

Beata ZAJĘCKA

Internet – przyjaciół czy wróg współczesnej młodzieży?

Czym tak naprawdę jest Internet? To nasz przyjaciel czy może wróg? To My go tworzymy czy też „On” kreuje Nas i przejmuje nad Nami władzę? Takie i wiele podobnych pytań możemy sobie stawiać i godzinami nad nimi rozprawiać. Wielu z Nas niejednokrotnie zadaje sobie takie pytania, dopiero stając w obliczu nowego potężnego medium rządzącego się własnymi prawami i tętniącego własnym wirtualnym życiem.

Olbrzymia – stale rosnąca – popularność, wszechstronność, nowoczesność, multimedialność to tylko jedne z licznych przymiotów cechujących internetową cyberprzestrzeń. Z dnia na dzień, z minuty na minutę medium to ulega przeobrażeniom, rozprzestrzenianiu się na coraz to głębsze pokłady ludzkiej egzystencji. W dzisiejszych czasach trudno się bez niego obejść. Jego brak w niektórych dziedzinach życia staje się nieraz przeszkodą czy barierą, przez którą trudno przebrnąć, by osiągnąć cel. Internet „spotykamy” w swoim życiu na każdym kroku: w szkole, pracy, sklepie, bibliotece. Przez te krótkie lata swojego istnienia „zdążył już” utworzyć swego rodzaju interaktywną relację, „powodując, że Internet rozwija możliwości człowieka i jest produktem tego rozwoju”¹. Brak dostępności może prowadzić w dzisiejszych czasach do wykluczenia, bo to właśnie dostęp, umiejętność i sposób korzystania twórczego czy odtwórczego ma wpływ na zwiększenie lub zmniejszenie szans życiowych użytkownika². Sieć Internetu łączy ze sobą różne cechy, między innymi radia, telewizji, prasy, dlatego też wygodniejszym jest dla współczesnego społeczeństwa korzystanie ze środka przekazu, zawierającego w jednym miejscu to wszystko, co potrzebne, a przede

¹ B. Aouil, *Komunikowanie się w Internecie – narzędzia, specyfika i własności*, [w:] *Komunikacja społeczna w świecie wirtualnym*, red. M. Wawrzak-Chodaczek, Toruń 2008, s. 11.

² A. Rękawek, *Jak stawiać czoło rzeczywistości wirtualnej?*, „Dyrektor Szkoły” 2005, nr 139/140 (7/8), s. 100–103.

wszystkim dostępnego „za jednym kliknięciem myszki”. Radio potrzebowało 35 lat, by zdobyć 50 mln słuchaczy; telewizji zabrało 13 lat, by osiągnąć taką liczbę widzów, a Internetowi tylko 4 lata, by skupić wokół siebie tylu internautów³.

Internet wyróżnia się spośród tradycyjnych mediów, choć tak samo jak one jest nośnikiem informacji, wiedzy, środkiem przekazu, gromadzenia danych i informacji. Rzeczywistość wirtualna niewątpliwie pretenduje do zasłużonego miana medium o charakterze ponadnarodowym, a nawet ponadkontynentalnym⁴. Gdzie jest więc jego miejsce? Czy istnieje jeszcze granica dzieląca dwa światy: rzeczywistości realnej i wirtualnej? Internet nie tylko stał się narzędziem pracy czy rozrywki. Stał się naturalnym tłem życia codziennego⁵.

Sieć internetowa daje możliwość podłączenia się w zasadzie z dowolnego miejsca na Ziemi. Komunikujący się jest w stanie dostarczać informacje łączącym się z dowolnego miejsca i w dowolnym czasie. Kontakty mogą mieć postać prowadzonych w czasie rzeczywistym rozmów z użytkownikami nawet geograficznie bardzo oddalonymi. Ważne jest też, iż komunikacja może mieć charakter multimedialny, wykorzystując obraz, dźwięk i tekst. Ponadto Internet nie ma wyznaczonych godzin otwarcia, działa 24 godziny na dobę. Bez przerwy możliwy jest dostęp do informacji na stronach internetowych, forach dyskusyjnych, czatach, możemy korzystać z komunikatorów, poczty elektronicznej, itp.⁶

Jednymi z najczęściej wymienianych cech charakterystycznych sieci są:

- tani sposób komunikacji,
- możliwość autoprezentacji,
- brak ograniczeń czasowych, dostępna anonimowość,
- szybkość, łatwość wysyłania i wymiany informacji,
- możliwość interaktywności, czyli komunikacji obustronnej,
- przynależność do specyficznej społeczności sieci oraz komunikacja za jej pomocą,
- przetwarzanie informacji na wiele sposobów, w dowolnym czasie i miejscu,
- dostępność niezależna od różnic kulturowych,
- możliwość stałego kontaktu z osobami, środowiskami, realnie oddalonymi,
- ułatwiony dostęp do zasobów edukacyjnych i innych potrzebnych materiałów,
- możliwość poszerzania wiedzy o różne ciekawostki, nowinki⁷.

Oczywiście to tylko kilka cech, jest ich o wiele więcej, są one uzależnione od grupy docelowej, sposobu, jak i powodów, dla których korzystamy z sieci.

³ J. Dobrołowicz, *Jak zapobiegać zagrożeniom płynącym z sieci*, „Nauczanie Początkowe” 2008/2009 (1), s. 15–20.

⁴ M. Lotko, *Komunikacja internetowa i nowe środowiska psychokulturowe*, „Języki Obce w Szkole” 2003, nr 239(4), s. 71–75.

⁵ J.A. Bargh, K.Y.A. McKenna, *Internet a życie społeczne*, [w:] *Internet a psychologia: możliwości i zagrożenia*, red. W.J. Paluchowski, Warszawa 2009, s. 25–45.

⁶ C. Guerreschi, *Nowe uzależnienia*, Kraków 2006, s. 26–118.

⁷ Por. B. Aouil, dz. cyt., s. 11–40; I. Pulak, *Dziecięcy świat w Internecie – potrzeby i niebezpieczeństwa*, [w:] *Dziecko w świecie wiedzy, informacji i komunikacji*, red. S. Juszczak, I. Polewicz, Toruń 2006, s. 229–237.

Specyfika tej rzeczywistości rośnie do rozmiarów, których nigdy nie będzie można poznać w pełni.

Internet jest tzw. „skarbnicą wszystkiego i niczego”, każdy krok pozostawia w nim swój niezniszczalny ślad. Jak każdy wytwór ludzki ma swoje złe i dobre strony, ma swoich fanów, a także wrogów, daje możliwości, jak i sieje zagrożenie. Człowiek wykorzystuje Internet w różnych celach. Ze względu, iż stał się on jego „towarzyszem” w codziennym życiu, służy praktycznie wszystkim. Codziennie powstają nowe udogodnienia. Obecnie nie sposób skupić się na wszystkich dziedzinach, w których funkcjonuje. Nieustannie medium to się rozrasta i poszerza swoje horyzonty. Miejsce, czas czy forma właściwie w cyberprzestrzeni nie istnieją – świat rzeczywistości wirtualnej daje nieograniczone możliwości swoim użytkownikom, tak jak i rzeczywistość prawdziwa⁸.

Internet, z którego najczęściej korzysta młodzież, może mieć na nią pozytywny wpływ. Upowszechnia wiedzę na temat wartościowych form zachowań i stylu życia czy też dzięki masmediom jednostka zdobywa wiedzę na interesujące ją tematy. Komputer jest urządzeniem, które może skutecznie zainteresować odbiorcę. Jego atrakcyjność objawia się tym, że używanie sprzętu wydłuża czas koncentracji uwagi. Podczas prezentacji słownej zostaje zapamiętane około 20% informacji, natomiast przy udziale wzroku 30%. Aż 40% informacji zostaje zapamiętane przy połączeniu percepcji wzrokowo-słuchowej. Zatem przy użyciu komputera można wzmocnić efekty nauczania⁹.

Cyberkultura wkroczyła w wiele aspektów życia współczesnej jednostki, charakterystyczne są nowe formy spędzania czasu wolnego z wykorzystaniem mediów. Kontakt dziecka z mediami trwa właściwie od samego początku. Dzieciństwo medialne tworzą:

- codzienna obecność w życiu dziecka, nierzadko wielogodzinna, mediów elektronicznych: telewizji, komputera, Internetu, telefonu komórkowego, rzeczywistości wirtualnej,
- zakres korzystania przez dzieci z mediów (czas, pora, częstotliwość, rodzaj i tematyka programów, zainteresowania medialne),
- sposób odbioru mediów,
- charakter relacji dziecko–media,
- skutki tych relacji, a więc określone doświadczenia, przeżycia, oceny, nastawienia, motywy, zachowania, których źródłem są media elektroniczne”¹⁰.

W życiu młodego człowieka czy dziecka komputer może pełnić różne funkcje – być wychowawcą, przyjacielem oraz nauczycielem.

⁸ M. Szpunar, *Spółeczności wirtualne jako nowy typ społeczności – eksplikacja socjologiczna*, „Studia Socjologiczne” 2004, nr 173(2), s. 95–130.

⁹ D. Raś, *Współczesne środki wizualne (komputer i telewizja) jako zagrożenia dla realnych kontaktów z ludźmi*, [w:] *Wybrane zjawiska powodujące zagrożenia społeczne*, red. A. Nowak, Kraków 2000, s. 137–146.

¹⁰ B. Matyjas, *Dzieciństwo w kryzysie. Etiologia zjawiska*, Kraków 2008, s. 92.

Uzależnienie od Internetu – charakterystyka zjawiska

„Rewolucyjna technologia, która zmieni życie człowieka”¹¹ – to stwierdzenie mówi samo za siebie. Nowa technologia, nowy wynalazek, nowe zjawisko – takie i podobne hasła tak pożądane w rozwijającym się cywilizacyjnie kraju, które nieraz potrafią przysłonić prawdziwy obraz rzeczywistości. Niestety, nie wszystko, co nowe, do końca znaczy dobre. Trzeba pamiętać, że oprócz korzyści Internet niesie za sobą zagrożenia, obawy czy kontrowersje. To niezwykle atrakcyjne medium, które stanowi jedną z części naszej codzienności, na tyle stało się powszechne, iż większość ludzi – „wnikając w cyberprzestrzeń” – traci poczucie kontroli, wkraczając tym samym poprzez nadmierne użytkowanie w nadużywanie, a w konsekwencji do uzależnienia od niego.

„Internet” jest jeszcze stosunkowo mało poznany. Wciąż na jaw wychodzą coraz to nowsze fakty. Tak samo jak i wiedza o najczęstszych problemach, które dotyczą coraz to większej liczby użytkowników.

W zakresie pojęcia „sieciologizm” wyróżnia się następujące rodzaje uzależnień:

- erotomanię internetową (*cyber-sexual addiction*, nałogowe poszukiwanie materiałów o treści pornograficznej),
- socjomanię internetową (*cyber-relationship addiction* – zwaną także uzależnieniem od związków wirtualnych, uzależnieniem od kontaktów z ludźmi przez Internet),
- uzależnienie od sieci (*net compulsions*, obsesyjne śledzenie – co się dzieje w Internecie),
- przeciążenie informacyjne (*information overload*, nałogowe przeglądanie baz danych, gorączkowe przerzucanie informacji),
- uzależnienie od komputera (*computer addiction*, przymusowe spędzanie czasu przy komputerze)¹².

Najbardziej znanym spośród nich jest sam problem uzależnienia od Internetu. Czym więc jest uzależnienie od Internetu? Co do niego prowadzi? Jak można zdiagnozować ten problem? Czy można się z tego wyleczyć? Pytań można stawiać wiele, ale niektóre z nich mogą pozostać jeszcze długo bez odpowiedzi.

W *Encyklopedii pedagogicznej XXI wieku*¹³ możemy przeczytać: „Internet Addiction Disorder charakteryzuje się wewnętrznym przymusem «bycia w sieci», któremu według statystyk ulega 18% użytkowników, spędzających w sieci ponad 70 godzin tygodniowo, IAD jest problemem złożonym i niejednorodnym”. Zacytowana definicja jest jedną z wielu. Definicji, która w pełni zobrazowałaby

¹¹ A. Jaszczak, *Poczucie uzależnienia od Internetu a poczucie kontroli u adolescentów*, [w:] *Psychologiczne konteksty Internetu*, red. B. Szmigielska, Kraków 2009, s. 232.

¹² Por. J. Kordziński, *Uzależnienie od Internetu*, „Wychowawca” 2007, nr 170(2), s. 18–21; S. Jaskuła, *Internet – od możliwości do uzależnień*, „Pedagogika Społeczna” 2009, nr 32(2), s. 183–196.

¹³ A. Andrzejewska, *Uzależnienie od mediów cyfrowych*, [w:] *Encyklopedia pedagogiczna XXI wieku*, red. T. Pilch, Warszawa 2007, t. 6, s. 1191.

to zjawisko, problem – brak jest do dnia dzisiejszego. Sam termin „uzależnienia od Internetu” pojawił się już w II połowie lat 90. XX wieku dzięki K. Young, która jako pierwsza zajęła się tą problematyką. Obecnie zjawisko to posiada wiele określeń, ale najczęściej przy próbach definiowania przenosi się wskaźniki uzależnienia substancyjnego na uzależnienie od czynności. Należy też wspomnieć, iż w dalszym ciągu Internet Addiction Disorder – IAD nie zostało uwzględnione w międzynarodowej Klasyfikacji Chorób (ICD-10) oraz Klasyfikacji Zaburzeń Psychicznych Amerykańskiego Towarzystwa Psychiatrycznego (DSM-IV). Problem jednak nie przestaje być jak najbardziej aktualny. Oprócz samego pojęcia uzależnienia mówi się o:

- problematycznym używaniu Internetu,
- patologicznym korzystaniu z Internetu,
- nadmiernym używaniu sieci.

Pojęć tych jednak nie można stosować zamiennie, określają one poszczególne stany – stadia, między innymi, gdy mamy do czynienia z:

- jednoznacznym uzależnieniem,
- z zagrożeniem uzależnieniem,
- z patologicznym wykorzystywaniem Internetu,
- z nadmiernym używaniem sieci¹⁴.

„Uzależnienie od Internetu to nowa pułapka, w którą wpadamy, gdy zaczynamy wierzyć, że coś lub ktoś poza nami samymi wypełni pustkę i lęk, które są w nas – że robi to tym razem Internet”¹⁵. Korzystanie z Internetu to więc nic innego jak poruszanie się po pewnym kontinuum od zdrowego do patologicznego, przez co od prawidłowego korzystania można dojść do uzależnienia¹⁶.

Jak piszą badacze¹⁷, każdy z procesów powstawania uzależnienia ma fazy. Na początku jest zainteresowanie, fascynacja, przyjemność. Stopniowo dochodzi do tego coraz większe poświęcenie czasu oraz – w przypadku braku wykonywanych czynności – myśli natrętne, a nawet frustracja. Kolejnym krokiem ku uzależnieniu jest ograniczanie bądź całkowita rezygnacja z innych form spędzania czasu, działań, kontaktów.

¹⁴ S. Jaskuła, dz. cyt., s. 183–196.

¹⁵ M. Szpunar, M. Świątkiewicz-Mośny, *Niebezpieczna myszka. Uzależnienie od Internetu*, „Wychowanie na Co Dzień” 2006, nr 148/149(1/2), s. 27.

¹⁶ S. Badora, *Kulturowe konteksty mechanizmów uzależnień*, [w:] *Strategie rozwiązywania problemów uzależnień*, red. S. Badora, I. Mudrecka, Opole 2006, s. 15–28.

¹⁷ Por. K. Kaliszewski, *Zagubieni w sieci – czyli o nadmiernym używaniu zasobów i możliwości Internetu*, [w:] *Oblicza współczesnych uzależnień*, red. L. Cierpiałkowska, Poznań 2006, s. 105–117; *Cyberuzależnienia*, red. E. Mastalerz, Kraków 2006, s. 8–11; D. Sarzała, *Cyberprzestrzeń a problem uzależnień*, [w:] *Nowe oblicza uzależnień*, red. E. Łuczak, Olsztyn 2009, s. 135–150; A. Augustynek, *Uzależnienie komputerowe: diagnoza, rozpowszechnienie, terapia*, Warszawa 2010, s. 46.

K. Young¹⁸ dokonała opisu cech charakterystycznych, ukazujących różnice pomiędzy normalnym a patologicznym stosowaniem Internetu. Wyróżniła także trzy fazy prowadzące użytkowników do uzależnienia:

Faza I – zaangażowania – jest to poznanie możliwości, odkrywanie nowej rzeczywistości, zainteresowanie, fascynacja, potrzeba odprężenia, odstresowania się od codzienności, potrzeba kontaktu z innymi, itp.

Faza II – zastępowania – silne odczucia zastępowane redukcją dyskomfortu, coraz silniejsza potrzeba kontynuacji kontaktów, wchodzenie we wspólnoty internetowe, rezygnacja z realiów życia (osób, działań) na rzecz „nowego świata”, itp.

Faza III – ucieczki – pogłębienie uzależnienia, potrzeba stałego kontaktu ze światem wirtualnym, tzw. „całkowita ucieczka od świata realnego”.

J. Moczydłowska¹⁹ opisuje trzy podstawowe sfery, zaczynając od „zielonej strefy”, w której użytkownik nie przejawia predyspozycji do uzależnienia, ponieważ jego korzystanie z Internetu jest znikome i umiarkowane. W „strefie pomarańczowej” znajdują się jednostki, które do maksimum wykorzystywały ofertę przedstawioną przez wirtualny świat, ale w porę ograniczyły użytkowanie komputera. Ostatnią pozycją jest „strefa czerwona”, która należy do osób uzależnionych. Są to jednostki, które nie potrafią wyjść z nałogu bez pomocy osób trzecich. Nie ma możliwości, aby osoba, która znalazła się w strefie czerwonej, powróciła do strefy zielonej. Komputerowcy „to dziwacy, oryginały, indywidualiści. W świetle prefabrykowanych, wytworzonych przez media, nieoryginalnych, metroseksualnych pseudoklonów dziwacy chronią swoją tożsamość, która kształtuje się i woła o pomoc. Bez wsparcia może zakończyć się to destrukcją”²⁰.

Autorzy zajmujący się charakterystyką sieci jako czynnika uzależniającego podają trzy główne powody, przez które Internet staje się tak atrakcyjny i może być przyczyną zaburzeń²¹. Pierwszym powodem jest dostępność Internetu, który staje się coraz powszechniejszy, przez co zwiększa się populacja internautów. Kolejną cechą jest dostępność finansowa, ekonomiczna – polega to na korzystaniu z sieci dzięki spadkowi cen dostawców Internetu. Trzecią cechą jest anonimowość, która zapewnia bezpieczeństwo i powoduje, że ludzie stają się śmielsi w Internecie oraz przejawiają zachowania, niekoniecznie pozytywne, których nie reprezentują w rzeczywistości, jest to tzw. „anonimowa odwaga”.

¹⁸ Por. S. Kozak, *Internetoholizm – uzależnienie od Internetu – zagrożenia dla osobowości dzieci, młodzieży i dorosłych*, [w:] *Patologie wśród dzieci i młodzieży: leczenie i profilaktyka*, Warszawa 2007, s. 28–37.

¹⁹ J. Moczydłowska, *Uzależnienie od komputera i Internetu*, „Problemy Alkoholizmu” 2000, nr 4, dod. „Wychowanie w Trzeźwości”, s. V–VI.

²⁰ A. Woźniak-Krakowian, *Wycofana młodzież. Próba refleksji psychologiczno-socjologicznej*, [w:] *Problemy marginalizacji dzieci i młodzieży*, red. A. Woźniak-Krakowian i inni, Częstochowa 2009, s. 93.

²¹ P. Majchrzak, *Psychospołeczne skutki użytkowania Internetu*, [w:] *Zachowania ryzykowne i szkodliwe dla zdrowia*, red. N. Ogińska-Bulik, Łódź 2010, s. 77–95.

Odnosząc się do wyjaśnień teoretycznych problemu uzależnienia od Internetu, brane są również pod uwagę m.in. wyjaśnienia psychodynamiczne, które opierają się na twierdzeniach, że uzależnienia mają swe źródło w urazach z wczesnego dzieciństwa, występują korelacje pomiędzy pewnymi cechami osobowości, a także dziedziczną podatnością psychiczną. Zgodnie z tą teorią ludzie będą bardziej skłonni do rozwijania uzależnienia od czegoś, niezależnie od tego, czy będzie to alkohol, seks, heroina, zakupy, hazard czy przebywanie w cyberprzestrzeni. Kolejnym aspektem jest wyjaśnienie społeczno-kulturowe – przejawia się w skłonnościach do uzależnień w zależności od płci, wieku, pozycji społeczno-ekonomicznej, narodowości, religii czy kraju zamieszkania. Uzależnienia oparte o teorię behawioralną, wedle której osoba zachowująca się w określony sposób otrzymuje nagrodę lub karę: miłość, ekscytację psychiczną, emocjonalną, materialny komfort. Jeśli Internet zaspokaja potrzeby i pragnienia, to zwiększa się prawdopodobieństwo, iż następnym razem, kiedy internauta poczuje te potrzeby, okażą się one wzmacniające. Ostatnie wyjaśnienie – biomedyczne chromosomy, hormony czy nadwyżka/niedobór pewnych koniecznych substancji chemicznych lub neurotransmiterów, które regulują aktywność mózgu i pozostałej części systemu nerwowego. Może to odnosić się do uzależnienia od Internetu, ponieważ stwarza możliwości zabawy i ekscytacji²².

Ważnym aspektem, który wpływa na uzależnienie od Internetu wśród młodzieży, jest – podobnie jak w przypadku innych uzależnień – możliwość otrzymania nagrody. Potrzeba przynależności i popularności może sprawić, że jednostka częściej zacznie udzielać się na forach, portalach społecznościowych czy chociaż komunikatorach. Otrzymywanie uznania i zainteresowania ze strony znajomych wpłynie na nią pozytywnie i spowoduje jeszcze większą chęć zaistnienia wśród przyjaciół oraz w wirtualnym świecie. Uzyskanie odpowiedniego komentarza od innych użytkowników bądź wygranie w rywalizacji i możliwość poinformowania o tym grona osób (np. Facebook) przyczyni się do tego, że można poczuć się docenionym i popularnym²³.

Istotnymi czynnikami wpływającymi na rozwój powstawania zaburzeń korzystania z sieci jest między innymi:

- „Istnienie i współdziałanie nieodpowiednich konstruktów poznawczych dotyczących przede wszystkim własnej osoby – niskie poczucie własnej wartości i samowystarczalności, obniżona samoocena, niepewność. Jednostka wyrażając się, podkreśla, że najlepiej czuje się w nierealnym świecie i tylko w nim czuje się dobrze i bezpiecznie. Kolejnym czynnikiem jest otoczenie, który ma wielki wpływ na sposób myślenia osoby.
- Podłoże psychopatologiczne – stany depresyjne, lęk społeczny, uzależnienie od substancji psychoaktywnych – są to podłoża, które uważane są za główne powody uciekania w wirtualny świat.

²² M. Szpunar, M. Świątkiewicz-Mośny, dz. cyt., s. 27–30.

²³ K. Grzywińska, *Swoistość uzależnienia od Facebooka jako nowatorska forma patologii społecznej*, [w:] *Oblicza patologii społecznej*, red. S. Bębas, Radom 2011, s. 183–193.

- Czynnikiem, które również sprzyjają patologicznemu korzystaniu z Internetu, są również pospolite stany, jak: odczuwanie nudy, samotność, lęk przed kontaktami interpersonalnymi, trudności w nawiązywaniu znajomości, nieśmiałość oraz izolacja, strach przed odrzuceniem i potrzeba akceptacji. Interholicy poszukują w wirtualnym świecie schronienia przed realnymi zagrożeniami życia codziennego, ponieważ nie radzą sobie z nimi.
- Kolejnym wyznacznikiem mogą być też dodatkowe bodźce, które zwiększają ewentualność zachowania patologicznego²⁴.

Należy wziąć również pod uwagę fakt, że nadmierne korzystanie z Internetu nie jest jedynie zjawiskiem jednowymiarowym. Zawiera wiele rodzajów treści, usług czy możliwości, które mogą zaspokajać potrzeby jednostek. Są użytkownicy, którzy korzystają z Internetu jedynie w celach zdobywania informacji, które mogą wykorzystać, nie biorą jednak udziału w życiu „towarzyskim”, które oferuje sieć, nie nawiązują nowych kontaktów interpersonalnych ani ich nie utrzymują – jest to typ uzależnienia niespołecznego (*non social*). Przeciwnostwem tego rodzaju jest typ społeczny (*social*), który używa Internetu jedynie po to, aby istnieć jako jednostka w wirtualnym świecie, wykorzystuje do tego wszystkie dostępne środki internetowej komunikacji: komunikatory, czaty, fora dyskusyjne, e-maile²⁵. „Korzystanie z sieci umotywowane potrzebami społeczno-emocjonalnymi jest większym zagrożeniem niż użytkowanie komputera jedynie w celach poznawczo-instrumentalnych”²⁶.

Zagrożenia cyberprzestrzeni

Problematyka nadmiernego korzystania z Internetu nabiera szczególnego znaczenia przede wszystkim, gdy dotyczy dzieci i młodzieży. „Internet, jako bezgraniczne źródło różnego rodzaju treści i materiałów, jako niekontrolowany i nieograniczony wirtualny obszar działalności każdej istoty, która ma do niego dostęp, sprawia, że poruszanie się po sieci może być niebezpieczne zwłaszcza, gdy samotnie wędruje po niej dziecko”²⁷. Internet uznawany jest jako najbardziej demokratyczny środek przekazu – między innymi ze względu na brak cenzury zawieranych w nim treści²⁸. Dziecko, odwiedzając cyberprzestrzeń, narażone jest więc przez to na styczność z wieloma niebezpiecznymi treściami. Jako

²⁴ D. Sarzała, *Cyberprzestrzeń a problem uzależnień*, [w:] *Nowe oblicza uzależnień*, red. E. Łuczak, Olsztyn 2009, s. 146–147.

²⁵ P. Stasiński, J. Chodkiewicz, *Uzależnienie od Internetu – problem wirtualny?*, „Świat Problemów” 2005, nr 6/7, s. 45–50.

²⁶ K. Mudyń, *Profile afektywno-emocjonalne uczniów nadużywających i sporadycznie używających Internetu*, „Kultura i Edukacja” 2009, nr 4, s. 70.

²⁷ A. Grabowska, *Internet jako źródło zagrożeń dla dziecka w wieku 13 lat w świetle badań własnych*, „Lider” 2010, nr 230(3), s. 21.

²⁸ M. Dziewiecki, *Uzależnienie od komputera i Internetu*, „Wychowawca” 2002, nr 6, s. 14–15.

niedoświadczony, często nieświadomy uczestnik rzeczywistości wirtualnej jest „potencjalnym łupem i odbiorcą negatywnych zjawisk sieciowych”²⁹. Młodzież w wieku gimnazjalnym nie ma jeszcze w pełni ustalonej hierarchii wartości, w większości przypadków brak im obiektywnej oceny – co dla nich jest dobre, a co złe. Oglądanie stron o silnym ładunku emocjonalnym może więc powodować swego rodzaju wypaczenie kształtującego się systemu wartości u młodego człowieka³⁰. Mimo iż słyszy się o pewnych zagrożeniach – niebezpieczeństwach, nie zdajemy sobie sprawy z tego, że i one mogą nas dotyczyć. Internet w swej istocie zawiera cały wachlarz możliwości, a co za tym idzie – zagrożeń. Ogólnie dzieląc je na kategorie, wyróżnia się:

- zagrożenia zdrowotne, fizyczne,
- zagrożenia psychiczne (sfery poznawczej, emocjonalnej czy też nawet behawioralnej),
- zagrożenia moralne, etyczne,
- zagrożenia społeczne,
- zagrożenia intelektualne³¹.

Generalnie źródłem owych problemów dzieci i młodzieży w Internecie są zarówno ich ryzykowne zachowania w sieci, jak i zagrożenia ze strony innych internatów – określane mianem zagrożeń ze strony Internetu³².

Spośród nich jednymi z najpowszechniejszych zagrożeń, na jakie narażone jest młode pokolenie, są:

- dostęp do treści pornograficznych,
- kontakt z materiałami epatującymi przemocą,
- kontakt z nieodpowiednimi osobami, np. pedofilami,
- kontakt z treściami propagującymi „nowe ruchy religijne”, sekty,
- kontakt z nieodpowiednimi treściami (promującymi narkotyki i inne używki; nawołującymi do samobójstw lub samookaleczeń, itp.),
- kontakt z internetowymi oszustami, w tym – czasem nieświadome uczestnictwo w działaniach niezgodnych z prawem,
- udostępnianie danych i innych informacji obcym osobom,
- problem uzależnienia,

²⁹ M. Kondracka, *Wirtualne relacje dziecko–media elektroniczne*, „Życie Szkoły” 2010, nr 709(1), s. 9.

³⁰ M. Socha, *Internet – przyjaciel czy wróg?*, „Edukacja Ogólnotechniczna” 2004, nr 34(1), s. 20–23.

³¹ Por. J. Bednarek, *Zagrożenia w cyberprzestrzeni*, [w:] *Patologie społeczne*, red. M. Jędrzejko, Pułtusk 2006, s. 83–147; J. Biała, *Zagrożenia wynikające z oglądania niektórych programów telewizyjnych oraz korzystania z Internetu*, [w:] *Opieka i wychowanie w rodzinie, szkole i środowisku*, red. B. Matyjas, R. Stojcka-Zuber, Kielce 2007, s. 157–166; P. Majchrzak, *Psychospołeczne skutki użytkowania Internetu*, [w:] *Meandry wykluczenia społecznego*, red. N. Ogińska-Bulik, Łódź 2010, s. 77–97.

³² A. Filipek, *Dziecko w kontekście zagrożeń Internetu*, [w:] *Wielowymiarowość przestrzeni życia współczesnego dziecka*, red. J. Izdebska, J. Szymanowska, Białystok 2009, s. 375–385.

— inne zjawiska, takie jak: grooming, cyberbullying, cyberpornografia, cyberseks, flaming, trolling, itp.³³

W dzisiejszych czasach najbardziej zagrożoną grupą są ludzie młodzi, którzy od najmłodszych lat oswajali się z tym medium. Dzisiejsza młodzież jest właśnie pokoleniem wychowującym się w epoce nowych technologii. Internet stał się substytutem życia społecznego, bez którego młodzi ludzie często nie wyobrażają sobie prawidłowego funkcjonowania. Normalnością jest dla nich poruszanie się pomiędzy dwoma światami – realnym i wirtualnym. Problem powstaje wówczas, gdy zaczynają być tak „pochłonięci przez Internet i życie innym życiem”, że zacierają granice i uciekają się do innego „lepszego” im świata³⁴.

Analiza wyników badań pilotażowych

We współczesnym świecie rządzonym potrzebami, w dobie nowinek technologicznych oraz wielorakich przemian społecznych, poszerza się skala zagrożeń. Jak wykazano, jednym z licznych, przyczyniających się w tej kwestii, środków masowego przekazu jest Internet. Nowe medium, z pozoru pełne udogodnień dla człowieka, niesie za sobą widmo zagrożeń często niedostrzeganych z powodu zbytnej aprobacji.

Przedmiotem podjętych badań w obrębie prac na seminarium dyplomowym³⁵ była problematyka zagrożeń wśród młodzieży wynikających z nadmiernego czy też niekontrolowanego korzystania z Internetu. Badania mające na celu ustalenie rodzaju i częstotliwości podejmowanych przez młodzież gimnazjalną zachowań, związanych z zagrożeniami internetowymi, zostały przeprowadzone metodą sondażu diagnostycznego z wykorzystaniem techniki ankiety i wywiadu. Badaniami zostali objęci uczniowie klas I–III Gimnazjum im. Ojca Ludwika Włodarczyka w Radzionkowie. Populacja badawcza liczyła 237 osób, w tym 137 dziewczyn i 100 chłopców. Przeprowadzone badania pilotażowe pozwalają na wysunięcie następujących wniosków:

1. Zjawisko uzależnienia od Internetu istnieje u pewnej części poddanej badaniom młodzieży, jest ono jednak rozpowszechnione w mniejszym stopniu niż zagrożenie popadnięcia w uzależnienie wśród badanych. Uzyskane wyniki wskazały na uzależnienie od Internetu aż u 44 osób, czyli 18,5% z całości badanych, natomiast, jeśli chodzi o osoby zagrożone popadnięciem w uzależnienie, określono występowanie objawów u 59 badanych, czyli

³³ J. Łysek, *Zagrożenia niekontrolowanego korzystania z Internetu przez dzieci*, „Nauczyciel i Szkoła” 2009, nr 42/43(1/2), s. 189–209.

³⁴ J. Morawski, *Nadużywanie Internetu: przyczyny, objawy, konsekwencje*, „Świat Problemów”, 114/115(7/8), s. 45–47.

³⁵ A. Pilawa, *Świadomość uczniów gimnazjum na temat zagrożeń w Internecie*, niepublikowana praca magisterska, Częstochowa 2010.

24,8% uczniów. Dodatkowo badani wykazali przejawy silnego stosunku emocjonalnego związanego z użytkowaniem Internetu, a w szczególności z jego brakiem czy ograniczeniem.

2. Zdecydowana większość badanych uczniów – 87,3% – korzysta z Internetu codziennie lub prawie codziennie. 56,7% gimnazjalistów przeznacza od 2 do 3 godzin jednorazowo na przebywanie przed komputerem. Dzienny czas korzystania z sieci jest istotny, ponieważ jest jednym z czynników pozwalających stwierdzić, czy badany jest uzależniony (wskazywać na to może dzienny czas w sieci w wymiarze 6 i więcej godzin), czy też znajduje się w strefie zagrożenia (przebywanie w sieci od 4–5 godzin dziennie). Podczas korzystania z sieci najpopularniejszymi czynnościami jest korzystanie z portali społecznościowych (85,7% badanych).
3. Większości badanej młodzieży, w sumie ponad 60% całości ankietowanych, prawie zawsze zdarza się spędzać większą ilość czasu w sieci, niż sobie na początku założyli. Internet potrafi zainteresować, zaciekać człowieka do tego stopnia, że zdarza mu się spędzać w nim większą ilość czasu, niż sobie na początku ustalił. Większości badanej młodzieży zdarza się zaniedbywać swoje obowiązki przez zbyt długie przebywanie w sieci – często bądź prawie zawsze, stanowi to około $\frac{1}{3}$ badanych gimnazjalistów. Dzięki temu można wywnioskować, iż Internet jest niebezpiecznym medium.
4. Zdecydowana większość – 91,6% – uczniów udostępniła swoje dane osobowe osobie poznanej przez Internet. Częściej uczniowie podają dane pozwalające w mniejszym stopniu na określenie ich tożsamości, takie jak wiek (76,4%) i nazwa miejscowości, w której mieszkają (53,2%). Są jednak uczniowie, którzy ujawniają nazwisko, adres zamieszkania lub adres szkoły. Poza tym 96% dziewcząt zamieściło w sieci swoje zdjęcie. Prawie 40% uczniów spotkało się z osobą poznaną przez Internet w centrum miasta i tylko 22,3% gimnazjalistów poinformowało o takim spotkaniu rodziców.
5. 79,3% badanych uczniów (188 osób) miało przynajmniej raz kontakt z treściami pornograficznymi w sieci. Najwięcej uczniów trafiło na takie strony przypadkowo, przeglądając inne witryny. Dane te świadczą o dużej dostępności do stron o treściach pornograficznych, chłopcy jednak częściej poszukują pornografii w Internecie (42,3% badanych).
6. Nieco ponad połowa uczniów (51,8%) stała się ofiarą cyberprzemocy w formie wyzywania, obrażania bądź zastraszania. Aż 40% dziewcząt i 25% chłopców doświadczyło przynajmniej raz takiej formy przemocy.

Przeprowadzona analiza dowodzi, że w dzisiejszym świecie nie da się funkcjonować bez Internetu. Dostępność, interaktywność oraz paleta różnorodnych możliwości i funkcji spowodowały, że „istnienie” w wirtualnym świecie jest atrakcyjną opcją dla bezpośrednich kontaktów społecznych. Z początku uzależnienie od Internetu jest wręcz niezauważalne, jednak z czasem może spowodować nieodwracalne szkody. Jest to tym bardziej niebezpieczne, im bardziej

dziecko czy młodzież jest „człowiekiem medialnym czy też mobilnym”, od najmłodszych lat wychowywanym przed ekranem telewizora, monitorem komputera, z telefonem komórkowym w ręku, w towarzystwie rozwoju technologii cyfrowej. Jak zmierzyć się z zagrożeniami czyhającymi pod osłoną cyberprzestrzeni? W dzisiejszych czasach istnieją osoby celowo poszukujące materiałów propagujących przemoc, niehumanitarne zachowania czy okrucieństwo wobec innych. Nie sposób wymienić wszystkich zagrożeń, jest ich zbyt wiele, a wciąż powstają coraz to nowsze, które „ludzie tworzą dla ludzi”. Niestety, nigdy nie będzie możliwe poznanie wszystkich zasobów sieci, nie będzie możliwe zniwelowanie problemów za tym idących. Świat zmierza w kierunku postępu – nie będzie regresu. Istotna jest pomoc ze strony osób dorosłych – rodziców, nauczycieli, aby udało się młodym ludziom uniknąć zagrożeń i niebezpieczeństw i dokonać wyboru między tym, co wartościowe, potrzebne, przydatne, przyjazne, a tym, co bezużyteczne, nieprawdziwe, złe czy szkodliwe.

Summary

The Internet – a friend or an enemy of the contemporary young?

The present article undertakes the issues concerning the possibilities and dangers connected with using the Internet. The characteristic features of cyberspace have been discussed, with emphasis to specific functions it plays in the life of children and the young. A particular attention has been drawn to the problem of the extensive use and overuse of the Internet that can lead to addiction. The synthetically presented theoretical explanations of the problem of Internet dependency and its dangers. The theoretical grasp has been enriched with the analysis of pilot research results concerning the excessive use of the Internet and the frequency of conducts of behaviour undertaken by Grammar School students connected with the Internet dangers.