bezpośrednio, ale także listy dyskusyjne czy chatroomy. W Polsce problem ten przybiera również coraz większe rozmiary, jak twierdzą fachowcy, pojawia się coraz większa liczba pacjentów mających problem z niekontrolowanym korzystaniem z Internetu.

Wykorzystanie komputera i Internetu oraz ich wpływ na młodzież

W dobie dzisiejszej komputer jest doskonałym narzędziem pomagającym w edukacji i rozwoju dziecka. Prawidłowy dobór programów edukacyjnych ułatwia dziecku zdobywanie wiedzy i kształtowanie takich umiejętności, jak: logiczne myślenie, kojarzenie faktów, wytrwałość, cierpliwość, szybkie oraz celne podejmowanie decyzji. Odpowiednio dobrane programy pomagają rozwijać spostrzegawczość, zręczność, sprawność manualną, refleks, a także podzielność uwagi. Stwarza młodemu użytkownikowi możliwość rozwoju intelektualnego.

Spośród głównych zalet i korzyści wynikających z posiadania i użytkowania przez dziecko komputera warto wymienić kilka z nich:

- komputer ułatwia naukę. Istnieją programy, które realizują zasadę „bawiąc uczyć”, w taki sposób, że dzieci nawet nie uświadamiają sobie procesu uczenia się. Wiele programów umożliwia dzieciom kształtowanie konkretnych umiejętności, np. związanych z czytaniem lub liczeniem. Inne programy wspomagają rozwój myślenia. Takie programy są określane jako umysłowa sala gimnastyczna;

- komputer umożliwia dostęp do ogromnych zasobów informacji. Dzieci mają zdolność szybkiego uczenia się, potrafią wchłonąć ogromną ilość informacji, które dają im specjalne programy edukacyjne, encyklopedie, Internet itp. Muszą one jednak wiedzieć, które informacje są dla nich istotne i wybierać te najbardziej wartościowe. Ocenianie wartości informacji to bardzo ważna umiejętność, którą młodzi ludzie powinni nabyć jak najwcześniej;
- komputer zapewnia interakcyjność, czyli wzajemny dialog pomiędzy użytkownikiem a programem komputerowym, ułatwia komunikowanie się. Dziecko może wpływać na pracę programu, może wykonywać te funkcje, które go szczególnie interesują lub przerywać te działania, które go nudzą. Jest to sytuacja odmienna, np. od oglądania telewizji, kiedy dziecko jest biernym obserwatorem tego, co dzieje się na ekranie;
- komputer rozwija zainteresowania, rozwija samodzielność, dostarcza rozrywki i relaksuje. Musimy pamiętać, że nasze dzieci obdarzone mogą być różnymi talentami. Rozumienie, jak pracuje komputer, umiejętność pracy z różnymi programami, to także talent. Dziecko może wówczas wykazać się w interesującej go dziedzinie;
- komputer stanowi nieocenioną pomoc, szczególnie dla dzieci niesprawnych fizycznie. Przy pomocy odpowiednich programów możemy przeprowadzić trening logopedyczny, pomóc w nauce czytania i pisania, umożliwić pisanie dziecku, które ze względu na rodzaj schorzenia nigdy nie napisze tekstu ręką. Komputer może być wówczas wykorzystany jako bardzo cierpliwy nauczyciel, który jest w stanie wielokrotnie powtórzyć te same czynności [Barańska 2003].

Komputer jest traktowany przez użytkownika jako bezpieczny i atrakcyjny partner. O jego atrakcyjności decydują następujące cechy:

- jest zawsze gotowy do podjęcia zabawy (nie męczy się i nie odmawia);
- daje możliwość wielokrotnego powracania do tych samych ulubionych scenariuszy, doskonalenia wyników i ponownego przeżywania przyjemności;
- zapewnia najmniej raniący sposób uczenia się (ocenia błędy, ale nie okazuje złości i rozczarowania, jest sprawiedliwy);
- daje pozorne poczucie władzy i omnipotencji (mam wpływ na to, co się wydarzy), umożliwia projekcję marzeń i pragnień nieosiągalnych w realnym życiu;
- interpretacja wygranej i przegranej może być zawsze pozytywna (nie wstyd jest przegrać z mądrym komputerem, a jeśli wygram – tym większy mój sukces);
- w odróżnieniu od czytania lub oglądania filmu, gra komputerowa umożliwia własną aktywność uczestnika;

- umożliwia aktywne rozładowanie emocji (przeżywanie bezpiecznego, kontrolowanego ryzyka);
- umożliwia zaspokajanie różnorodnych potrzeb niemożliwych do zrealizowania w rzeczywistości [Szymańska 2002].

Należy pamiętać, że posiadanie komputera niesie ze sobą również pewne zagrożenia zwłaszcza dla młodych użytkowników. Zagrożenia te dzieli na kilka rodzajów, m.in.:

- fizyczne (wady wzroku, postawy, skrzywienia kręgosłupa);
- psychiczne (oderwanie od życia, przebywanie w wirtualnej rzeczywistości, uzależnienie polegające na wielogodzinnym przebywaniu z komputerem na niekorzyść kontaktów z rówieśnikami);
- moralne (łatwy dostęp do treści nieodpowiednich dla dzieci w wieku szkolnym, jak pornografia, pokazywanie konstrukcji niebezpiecznych urządzeń itp.);
- społeczne (zachowania nieetyczne, anonimowość, pozbawienie hamulców działania, przestępczość komputerowa).

Zasadnym wydaje się wspomnieć o zagrożeniu intelektualnym (słaba koncentracja uwagi, zubożenie języka, słaba umiejętność wypowiadania się, ograniczenie zdolności wyrażania swoich uczuć przez mowę, kopiowanie pomysłów, brak innowacyjności, ograniczenie wyobraźni, „szok informacyjny” – napływ informacji jest za szybki, mózg traci możliwość racjonalnej selekcji wiadomości na sensowne i nic nie warte).

Spędzanie dużej ilości czasu przed monitorem powoduje wiele zagrożeń zdrowotnych, tj.: pogłębianie wad postawy, zmęczenie oczu, a po dłuższym czasie nawet krótkowzroczność. Układ nerwowy dziecka jest długotrwale atakowany strumieniem wielobarwnego światła, kakofonią ekscytujących dźwięków oraz huśtawką emocji wynikającą z przeżyć w wirtualnym świecie, może dochodzić do zaburzeń koncentracji, kłopotów z myśleniem, rozstroju emocjonalnego, wyobcowania z rzeczywistego świata, zaburzenia więzi uczuciowej z najbliższymi oraz do wielu innych zaburzeń osobowości określanych wspólnym mianem uzależnienia od komputera. Zaburzenie hierarchii wartości, gdzie na pierwszym miejscu stawiany jest kontakt z komputerem. Należy zatem dbać o higienę pracy przy komputerze, zapewnić bezpieczne warunki pracy, właściwy sprzęt, oświetlenie, uczyć prawidłowej postawy podczas pracy na komputerze, uczyć relaksu i zmuszać do czynienia przerw podczas pracy [Tabor 2013].

Dzieci spędzają czas wolny „sam na sam” z komputerem, nie szukają kontaktu z innymi rówieśnikami, często nie potrafią się z nimi komunikować. Dziecko traci z innymi wszelkie związki emocjonalne. Zatraca również poczucie wartości, takie jak dobro czy zło, miłość czy nienawiść. Dzieci rozładowują

wszystkie swoje napięcia psychiczne w kontaktach z komputerem, a szczególnie grając w gry komputerowe. Osoby uzależnione od komputera okazują duży lęk przed kontaktami z innymi ludźmi.

Łatwy i niekontrolowany dostęp do informacji może zagrozić moralnemu rozwojowi dzieci i młodzieży. Silne poczucie więzi z grupą i odczuwanie swojej od niej zależności, może dla niektórych z nich rodzić w poszczególnych wypadkach sytuacje konfliktowe, w których dziecko ulega naciskowi grupy, walcząc z poprzednio utrwalonymi postawami, np. zdarza się tak, że charakterystyczne dla tego wieku silne pragnienie obcowania z rówieśnikami i towarzyszące temu emocje, jeśli napotykają na przeszkodę, niwelują czasem autorytet nauczyciela czy rodzica, i dla zaspokojenia swoich dążeń dziecko świadomie przekracza obowiązujące dotąd reguły. Zbuntowane, ucieka w inny świat, w którym panuje niczym nieskrępowana wolność słowa. Jest to łatwy i niekontrolowany dostęp do informacji, czyli Internet. Dzieci mogą znaleźć tutaj treści, które wielu rodziców uznałoby za nieodpowiednie, np. seks, przemoc, wulgaryzmy. Mogą wejść w posiadanie wiadomości, których znaczenia nie będą potrafiły prawidłowo rozpoznać i zrozumieć.

Mimo iż większość uczniów integruje się ze swoją klasą, to wielu z nich przedkłada komputery nad swoich przyjaciół. Teoretycznie, w sieci dziecko ma więcej znajomych, ale tak naprawdę następuje wyłączenie jednostki z grupy rówieśniczej. W przypadku niepowodzeń, podczas konwersacji z innymi, dziecko wyłącza komputer i nie musi szukać kompromisu. Takie postępowanie sprzyja skrajnym poglądom. Można zaobserwować więc fakt, że komputery izolują dzieci od siebie nawzajem. Niepokojące jest to, że anonimowość i brak hamulców przy komputerze i w sieci często powodują zachowania nieetyczne.

Małgorzata Rostkowska z zagrożeń intelektualnych wyróżnia dwa główne:

- **bezkrytyczne zaufanie do możliwości maszyny**

Istnieje powiedzenie, że komputer jest dobry na wszystko i potrafi wszystko, nigdy się też nie myli. Może to wynikać z faktu przypisania tej maszynie cech, których ona w sposób oczywisty nie posiada: zdolności do poprawiania pomyłek człowieka, obdarzania zwykłych ludzi nadnaturalną charyzmą, czynienia życia szczęśliwszym i tak dalej. Wiara w sprawczą siłę martwego przedmiotu nazywa się fetysyzmem. Powinno się zatem nauczyć dzieci i młodzież korzystać z komputera jako narzędzia i przekazać im właściwe odniesienie do maszyny, gdyż inaczej zuboży się ich psychikę i nie rozwinię ich możliwości intelektualnych.

- **Szok informacyjny**

Szok informacyjny jest to sytuacja, w której napływ informacji jest zbyt szybki, mózg siłą rzeczy traci zdolność racjonalnej selekcji wiadomości na sensowne i nic nie wartę. Zaczynamy absorbować wiadomości przypadkowe,

odkładając sobie w głowach nic nie wartą papkę bardzo ważnych wiadomości o niczym. Ubóstwo informacji przy największej nawet wiedzy tworzy źle przystosowanego do życia odludka, zaś nadmiar poinformowania bez odpowiedniej dozy wiedzy definiuje osobnika płytkiego intelektualnie, niezdolnego do formułowania niezależnych osądów i podatnego na manipulacje [Rostowska 1997].

Z roku na rok wzrasta udział coraz młodszych dzieci zainteresowanych komputerem i korzystających codziennie ze sprzętu komputerowego. Najchętniej i najczęściej korzystają oni z Internetu i gier komputerowych. Liczba tych osób wzrasta wraz ze spadkiem ceny komputera i wzrostem jego dostępności. Obecnie część rodziców traktuje komputer i gry online w Internecie jako zabawkę dla własnych dzieci, nie zastanawiając się nad konsekwencjami własnych czynów.

Komputer zabiera osobom uzależnionym poczucie wolności, prywatność, a także uniemożliwia krytyczne ustosunkowanie się do otaczającego świata. Staje się on czymś w rodzaju „superczłowieka”, a użytkownik jest podatny na manipulację, niezdolny krytycznie odnieść się do przekazywanych mu informacji. Potocznie określamy Internet jako nowy wymiar przestrzeni życiowej: wymiana informacji, zakupy, zapoznawanie się z nowościami muzycznymi, kontakt ze sztuką, z literaturą, gry i zabawy, poznawanie ludzi, lub po prostu spędzanie czasu na surfowaniu po Internecie.

Oczywiście w świecie wirtualnym, tak jak w rzeczywistym, czai się zło (sieciowe przestępstwa, pornografia, wirusy, utrata prywatności itp.). Internet jest więc zarówno wygodnym narzędziem codziennego użytku, jak i wielowymiarowym zjawiskiem społecznym.

Internet jest bardzo interesującą płaszczyzną komunikacji, na której dzieci, często lepiej niż dorośli, potrafią wykorzystywać dostępne narzędzia i techniki. Poprzez Internet dzieci, często niepotrafiące rozpoznać zagrożeń, stały się łatwym celem: zarówno przestępców na tle seksualnym, jak również marketerów i specjalistów od reklamy, a także wszelkiego rodzaju oszustów i naciągaczy [Wagłowski 2005].

Internet nie zawsze pozwala na zidentyfikowanie osoby (jej wieku) w momencie korzystania z różnego rodzaju usług. Dlatego też dziecko zaopatrzone w kartę kredytową (np. kartę kredytową rodziców) może uczestniczyć w wirtualnym obrocie gospodarczym, korzystać z serwisów oferujących gry hazardowe, licytacje, robić dowcipy zamawiając produkty etc. System prawny powinien chronić dzieci. Nie mają one pełnej zdolności do czynności prawnej, nie podlegają pod ustawę kodeksu karnego. To na rodzicach (opiekunach prawnych) lub innych przedstawicielach ustawowych spoczywają obowiązki opieki nad nieletnimi. Rodzicom wydaje się, że to oni kontrolują dzieci, a to dzieci

coraz częściej zakładają rodzicom filtr na różnego rodzaju treści pochodzące z Internetu. A w dobie szybkiej ewolucji systemów operacyjnych to dzieci dużo sprawniej posługują się technologią komunikacyjną – celowo nie mówimy wyłącznie o komputerze, gdyż wyraźnie obserwowany trend prowadzi do zintegrowania się różnorodnych technik i narzędzi komunikacyjnych.

W dobie dzisiejszej Internet, jeśli chodzi o jego możliwości techniczne, jak i wykorzystywanie do różnych celów, rozwija się dynamicznie i z wielkim przyspieszeniem. Szczególnie często korzystają z niego ludzie młodzi, których osobowość dopiero się kształtuje, dlatego oddziaływanie Internetu na dzieci ma szczególnie duże znaczenie. Oddziaływanie Internetu można podzielić na pośrednie – czas odjęty innym czynnościom, takim jak: komunikowanie się „twarzą w twarz”, nauka itd., oraz bezpośrednie (treści, sposób odbioru lub komunikowania).

Duże znaczenie dla oddziaływania Internetu ma czas, jaki dzieci poświęcają na korzystanie z niego. Średnia ilość godzin przeznaczonych na Internet mówi o zakresie zjawiska, nie mówi natomiast o sposobie oddziaływania na poszczególnego odbiorcę. Z reguły bywa tak, że gry mogą rozwijać twórcze myślenie, ale przebywanie całymi godzinami w świecie fikcyjnym może doprowadzić młodego człowieka do zaburzenia tożsamości i zakłócić realne kontakty społeczne.

Internet jest kolejnym wspaniałym wynalazkiem, który może mieć znaczenie pozytywne, ponieważ jednak niesie ze sobą także zagrożenia, jest rzeczą ogromnie ważną, by zagrożenia te zostały uświadomione użytkownikom.

Uzależnienie następuje wtedy, gdy korzystanie z Internetu zaczyna przeszkadzać, a nie pomagać w szkole, czy w życiu codziennym. Wielu ludzi używa sieci jako ucieczki od negatywnych uczuć, co w przyszłości może doprowadzić do uzależnienia się od cyberprzestrzeni. Większość z nich przyznaje się do braku poczucia czasu, zwiększenia uczucia intymności oraz braku kontroli nad własnym zachowaniem, kiedy korzysta z sieci.

Wielu młodych ludzi z zaburzonym obrazem samego siebie, zaniżonym poczuciem własnej wartości, czuje się w komputerowym, czy internetowym, świecie bezpiecznie. W tym świecie nie jest ważna uroda, płeć, wykształcenie, kolor skóry czy przekonania. Wszyscy są tu sobie równi, nie ma dyskryminacji, a jedynym kryterium wartości jednostki jest sprawność poruszania się w sieci. Internet, który niesie szybki i tani kontakt z całym światem oraz zapewnia wszechstronny przepływ informacji, dla niektórych użytkowników staje się nałogiem, prowadzi do zaburzeń w kontaktach z otoczeniem. Amerykańscy naukowcy dowodzą, że internauci, którzy często bywają w Sieci, zaniedbują swoje obowiązki, zdecydowanie rzadziej spotykają się z przyjaciółmi, czytają mniej książek i rzadziej oglądają telewizję, redukują czas przeznaczony na sen.

W wyniku negatywnych konsekwencji prowadzących do uzależnienia od komputera czy od Internetu, odpowiedzialni rodzice powinni przede wszyst-

kim zapobiegać takim sytuacjom. Chcąc zminimalizować groźbę uzależnienia dziecka od mediów elektronicznych, należy najpierw dać odpowiedni przykład. „Uzależnienie nie grozi w tych rodzinach, w których rodzice nie siedzą godzinami przed telewizorem czy komputerem, ale poświęcają sobie wzajemnie dużo czasu, rozmawiają o bieżących wydarzeniach i problemach, asystują dzieciom przy odrabianiu lekcji, wychodzą na wspólne spacer. W takich domach nie trzeba nawet ustalać konkretnych godzin korzystania z mediów elektronicznych. W większości rodzin warto jednak wprowadzić określone zasady, np. że dzieci nie korzystają z telewizji i komputera dłużej niż 2 godziny dziennie i że podczas wspólnego posiłku telewizor jest bezwzględnie wyłączony. Żelazną regułą powinna stać się godzina, o której dzieciom i młodzieży nie wolno zasiadać przed komputerem czy telewizorem, gdyż powinni udać się już na spoczynek [Braun-Gałkowska 2003].

Żeby uchronić swoje dzieci przed uzależnieniem od Internetu rodzice powinni:

- pilnować, w jaki sposób dzieci wykorzystują komputer podłączony do sieci;
- zastosować regułę „najpierw obowiązki (pomoc w domu, nauka) – a potem komputer”;
- kontrolować, jakie strony internetowe, gry, programy wykorzystuje dziecko;
- starać się organizować dziecku inne formy spędzania wolnego czasu niż komputer – spacer, gry sportowe, spotkania z przyjaciółmi;
- sprawdzać jak długo dziecko pracuje przy komputerze i egzekwować przerwy w pracy;
- jeżeli nie ma możliwości bezpośredniego kontrolowania pracy dziecka przy komputerze, należy stosować różnego rodzaju zabezpieczenia i programy nadzorujące, które będą utrudniać dostęp do treści niepożądanych oraz pozwolą na późniejszą weryfikację rzeczywistego wykorzystania komputera.

Rodzice nie powinni zostawiać dziecka samego przed monitorem komputera, ich zadaniem jest wskazywanie, jak umiejętnie i efektywnie należy posługiwać się Internetem, a jeśli tego nie umiemy, powinni uczyć się razem z dzieckiem, co może stanowić dobrą zabawę i okazję do zacieśniania rodzinnych więzi. Szkoła, na którą dziś wielu rodziców pochłoniętych czasami ślepym zarabianiem pieniędzy spycha obowiązek wychowania, również powinna uczyć właściwego korzystania z Internetu, a nie ograniczać się do pustego udostępniania go. Internet nie jest złem samym w sobie, może stać się nim poprzez niewłaściwe korzystanie.

Kontakt z komputerem mogą mieć już dzieci w młodszym wieku szkolnym, można go wykorzystać jako doskonałe narzędzie kształcenia i rozwoju, należy jednak pamiętać o rozsądnym ograniczaniu czasu przebywania dziecka przy komputerze i właściwym doborze programów edukacyjnych. Podstawowym

zadaniem dla rodziców jest kontrola dostępu dziecka do komputera, a w szczególności do gier i programów komputerowych. Dzieci dorastające z komputerem u boku, szybciej się rozwijają, szybciej przyswajają wiedzę. Łatwiej im będzie również żyć we współczesnym świecie. Komputer i możliwości z nim związane to ogromne okno na świat, z którego korzystając mądrze, można wiele zyskać. Dlatego rodzice powinni pamiętać o tym, by stwarzać dziecku okazje do różnych przeżyć i rozwoju zainteresowań niezwiązanych z komputerem. Warto pokazywać dziecku piękno pozakomputerowego świata. Właściwa atmosfera rodzinna, dobry kontakt uczuciowy, rozmowy, rozwijanie zainteresowań sportowych, wspólne rozrywki i zabawy z dzieckiem mogą sprawić, że nie będzie ono uciekać w samotność wirtualnej rzeczywistości. Komputer, jak wszystko, co nas otacza, może być wspólnym narzędziem rozwoju i źródłem radości lub nieumiejętnie używany, przyczyną wielu problemów, a nawet tragedii.

Badania

Przeprowadzone badania miały na celu dostarczenie odpowiedzi na następujące pytania:

1. Czy młodzież licealna nawiązuje znajomości w sieci?
2. Czy znajomości nawiązane w sieci zastępują przyjaciół z realnego świata?
3. W jaki sposób Internet wpływa na relacje interpersonalne młodzieży licealnej?

Dla potrzeb badań skonstruowano ankietę na bazie zgromadzonych informacji na temat relacji interpersonalnych młodzieży licealnej w sieci oraz realnym świecie. Wykorzystano doniesienia prasowe, Internet, programy TV, spostrzeżenia terapeutów, nauczycieli, rozmowy indywidualne z uczniami oraz dotychczasowe badania. Badania zostały przeprowadzone w IX Liceum Ogólnokształcącym im. Mikołaja Kopernika w Lublinie. W badaniach udział wzięło 75 osób z klas pierwszych i drugich. Przedział wiekowy badanych od szesnastego do osiemnastego roku życia, 47 dziewcząt i 28 chłopców.

Tabela 1. Struktura ankietowanych według wieku

Wiek	N	%
16 lat	22	29
17 lat	34	46
18 lat	19	25
Razem	75	100

Na podstawie tabeli 1 można stwierdzić, że 45,3% stanowi młodzież w wieku 17 lat, a 39,3% to młodzież w wieku 16 lat, najmniejsza liczba badanych, bo tylko 25,3% to młodzież w wieku 18 lat.

Tabela 2. Miejsce zamieszkania

Miejsce zamieszkania	N	%
Miasto od 100 do 250 tys. mieszkańców	14	19
Miasto od 250 do 400 tys. mieszkańców	34	45
Wieś	27	36
Razem	75	100

Analizując kolejne dane, można stwierdzić, iż większość osób badanych pochodzi z miasta, gdyż 45% to osoby z miasta od 250 do 400 tys. mieszkańców, natomiast 19% to jednostki z miasta od 100 do 250 tys. mieszkańców. Około 36% uczniów deklaroowało pochodzenie wiejskie.

Tabela 3. Wykształcenie rodziców

Wykształcenie	Matka		Ojciec	
	N	%	N	%
Podstawowe	0	0	0	0
Zawodowe	15	20	21	28
Średnie	20	27	19	25
Wyższe	40	53	35	47
Razem	75	100	75	100

W przypadku analizy stopnia wykształcenia rodziców uwydatnia się wyraźna tendencja do posiadania wykształcenia w stopniu wyższym przez matki, stanowią one 53%, natomiast średnie wykształcenie ma 23% matek ankietowanych uczniów, a zawodowe 20%. Podobnie wyższe wykształcenie występuje u ojców respondentów – 47%, średnie wykształcenie ma 25% ojców, natomiast zawodowe 28%. Interesujący jest fakt, że żadne z rodziców nie ma wykształcenia podstawowego.

Wyniki badań

Analizując zebrane dane dotyczące relacji interpersonalnych młodzieży licealnej w sieci i w realnym świecie, zwrócono uwagę na szereg składowych pytań zawartych w ankiecie, dzięki którym można dokonać wnikliwej analizy i wyciągnąć właściwe wnioski, które udzielą konkretnych odpowiedzi na postawione pytania w badaniach.

Tabela 4. W jaki sposób najczęściej spędzasz czas wolny?

Odpowiedzi	N	%
Z przyjaciółmi	37	49,3
Surfując w Internecie	23	30,6
Z rodziną	36	48
Czytam książkę	43	57,3
Inne realizuję pasję, uprawiam sport	13	17,3

Uwaga – wybory wielokrotne

W wyborach dokonanych przez młodzież na pierwszym miejscu spędzania czasu wolnego uplasowała się książka, aż 57% badanych wolny czas spędza na czytaniu książki. To może świadczyć, iż młodzież ma świadomość tego, że dobre wykształcenie w dzisiejszej dobie jest kluczem do dobrego startu w przyszłości. Na drugiej pozycji znajdują się przyjaciele 49%, co również ukazuje, iż grupa rówieśnicza odgrywa ważną rolę w życiu młodego człowieka. Niemal na tym samym poziomie, co przyjaciele, plasuje się środowisko rodzinne – 48%. Stosunkowo wysokie miejsce zajmuje Internet 31%, prawie co trzecia osoba wybiera właśnie Internet na spędzanie czasu wolnego. Ostatnią pozycję zajmuje sport i realizacja własnych pasji tylko 17,3%.

Tabela 5. Jak ważna jest dla Ciebie akceptacja grupy?

Odpowiedzi	N	%
Bardzo ważna	22	29,3
Ważna	34	45,3
Mało ważna	9	12
Nie ma znaczenia	10	13,4
Razem	75	100

Na podstawie wyników z tabeli nr 5 z całą pewnością można stwierdzić, że duże znaczenie u respondentów odgrywa akceptacja grupy rówieśniczej. 45,3% ankietowanych odpowiedziało, że akceptacja grupy jest ważna, a 29,3%, że jest bardzo ważna. Dla 13,4% nie ma znaczenia, a 12% respondentów stwierdziło, że akceptacja grupy jest dla nich mało ważna.

Tabela 6. W jakim celu korzystasz z Internetu?

Odpowiedzi	N	%
Celem sprawdzenia poczty	24	32
Pogrania w sieci	19	25,3
Odnalezienia ważnych informacji	51	68
Nawiązania/podtrzymania kontaktu ze znajomymi	62	82,6
(Inne) Oglądanie filmów, seriali.	14	18,6

Uwaga – wybory wielokrotne

Jednym z głównych celów, dla których młodzież korzysta z Internetu, jak wskazują wyniki z tabeli numer 6, jest nawiązanie lub podtrzymanie kontaktów ze znajomymi (82,6%). Ten wynik ukazuje, jak wielką rolę w dobie dzisiejszej odgrywa Internet w podtrzymywaniu kontaktów interpersonalnych. Drugim celem korzystania z sieci przez młodzież licealną jest odnalezienie ważnych informacji (68%). Na trzeciej pozycji znajduje się potrzeba sprawdzenia poczty (32%). Natomiast w dalszej części Internet wykorzystywany jest do rozrywki, np.: gry online (26%) oraz oglądanie filmów i seriali (19%).

Tabela 7. Czy zdarzyło ci się zawrzeć indywidualną znajomość w Internecie, tzn. ujawnić poznanej osobie swoje sekrety, dane osobowe, adres lub spotkać się z nią/z nim w Realu?

Odpowiedzi	N	%
Tak	36	48
Nie	39	52
Razem	75	100

Połowa (52%) ankietowanych deklaruje, iż nie zawiera znajomości w Internecie. Jednak nie wiele mniej, ponieważ aż 48% respondentów potwierdza zawieranie znajomości w sieci.

Tabela 8. Jeżeli zdarzyło ci się zawrzeć indywidualną znajomość w Internecie, to ile było takich znajomości?

Odpowiedzi	N	%
1-2 osoby	16	21,4
3-7 osób	14	18,6
8-20 osób	3	4
Powyżej 20 osób	3	4
Brak odpowiedzi	39	52
Razem	75	100

Na podstawie zgromadzonych danych możemy stwierdzić, że 21,4% ankietowanych poznaje od 1-2 osób w sieci, 18,6% poznaje od 3-7 osób, natomiast 4% poznaje od 8-20 osób i taki sam odsetek 4% poznaje powyżej 20 osób przez Internet. Interesujący jest fakt, że ponad połowa respondentów 52% wogóle nie nawiązuje znajomości w sieci.

Tabela 9. Czy znajomości z Internetu kontynuujesz w realnym świecie?

Odpowiedzi	N	%
Tak	25	33,3
Nie	11	14,7
Brak odpowiedzi	39	52
Razem	75	100

Z 48% ankietowanych, którzy nawiązują znajomości przez Internet, 33,3% kontynuuje je w realnym świecie, ten wynik potwierdza znaczenie Internetu w nawiązywaniu kontaktów interpersonalnych. Natomiast 14,7% zawiera znajomości w sieci, ale ich nie kontynuuje w „realu”. 52% badanych zaznaczyło brak odpowiedzi, są to osoby, które nie zawierają znajomości w sieci (patrz tabela nr 7).

Tabela 10. Czy i w jaki sposób zawarte znajomości się zakończyły (zaznacz jedną lub kilka odpowiedzi)?

Odpowiedzi	N	%
Wygasły	8	10,6
Nie byłem/byłam z nich zadowolony/na i zostały zerwane	6	8
Przerodziły się w przyjaźń	12	16
Jesteśmy razem	7	9,3
Spotykamy się od czasu do czasu	10	13,3
Utrzymujemy kontakt tylko w sieci	13	17,3
Brak odpowiedzi	39	52

Uwaga – wybory wielokrotne

Analizując kolejne dane, można stwierdzić, że ze znajomości zawartych przez Internet 17,3% utrzymywanych jest tylko w sieci. 16% przerodziło się w przyjaźń, 13,3% spotyka się tylko od czasu do czasu, a 9,3% z nich połączyła się w pary. Co dziesiąty (10%) badany twierdzi, że znajomość wygasła, natomiast 8% uczniów zerwała znajomość z powodu niezadowolenia.

Tabela 11. Czym znajomości wirtualne różnią się od znajomości pochodzących z realnego świata w sensie pozytywnym?

Odpowiedzi	N	%
Brak dystansu	28	37,3
Anonimowość	19	25,3
Są mniej zobowiązujące	39	52
Dają więcej możliwości koloryzowania niż w realnym świecie	7	9,3
Łatwiej zerwać takie znajomości	29	38,6
Łatwiej kogoś obrazić	8	10,6

Uwaga – wybory wielokrotne

Jako pozytywną cechę znajomości zawartych w sieci ankietowani w 52% uznali, iż są one mniej zobowiązujące od realnych, zaraz po tym wskazali na łatwość zerwania takiej znajomości 38,6%, świadczyć to może, że młodzież nie chętnie angażuje się w dłuższe znajomości. Kolejną zaletą, na jaką wskazu-

ją badani, jest brak dystansu i ograniczeń przestrzennych 37,3. W dalszej części uczniowie wskazują na anonimowość 25,3% i łatwość obrazy drugiej osoby bez ponoszenia konsekwencji 10,6% oraz możliwości koloryzowania w przeciwieństwie do realnego świata 9,3%.

Tabela 12. Czym znajomości wirtualne różnią się od znajomości pochodzących z realnego świata w sensie negatywnym?

Odpowiedzi	N	%
Są ryzykowne	51	68
Nie można zweryfikować przekazanych informacji	31	41,3
Można być nękanym	26	34,6
Można zostać obrażonym	17	22,6

Uwaga – wybory wielokrotne

Na podstawie zgromadzonych danych dotyczących różnic w znajomościach wirtualnych, a znajomościach realnych w sensie negatywnym, badana młodzież przede wszystkim wskazuje na ryzyko niepewności, z kim się rozmawia 68%. Następnie respondenci zwracają uwagę na niemożność weryfikacji przekazywanych informacji 41,3%. W dalszej części wskazują na możliwość bycia nękanym przez innych 34,6%, oraz na fakt, że można zostać obrażonym i pomówionym 22,6%.

Tabela 13. Czy znajomości zawarte w sieci zastępują ci przyjaciół z realnego świata?

Odpowiedzi	N	%
Tak	5	6,7
Nie	70	93,3
Razem	75	100

Pomimo, iż 48% ankietowanych odpowiedziało, że zawiera znajomości w sieci (tabela 7), to jednak tabela numer 13 potwierdza, że w większości przypadków, bo aż 93,3% znajomości zawarte w sieci nie zastępują badanym znajomości zawartych w realnym świecie. Biorąc pod uwagę, że cyfryzacja naszej rzeczywistości jest w ciągłym rozwoju, można by powiedzieć, że z jednej strony to tylko, z drugiej zaś – aż 6,6% ankietowanych deklaruje, że znajomości, które zawarli w sieci, są w stanie zastąpić im przyjaciół z realnego świata.

Tabela 14. Czy bez dostępu do Internetu czujesz się samotny/samotna?

Odpowiedzi	N	%
Tak	5	6,7
Nie	51	68
Czasami	19	25,3
Razem	75	100

Dokonując analizy danych zawartych w tabeli 14, możemy stwierdzić, że dla większości badanych (68%) brak dostępu do Internetu nie powoduje, że czują się samotnie. Natomiast 25,3% respondentów deklaruje jednak, że czasami odczuwa samotność. Jedynie 6,7% uczniów bez dostępu do Internetu stanowczo czuje się samotnie. Można by założyć, iż osoby, które odczuwają potrzebę bycia w sieci mogą mieć trudności w nawiązywaniu znajomości w realnym świecie.

Tabela 15. Zdarza Ci się zaniedbać swoje obowiązki poprzez nadmierne przebywanie w sieci?

Odpowiedzi	N	%
Nigdy	16	21,4
Raz w roku	13	17,3
Raz w miesiącu	13	17,3
Raz w tygodniu	12	16
Notorycznie	21	28
Razem	75	100

Z uzyskanych danych wynika, iż 28% ankietowanych notorycznie zaniedbuje swoje obowiązki poprzez nadmierne przebywanie w sieci. Wprost przeciwnie, 21,4% badanych deklaruje, że nigdy nie dochodzi do zaniedbań obowiązków poprzez nadmierne przebywanie w sieci. Raz w roku swoje obowiązki zaniedbuje (17,3%) ankietowanych i taki sam odsetek ankietowanych 17,3% zaniedbuje swoje obowiązki raz w miesiącu. Natomiast raz w tygodniu 16% zaniedbuje swoje obowiązki z powodu nadmiernego przebywania w sieci. Warto podkreślić, że co rok rośnie liczba nastolatków, którzy surfują w Internecie.

Tabela 16. Jeśli tak, to jakie obowiązki zaniedbałeś/aś z powodu Internetu?

Odpowiedzi	N	%
Naukę i przygotowanie się do zajęć	42	56
Obowiązki domowe	35	46,6
Relacje z rodzicami i rodzeństwem	8	10,6
Obowiązek uczęszczania do szkoły	5	6,7
Brak odpowiedzi	16	21,3

Uwaga – wybory wielokrotne

Najwięcej ankietowanych z powodu nadmiernego przebywania w sieci zaniedbuje obowiązek nauki i przygotowanie się do zajęć 56%. Następnie zaniedbywane są obowiązki domowe (46,6%) jak i relacje z rodzicami i rodzeństwem 10,6%. W najmniejszym stopniu, bo jedynie 6,7% badanych deklaruje zaniedbywanie uczestnictwa w zajęciach szkolnych. Zastanawiający jest fakt, że 21,3% nie udzieliło odpowiedzi.

Tabela 17. Czy ktoś z twoich bliskich zarzucił Ci zbyt częste przebywanie w sieci?

Odpowiedzi	N	%
Tak	33	44
Nie	42	56
Razem	75	100

Z przeprowadzonych badań wynika, że prawie co drugiej osobie bliscy zarzucają zbyt częste przebywanie w sieci (44% ankietowanych). Natomiast 56% badanych nikt nie zarzucił zbyt częstego przebywania w sieci.

Tabela 18. Jeśli ktoś z twoich bliskich zarzucił Ci zbyt częste przebywanie w sieci, to z jakiego powodu?

Odpowiedzi	N	%
Nie miałeś/eś dla nich czasu	20	26,6
Nie przyszedłeś/przysłaś na umówione spotkanie	2	2,6
Nie dotrzymałeś/aś słowa	11	14,6
Zawiodłeś/aś w ważnej sprawie	5	6,7
Brak odpowiedzi	42	56

Uwaga – wybory wielokrotne

Na podstawie zgromadzonych danych możemy stwierdzić, że bliscy ankietowanych zarzucali im w związku z częstym przebywaniem w sieci: brak czasu dla nich (26,6 %), niedotrzymanie słowa (14,6%), zawód w ważnej sprawie (6,7%) oraz nieprzybycie na umówione spotkanie (2,6%). Interesujący jest fakt, że 56% respondentów nie udzieliło odpowiedzi.

Tabela 19. Jeśli masz problem w nauce, to gdzie szukasz pomocy?

Odpowiedzi	N	%
W grupie rodzinnej	25	33,3
Wśród kolegów ze szkoły	38	50,6
W Internecie	45	60
Środowisku nauczycieli	13	17,3

Uwaga – wybory wielokrotne

Z analizy danych zawartych w tabeli nr 19 wynika, że uczniowie mając problemy w nauce, najczęściej rozwiązania – pomocy szukają w Internecie (60%), w dalszej części znajdują się koledzy ze szkoły (50,6%), a następnie jest grupa rodzinna (33%) i dopiero na końcu znajduje się środowisko nauczycieli (17%). Warto w tym miejscu zadać sobie pytanie, dlaczego nauczyciele, którzy mogliby pomóc w rozwiązywaniu problemów w nauce, wymieniani są przez uczniów na samym końcu.

Tabela 20. Czy twoi rodzice kontrolują to, w jakim celu korzystasz z komputera?

Odpowiedzi	N	%
Często	5	6,7
Czasami	7	9,3
Sporadycznie	17	22,7
Nigdy	46	61,3
Razem	75	100

Ponad połowa ankietowanych deklaruje, że rodzice nigdy nie kontrolują tego, w jakim celu korzystają z komputera (61,3%), natomiast 22,7% kontroluje sporadycznie. Ponadto respondenci twierdzą, że tylko 9,3% rodziców czasami kontroluje, w jakim celu korzysta z komputera, a 6,7% robi to często.

Tabela 21. Czy uważasz, że od Internetu można się uzależnić?

Odpowiedzi	N	%
Tak	66	88
Nie	4	5,3
Nie wiem	5	6,7
Razem	75	100

Z uzyskanych danych wynika, że 88% uczniów uważa, iż od Internetu można się uzależnić, a jedynie 5,3% uważa, że nie. Natomiast 6,7% badanych deklaruje, że nie wie czy od Internetu można się uzależnić.

Tabela 22. Jakie według Ciebie są objawy uzależnienia od Internetu?

Odpowiedzi	N	%
Zmęczenie z powodu niewyspania spowodowanego przesiadywaniem w sieci	37	49,3
Zaniedbywanie swoich obowiązków zarówno szkolnych, jak i domowych	52	69,3
Nieuczęszczanie do szkoły	32	42,6
Brak czasu dla środowiska rodzinnego jak i przyjaciół	46	61,3

Uwaga – wybory wielokrotne

Najczęściej wymienianym przez respondentów objawem uzależnienia się od Internetu jest zaniedbywanie swoich obowiązków (69,3%). Następnie jest brak czasu dla środowiska rodzinnego, jak i przyjaciół (61,3%). W dalszej części ankietowani wskazali zmęczenie z powodu niewyspania spowodowanego przesiadywaniem w sieci (49,3%) oraz nieuczęszczanie do szkoły (42,6%).

Tabela 23. Jak długo potrafiłbyś/potrafiłabyś wytrzymać bez Internetu?

Odpowiedzi	N	%
Miesiąc	16	21,3
Dwa tygodnie	10	13,3
Tydzień	15	20
Jeden dzień	12	16
Nie potrafiłbym	5	6,7
Trudno powiedzieć	17	22,7
Razem	75	100

Dla 22,7% ankietowanych trudno było określić, jak długo mogliby funkcjonować bez Internetu. Miesiąc bez Internetu mogłoby funkcjonować 21,3% badanych, a niewiele mniej, bo 20% zadeklarowało okres tygodnia bez Internetu. Około 16% respondentów stwierdziło, że wytrzymałoby tylko jeden dzień, a 13,3% dwa tygodnie. Jedynie 6,7% ankietowanych zadeklarowało, że bez Internetu nie potrafiliby wytrzymać nawet jednego dnia. Warto podkreślić, że jest to stała liczba 5 osób, które nie potrafiłyby funkcjonować bez Internetu, czułyby się samotne bez dostępu do Internetu (tabela nr 14) i na pytanie, czy znajomości zawarte w sieci zastępują ci przyjaciół z realnego świata, odpowiedzieli tak (5 osób tabela nr 13). Na bazie zebranych danych można wnioskować, że są to te same osoby, które mogą preferować znajomości w sieci od tych z realnego świata.

Podsumowanie i wnioski

Internet jest bogatym źródłem wiedzy, zawierającym wiele cennych informacji, jak również wirtualnym miejscem rozrywki i narzędziem do zawierania nowych znajomości [Maj, Dudek 2014]. Obok szerokich możliwości, jakie stawia przed swoimi użytkownikami, stanowi jednocześnie poważne zagrożenie.

Zebrane dane oraz przeprowadzona ich dogłębna analiza pozwoliły na udzielenie odpowiedzi na postawione pytania w pracy.

Po pierwsze – Czy młodzież licealna nawiązuje znajomości w sieci? Na bazie zgromadzonych danych możemy stwierdzić, że młodzież licealna nawiązuje znajomości w sieci. O powyższym fakcie świadczyć mogą odpowiedzi ankietowanej młodzieży na postawione pytania. „W jakim celu korzystają z Internetu?” (tab. 6). Aż 82,6% z nich odpowiedziało, iż z Internetu korzystają w celu nawiązania znajomości w sieci. Kolejne pytanie dotyczyło „Czy zdarzyło ci się zawrzeć indywidualną znajomość w Internecie?” (tab. 7). Prawie połowa, bo 48% respondentów udzieliło odpowiedzi twierdzącej. W dalszej części badani mieli odpowiedzieć na pytanie „Czy znajomości z Internetu kontynuujesz w realnym świecie?” (tab. 9). Odpowiedź twierdzącą udzieliło 33,3% uczniów. W związku z rosnącym zainteresowaniem, społecznymi aspektami komunikacji pomiędzy użytkownikami Internetu, coraz więcej młodzieży decyduje się na zawieranie znajomości za pośrednictwem sieci. Mimo że komunikacja internetowa wciąż pozostaje w tyle do rzeczywistej, to wielu ludzi dostrzega jej liczne zalety.

Drugie pytanie dotyczyło – Czy znajomości nawiązane w sieci zastępują przyjaciół z realnego świata? Udzielając odpowiedzi na to pytanie należy zauważyć, że aż 93,3% badanych stwierdziło, że znajomości zawarte w sieci nie zastępują im przyjaciół z realnego świata (tab. 13). Ten fakt jest bardzo budujący, że młodzież licealna potrafi racjonalnie oddzielać realny świat od anonimowej sieci internetowej. Ponadto należy pamiętać, że 48% badanych udzieliło konkretnie twierdzącej odpowiedzi, że zdarzyło im się zawrzeć indywidualną znajomość w Internecie (tab. 7). Pomimo tego, że respondenci nie zastępują sobie przyjaciół z realnego świata znajomymi z sieci, to istotne wydaje się stwierdzenie, że w większości młodzież swój wolny czas poświęca jednak portalom internetowym typu NK czy Facebook. Wydaje się, że może na to mieć wpływ globalność Internetu i to, w jaki sposób stał się on powszechny w dzisiejszych czasach. Młodzi ludzie szukają rozwiązań swoich problemów w sieci, na różnych portalach temu poświęconych, zamiast porozmawiać o tym z rodzicami. Okazuje się, że rozwiązywanie problemów w Internecie jest o tyle prostsze, że można to zrobić bez kontaktu wzrokowego, bez okazywania bieżących emocji, a nawet często nie znając swojego rozmówcy i po prostu wyżalić się jednorazowo. Kontakty rodzinne ograniczają się do spraw bieżących, często związanych ze szkołą, ze sprawdzianami, ocenami. Młodzież nie ma potrzeby rozmowy z rodzicami o przyjaciołach, o miłości, woli się tym podzielić z koleżanką lub kolegą w Internecie. Kolejnym pytaniem, na które chcieliśmy udzielić odpowiedzi, to: – W jaki sposób Internet wpływa na relacje interpersonalne młodzieży licealnej? Zebrane dane pozwoliły na stwierdzenie, że Internet znacząco wpływa na relacje interpersonalne młodzieży. Dane zawarte w tab. 18 wskazują na fakt, że częste przebywanie w sieci powoduje brak czasu dla bliskich (26,6%), niedotrzymanie słowa (14,6%), a nawet sprawienie zawodu w ważnych sprawach

(6,7%). W dalszej części należy zwrócić uwagę, że ankietowani bez dostępu do Internetu czują się czasami samotni (25,3%) (tab. 14). Ponadto respondenci twierdzą, że do zalet komunikowania się za pośrednictwem Internetu (tab. 11) należy zawieranie znajomości mniej zobowiązujących (52%), brak dystansu (37,3%), łatwość zerwania znajomości (38,6%) oraz anonimowość (25,3%), która jest przydatna w nawiązywaniu nowych znajomości szczególnie ludziom mało odważnym i wstydliwym. Dużo łatwiej jest napisać do kogoś na czacie, niż podejść do obcej osoby, ponieważ konsekwencje odrzucenia są tu znacznie mniejsze. Nie trzeba się martwić, że potem ktoś będzie wytykał kogoś palcem, kiedy komuś coś pójdzie nie tak w trakcie rozmowy. Poza tym młodzież dąży także do bezpośredniej komunikacji internetowej, młodzi ludzie coraz częściej używają kamer internetowych i komunikatorów głosowych. Jednak nie ulega wątpliwości, że o atrakcyjności kontaktów w sieci w dużej mierze decyduje anonimowość. Młodzi ludzie bardziej otwierają się w dyskusji w sieci niż twarzą w twarz. Pisanie w sieci do nieznanym nam osobiście osoby to tak jak pisanie swojego pamiętnika. Na atrakcyjność komunikacji w Internecie wpływa również jej szeroki zasięg oraz duża rola wyobraźni w postrzeganiu osoby po drugiej stronie w sieci. Młodzi ludzie uważają, że o wiele łatwiej jest zrobić coś w Internecie, ponieważ dostęp do tych ludzi jest większy i szybciej można ustalić, czy ktoś jest do nas podobny, oraz zauważyć inne pożądane cechy.

Zastraszające jest to, że kontakty internetowe są dużo atrakcyjniejsze i bardziej emocjonalne dla młodych ludzi i nie tylko, niż te w tradycyjnej formie. Ponadto należy zwrócić uwagę, że z biegiem czasu mogą one całkowicie zdominować sferę komunikacji międzyludzkiej. Nieustanne przesiadywanie na Facebooku, ciągłe sprawdzanie elektronicznej poczty czy godziny spędzone na komputerowych grach online, to jedno z największych, współczesnych zagrożeń dla związków międzyludzkich. Nowoczesne technologie, choć zbliżają nas do świata, mogą jednocześnie oddalać od bliskich nam osób. Ludzie często wstydzą się rozmawiać na trudne tematy. Utrudnia to nawiązanie szczerej relacji z człowiekiem.

Komunikowanie się przez komunikatory nie zastąpi prawdziwych relacji z przyjacielem [Mura, Dudek 2010]. Choć dużo młodych osób uważa, że poznanie ludzi przez Internet jest prostsze i czują się bardziej swobodnie. Dużo młodych ludzi poznaje ludzi za pośrednictwem Internetu. Traktuje ich jak przyjaciół, którym się zwierza, bo ma pewność, że nie spotka tych ludzi w świecie realnym

Świat wirtualny stał się uzupełnieniem świata realnego, lub nawet alternatywą, która mogłaby w zupełności zastąpić normalne nawiązywanie relacji międzyludzkich. Świat wirtualny daje nam wiele możliwości, narzędzi do porozumiewania się z ludźmi. Każde to narzędzie może służyć i jest przeznaczo-

ne do nawiązywania kontaktu w konkretnej sprawie. Za pomocą stron internetowych, poczty elektronicznej możemy dokonywać zakupów, załatwiać różne sprawy formalne, urzędowe, bankowe – po drugiej stronie stoją ludzie, którzy nie są nam bliscy, jest to oficjalny styl komunikacji. Inaczej porozumiewamy się ze znajomymi, poprzez komunikatory czy portale społecznościowe. Tak samo jest z nieznanymi, z którymi możemy nawiązać niezależny kontakt.

Młodzi ludzie bardzo dużo czasu spędzają siedząc przy komputerach i w ten sposób prowadzą swoje życie towarzyskie. Część z nich poświęca nawet więcej czasu na wirtualną komunikację, niż normalne spotkanie się ze znajomymi. Wpływ na to ma na pewno nasz charakter, skłonności do introwertyzmu lub ekstrawertyzmu. Osoby, które załatwiają wszystkie sprawy poprzez Internet mogą mieć problemy w zrealizowaniu tego samego w świecie realnym, lub po prostu nie wiedzieć i nie umieć o coś zapytać, jak podejść do drugiego człowieka. W wirtualnym świecie nie trzeba zbytnio się natrudzić aby coś wyrazić w odpowiedni zrozumiały sposób. Jest czas, aby się zastanowić, napisać, ewentualnie nawet zmienić coś w swojej wypowiedzi i przesłać. Trudno okazać w ten sposób uczucia, swoje samopoczucie w takiej wirtualnej rozmowie, a na pewno nie widać problemów z komunikacją. W rozmowie realnej trzeba potrafić mówić, wyrażać swoje myśli i uczucia, i umieć panować nad nimi. Ponadto można stwierdzić, że osoby nadużywające i uciekające tylko do wirtualnego świata komunikacji mogą mieć problemy z normalnym życiem w społeczeństwie. Ludzie powinni pamiętać, że nic nie zastąpi spotkania z człowiekiem twarzą w twarz i że jest to najpełniejsze nawiązywanie relacji. Trzeba uświadamiać to młodym ludziom i zachęcać do aktywnego życia w realnym świecie. Trudno jest sobie wyobrazić szczęśliwego człowieka, który porozumiewałby się tylko z innymi poprzez Internet. Tak naprawdę taki człowiek byłby pomimo wielu kontaktów bardzo samotny, a tym samym nieszczęśliwy.

Dynamiczny rozwój Sieci zmienia świat. Stał się przyczyną ogromnych społecznych zmian i prawie zdominował kulturę masową. Nawet mimo woli człowiek został zniewolony przez nowoczesne, masowe środki komunikacji i sposób, w jaki serwuje mu się tą drogą informacje. Zjawisko takie jak Internet umożliwia komunikację i dostęp do informacji na bardzo szeroką, niespotykaną dotychczas skalę. Coraz mniej istotne w porozumiewaniu się i przekazywaniu wiedzy stają się czynniki takie jak odległość. Wszystkie dziedziny i formy aktywności społecznej łączą się na fundamencie tworzonym przez rozwój i ekspansję technologii informacyjno-komunikacyjnych. Interaktywne cyfrowe media coraz częściej występują w roli narzędzi pośredniczących w relacjach ze światem, w tym także w kontaktach międzyludzkich. Informacja oraz dostęp do niej odgrywają coraz większą rolę. W wielu profesjach przeoczenie jakiejś wiadomości oznacza porażkę, a życie off-line odbierane jest jako skaza-

nie się na odrzucenie i brak akceptacji. Zamiast żywymi ludźmi, otaczamy się wynalazkami i nawet nie zauważamy, jak przejmują nad nami kontrolę. Rozwój społeczeństwa informacyjnego wydaje się niepowstrzymany, a z pewnych przyczyn także pożądany. Można w tej sytuacji jedynie dbać o to, aby rozwój ten przybierał oczekiwane formy.

Rozważając plusy i minusy komunikacji internetowej, należy zwracać uwagę młodym ludziom na zagrożenia płynące z Internetu, na istotę upływającego czasu, który często dobrze jest wykorzystać na podwórku, po prostu grając w piłkę z innymi dziećmi. Problem związany z wpływem Internetu nigdy nie będzie rozwiązany, coraz częściej będziemy korzystać z tzw. zdalnej pracy (telepracy), co pozwoli nam na m.in. lepszą opiekę nad dziećmi. Oczywiście znajdą się tacy, którzy będą się źle czuć bez motywacji pracując w odosobnieniu, jednak wszystko wskazuje, iż znowu będziemy musieli się dopasować do nadchodzących nieuchronnie zmian. Być może nasze wnuki nie będą korzystały już z tradycyjnej szkoły, a e-learning stanie się standardem. Tylko czy w ten sposób nie pozbawimy ich najlepszych wspomnień z dzieciństwa? Tych pytań jest jeszcze więcej i chyba nie szybko znajdziemy na nie odpowiedzi, które zadowolą wszystkich.

Literatura

- Barańska A., 2003, Komputer w teorii kształcenia wielostronnego. „Edukacja i dialog” nr 2.
- Braun-Gałkowska M., 2003, *Oddziaływanie Internetu na psychikę dzieci i młodzieży*, „Edukacja medialna” nr 3.
- Castells M., 2007, *Społeczeństwo sieci*, Warszawa.
- Cooley Ch., 1909, *Social Organization*, New York.
- Dewey J., 1916, *Demokracja i wychowanie*, New York.
- Dobek-Ostrowska B., *Podstawy komunikowania społecznego*, Wrocław 2006.
- Dudek M., Dolinska E., *The impact of advertisements on pre-school children* [in:] „VI-SNYK OF THE LVIV UNIVERSITY – Series Sociology” Issue 12, 2018.
- Geekowski F., Już 26 mln Polaków korzysta z globalnej sieci (dostęp: 18.03.2016). Dostępny w Internecie: <http://www.geekweek.pl/aktualnosci/25828/>
- Giddens A., 2008, *Socjologia*, Warszawa.
- Griffiths M., 2004, *Gry i hazard: uzależnienia dzieci w okresie dorastania* / przeł. Sawicka-Chrapkiewicz A. [w:] *Uzależnienie od mediów i nowoczesnych urządzeń technicznych*, Gdańsk.
- Król-Fijewska M., 1993, *Stanowczo, łagodnie, bez lęku – czyli 13 wykładów o asertywności*, Warszawa.

- Maj A., Dudek M., *Media Pedagogy As A Sub-Discipline Of Pedagogy*, (in:) H. Rarot, M. Śniadkowski [ed.], *Visual Thinking – Visual Culture – Visual Pedagogy*. Politechnika Lubelska, Lublin 2014.
- Matuszczyk M., Uzależnienie od Internetu. „Biuletyn Elektroniczny Psychiatrii Online” 2000 nr 9 (data dostępu 22.11.2000).
- Międzynarodowa Statystyczna Klasyfikacja Chorób i Problemów Zdrowotnych – X Rewizja, Tom I, wydanie 2008.
- Murat M., Dudek M., 2010, *Media kreatorem metaprzestrzeni – pomiędzy być a mieć. W poszukiwaniu nowej tożsamości* [w:] Łukasik-Turecka A. [red.], *Reklama w społeczeństwie. Społeczeństwo w reklamie*. Wydawnictwo Wyższa Szkoła Nauk Społecznych w Lublinie.
- Nęcki Z., 2000, *Komunikacja międzyludzka*, Kraków.
- Polska: wyniki badania World Internet Project za 2013 r. (dostęp: 07-12.11.2013). Dostępny w Internecie: www.marketing-news.pl
- Potocki A., Winkler R., Żbikowska A., *Techniki komunikacji w organizacjach gospodarczych*, Warszawa 2003.
- Rostkowska M., 1997, *Komputer zagrożeniem dla młodzieży!* „Komputer w szkole” nr 4.
- Stankiewicz J., 1999, *Komunikowanie się w organizacji*, Wrocław.
- Szymańska J., 2002, *Komputer jak narkotyk*. „Remedium” nr 10.
- Tabor S., 2003, *Wpływ komputera na zdrowie ucznia*. „Edukacja i dialog” nr 2.
- Wąglowski P., Dziecko a Internet. Szanse – zagrożenia (dostęp: 16.08.2005). Dostępny w Internecie: http://vagla.pl/skrypts/dziecko_a_internet.htm
- Wachoł M., Internet – nowe uzależnienie?! (dostęp: 16.08.2017). Dostępny w Internecie: <http://www.psp5.pionki.pl/tsecret/noueu/noueu.html>
- Wójcik S., 2012, *Problem nadużywania Internetu* [w:] Figurska O., *Nadmierne korzystanie z komputera i Internetu przez dzieci i młodzież*, Warszawa.