

#CYBERMAGAZYN: JAK CYFRYZACJA WYKSZTAŁCIŁA NOWE RELACJE SPOŁECZNE?

Postępująca cyfryzacja sprawiła, że jesteśmy świadkami powstawania nowych relacji społecznych. Proces ten jest szczególnie widoczny w przypadku młodzieży oraz dzieci. „Pokolenia, które obecnie się kształtują nie rozróżniają świata wirtualnego od rzeczywistego” – wskazała dla naszego portalu psycholog mgr Karolina Gątarek z Centrum Zdrowia Dziecka.

Obecnie przyszło nam żyć w czasach pandemii, która zdynamizowała istniejący już znacznie wcześniej proces cyfryzacji. Koronawirus zmusił nas wszystkich do bycia online, przeniesienia jeszcze większej części naszego życia do cyberświata. E-zakupy, zdalna praca, wirtualne wizyty w urzędach, teleporady i edukacja na odległość. To nowa rzeczywistość, w której przyszło nam funkcjonować.

Za sprawą pandemii i wprowadzonego lockdownu - [cyfryzacja zdecydowanie przyspieszyła](#). Trzeba jednak pamiętać, że proces ten trwa od dłuższego czasu i nie pozostaje bez wpływu na człowieka oraz relacje społeczne. O czym konkretnie mówimy?

Galopujący postęp technologiczny, a wraz z nim rozwój internetu oraz upowszechnienie się smartfonów, tabletów, komputerów i innych zdobyczy cyfrowej ery, sprawiły, że kontakty międzyludzkie nabrały nowego charakteru. Są inne niż te, które znaleźliśmy do tej pory. Jest to szczególnie widoczne wśród najmłodszych.

Relacje międzyludzkie nigdy nie będą już takie same?

„My, psychologowie, zwracamy uwagę na dramat społeczny (...). Jest on szczególnie widoczny wśród dzieci. (...) **Pokolenia, które obecnie się kształtują nie rozróżniają świata wirtualnego od rzeczywistego**” – wskazała w rozmowie z naszą redakcją mgr Karolina Gątarek, specjalistka Zakładu Psychologii Zdrowia Instytutu „Pomnik – Centrum Zdrowia Dziecka”.

„To trend szczególnie widoczny w mojej pracy, widzę to po swoich pacjentach. Osobiście odkrycie tego zjawiska było dla mnie zadziwiające i niezrozumiałe” – dodała.

Zdaniem specjalistki główna zmiana polega na tym, że **dla dzieci i młodzieży spotkania wirtualne stały się obecnie tak samo wartościowe lub nawet bardziej od rozmowy w „cztery oczy”, w świecie realnym**. „Gdy pytam swojego pacjenta, bądź pacjentkę: >>czy masz przyjaciela lub przyjaciółkę?<< – bardzo często uzyskuję odpowiedź: „Tak, jasne, że mam. W internecie” – posłużyła się przykładem mgr Karolina Gątarek.

Dla dzieci i młodzieży wirtualne znajomości są czymś oczywistym i normalnym. W związku z tym można zaobserwować pewną rozbieżność między relacjami dorosłych, a ich potomkami. „Nić porozumienia między (...) przedstawicielami innego pokolenia, a najmłodszymi >>rozjeżdża się<<, co jest też wyzwaniem dla psychologów” – zauważyła specjalistka w rozmowie z naszą redakcją.

Taki stan rzeczy wynika z faktu, że dorośli kierują się innymi definicjami relacji, przyjaźni, związku itd. „Dla nas spotkanie w >>realu<< jest normalne, z kolei dla naszych dzieci takowym jest rozmowa przez komunikator. W ten sposób kształtuje się zupełnie nowa forma relacji” – wyjaśniła psycholog.

W wirze cyfryzacji

Proces kształtowania się nowych więzi społecznych wśród najmłodszych został zdynamizowany [poprzez wprowadzony lockdown](#). Dzieci przez wiele miesięcy musiały brać udział w zdalnych lekcjach, co jeszcze bardziej przywiązało je do komputerów i internetu. To samo dotyczy również starszych roczników – nastolatków.

Obecnie widzimy, że smartfon, tablet czy komputer to dla nich przedmiot pierwszej potrzeby, niezbędny do codziennego funkcjonowania. Sprzęt elektroniczny stał się dla pociech narzędziem komunikacji, nawiązywania i utrzymywania znajomości, a także skutecznym instrumentem rozładowywania emocji, rozrywki, zabawy, ale również pozyskiwania wiedzy i wiadomości ze świata.

Psycholog zwróciła jednak uwagę na fakt, że nie żyjemy w idealnym świecie, gdzie każde dziecko posiada własnego laptopa lub komputer, tablet i smartfon. „[Wykluczenie w zakresie technologii](#) przekłada się również na potęgowanie nierówności między ludźmi” – podkreśliła mgr Karolina Gątarek.

Niemniej jednak wciągnięcie w wir cyfryzacji, dodatkowo wzmocnionej przez pandemię i konieczność wprowadzenia zdalnej szkoły, nie pozostaje bez wpływu na dzieci i ich zdrowie. Lekarze już teraz wskazują na pierwsze poważne zmiany, jakie zachodzą w organizmie u najmłodszych użytkowników sieci, wynikające z długich godzin spędzanych przed ekranem komputera. Mowa tu o m.in. skrzywieniach kręgosłupa czy innych wadach postawy, a także problemach ze wzrokiem, otyłością oraz cukrzycą.

Strach, niepewność, zaburzenia lękowe...

Powrót dzieci do szkół po kilku miesiącach zdalnej nauki wywołał wśród nich wielkie emocje. Były to m.in. dyskomfort, niepewność lub też strach, wynikający z konieczności dostosowania się do nowej, starej rzeczywistości. Pojawiały się pytania: „jak sobie poradzę skoro nie będę mógł korzystać z internetu i laptopa w czasie zajęć?”.

W konsekwencji silne napięcia prowadziły w wielu przypadkach do np. **zaburzeń lękowych, zachowania albo wzmocnienia objawów psychosomatycznych**. „W naszej placówce obserwujemy przypadki młodych pacjentów z takimi zaburzeniami, które mają swoje podłoże bezpośrednio związane z obawą przed powrotem do szkoły” – wskazała mgr Karolina Gątarek.

Z drugiej jednak strony należy podkreślić, że dzieci bardzo tęskniły za kontaktem z rówieśnikami i wizja wspólnych zabaw oraz spędzania czasu w ulubionym gronie wywoływała u nich radość.

Warto jednak pamiętać, że jako ludzie mamy tendencję do szybkiego dostosowywania się do nowego otoczenia i zmian, co sprawia, że z czasem się nam nudzą. „Nie wykluczam scenariusza, że za pewien czas, gdy euforia po powrocie tradycyjnej szkoły opadnie, prym społecznych relacji wróci do internetu. Życzyłabym sobie jednak, aby tak nie było” – zaznaczyła na łamach naszego portalu mgr Karolina Gątarek.

Chcemy być także bliżej Państwa – czytelników. Dlatego, jeśli są sprawy, które Was nurtują; pytania, na które nie znacie odpowiedzi; tematy, o których trzeba napisać – zapraszamy do kontaktu. Piszcie do nas na: redakcja@cyberdefence24.pl. Przyszłość przynosi zmiany. Wprowadzamy je pod

hasłem #CyberIsFuture.

Czytaj też: [#CyberWeekend: „Mój Jaś to zrobił? Niemożliwe!”](#). Cyberprzemoc u dzieci: sprawca



Jarosław Rybak

BÓL

Mocna opowieść o rannych i medykach na wojnie

Mocna opowieść o rannych i medykach na wojnie

Sklep.Defence **24**

Fot. Reklama