

PERSONALISTYCZNE INTEGRALNE wychowanie dzieci w wieku szkolnym

REDAKCJA NAUKOWA
Ewa Domagała-Zyśk

AUTORZY

Ewa Domagała-Zyśk, Kazimiera Krakowiak,
Dorota Kornas-Biela, Urszula Antończuk-Grab,
Aleksandra Borowicz, Ewa Grygierzec-Gruda, Urszula Kmita,
Renata Kołodziejczyk, Anna Lendzion, Paulina Marchlewska,
Monika Nowak, Anna Szudra-Barszcz

Wydawnictwo KUL
2025

Personalistyczne integralne wychowanie dzieci w wieku szkolnym
REDAKCJA NAUKOWA Ewa Domagała-Zyśk

RECENZENCI

dr hab. prof. ucz. Jarosław Horowski
– Uniwersytet Mikołaja Kopernika

dr hab. prof. ucz. Lucyna Dziaczkowska
– Uniwersytet Szczeciński

PROJEKT LAYOUTU Tomasz Smółka (*Episteme*)
SKŁAD I ŁAMANIE Wiaczesław Kryształ (*Episteme*)
PROJEKT OKŁADKI Aleksandra Mudry (*Episteme*)

GRAFIKA NA OKŁADCE Urszula Kmita

© COPYRIGHT BY Wydawnictwo KUL, Lublin 2025

ISBN 978-83-8288-194-3

DOI: 10.31743/kul.9788382881943

Wydawnictwo KUL

ul. Konstantynów 1H, 20-708 Lublin, tel. 81 454 56 78

e-mail: wydawnictwo@kul.pl, <https://wydawnictwo.kul.pl>

DRUK I OPRAWA Volumina.pl Sp. z o.o.

ul. Księcia Witolda 7-9, 71-063 Szczecin, tel. 91 812 09 08

e-mail: druk@volumina.pl

Za wsparcie finansowe w wydaniu tej publikacji dziękujemy Kościołowi Katolickiemu Uniwersytetowi Lubelskiemu Jana Pawła II, Fundacji Pracownia św. Józefa przy Karmelitach Bosych w Lublinie oraz Fundacji Implikacje.



Spis treści

Wstęp	7
ROZDZIAŁ PIERWSZY	
<i>Ewa Domagała-Zyśk</i> Personalistyczne wychowanie integralne w kontekście współczesnych uwarunkowań rozwoju i wychowania dzieci	13
ROZDZIAŁ DRUGI	
<i>Kazimiera Krakowiak, Renata Kołodziejczyk</i> Wychowanie językowe dzieci w wieku szkolnym	45
ROZDZIAŁ TRZECI	
<i>Urszula Kmita</i> Jak przebiega i jak wspierać rozwój poznawczy dzieci w wieku szkolnym?	83

ROZDZIAŁ CZWARTY

Ewa Grygierzec-Gruda

Jak wspierać rozwój osobowy i rozwój
osobowości dziecka w wieku szkolnym? **99**

ROZDZIAŁ PIĄTY

*Urszula Antończuk-Grab, Paulina Marchlewska,
Anna Szudra-Barszcz*

Jak przebiega i jak wspierać rozwój społeczny
dzieci w wieku szkolnym? **117**

ROZDZIAŁ SZÓSTY

Dorota Kornas-Biela, Anna Lendzion

Rozwój moralny dzieci w wieku szkolnym –
jak przebiega i jak go wspierać? **147**

ROZDZIAŁ SIÓDMY

Monika Nowak

Wychowawcza rola wspólnego spędzania
czasu wolnego w rodzinie **179**

ROZDZIAŁ ÓSMY

Aleksandra Borowicz

Technologie w rozwoju i edukacji dzieci
w wieku szkolnym – nie zabraniać,
ale jak stosować? **225**

Biogramy Auterek **249**

8

ROZDZIAŁ ÓSMY

Technologie w rozwoju i edukacji dzieci w wieku szkolnym – nie zabraniać, ale jak stosować?

Aleksandra Borowicz

Abstrakt

Rozdział jest próbą wskazania obszarów działań wychowawczych, w jakich zalecana jest dodatkowa wrażliwość pedagogiczna, która może skutecznie pomóc dziecku w procesie budowania umiejętności niezbędnych do interakcji ze światem techniki cyfrowej. Miłość rodzicielska, atmosfera bezpieczeństwa i wzajemnego zaufania, jest, ponad wszelką wątpliwość, najlepszym fundamentem w procesie wychowawczym, którego integralną częścią jest odkrywanie świata rzeczywistego i wirtualnego. Kolejna część tekstu poświęcona zostanie sugestiom dotyczącym konkretnych aspektów technicznych oraz edukacyjnych, które należy podjąć, by wspierać dzieci w codziennym poruszaniu się w świecie komunikacji elektronicznej.

Słowa kluczowe: rozwój, technos, technologie, zagrożenia, internet

Wstęp

Cyfrowa rewolucja, jaka wydarzyła się na przełomie XX i XXI wieku stała się przyczyną przemian społecznych i gospodarczych w niespotykanej dotąd skali. Oprócz ogromnych szans rozwojowych przyniosła ze sobą nowe, niespotykane

wcześniej trudności i zagrożenia, które mogą mieć niepożądany wpływ na wszystkie grupy społeczne. Internet wprowadził nowe sposoby korzystania z zasobów wiedzy, kultury i sztuki, znacząco ułatwiając dostęp do osiągnięć cywilizacji. W sposób bezprecedensowy zbliżył ludzi z różnych środowisk, kultur i krajów, tworząc przestrzeń do globalnego dialogu i wymiany informacji w skali, która dotąd była nieosiągalna. Platformy komunikacyjne, wideokonferencje, fora dyskusyjne dostępne online, w wielu przypadkach zastąpiły tradycyjne miejsca spotkań. Dzięki cyfrowym narzędziom publikacji i autoekspresji łatwo dostępna stała się możliwość publikacji własnej twórczości. Internet wpłynął także na podejście do wiedzy i nauki. Ułatwiony dostęp do różnorodnych źródeł informacji przyczynia się do wyrównywania szans edukacyjnych, umożliwiając zdobywanie wykształcenia oraz poszerzenie kompetencji niezależnie od miejsca zamieszkania i statusu ekonomicznego. Możliwe stało się studiowanie „bez wychodzenia z domu”, w trybie hybrydowym lub zdalnym, co niewątpliwie ma istotne znaczenie w kontekście dostępności np. dla osób niepełnosprawnych. Powszechne stały się konferencje naukowe w trybie online poszerzające przestrzeń wymiany wiedzy w środowiskach naukowych. Ogrom korzyści, jakie przyniosła cyfrowa rewolucja, przekracza możliwości ujęcia ich w krótkim opracowaniu.

Internet, choć otworzył nieskończoną liczbę nowych możliwości, przyniósł również nowe, niełatwe wyzwania. Korzystanie z zasobów internetu wymaga rozwiniętych kompetencji społecznych, które pozwalają na świadome i bezpieczne poruszanie się w świecie cyfrowym. Podstawową potrzebą wydaje się być umiejętność świadomej selekcji informacji, czyli odróżniania treści wartościowych od informacji niepełnych lub wprowadzających w błąd. Niezbędna

jest umiejętność analizy źródeł, rozumienia kontekstu informacji, pewnego krytycyzmu w odbiorze treści, co pomaga w unikaniu manipulacji i dezinformacji. Kolejną istotną kompetencją jest odpowiedzialność za własne działania w sieci, umiejętność poszanowania innych osób spotykanych w sieci, nieuleganie złudnemu poczuciu anonimowości. Istotna jest wreszcie ochrona prywatności, danych osobowych i ogólne przestrzeganie prawa.

Nowa rzeczywistość społeczna, wynikająca z postępu technicznego, została włączona przez autorki niniejszego opracowania do koncepcji integralnego wychowania Stefana Kunowskiego pod nazwą „technos”. Jak zostało wspomniane w słowie wstępnym, obszar „technos” nie jest wyodrębnioną dziedziną tej koncepcji, lecz przenika wszystkie jej główne obszary, czyli bios, etos i agos. Warto podkreślić, że do „technos” zaliczyć można nie tylko nowoczesne media cyfrowe, lecz również szeroko pojęte osiągnięcia cywilizacyjne związane z rozwojem techniki.

„Technos” wpływa na sferę bios, a szczególnie na te aspekty, które pozostają pod kontrolą i są kształtowane przez rodziców i wychowanka. Może oddziaływać na sposób spędzania czasu wolnego, długość snu czy codzienną aktywność fizyczną. W efekcie oddziaływanie to może mieć zarówno pozytywne, jak i negatywne konsekwencje dla rozwoju człowieka. Z tego powodu „technos” przenikający bios powinien być objęty szczególną uwagą pedagogiczną. Technos przenika również przestrzeń, którą Kunowski określił mianem „etos”. Środowisko dorastania, niegdyś kształtowane głównie przez osoby bliskie i spotykane na co dzień (rodzina, nauczyciele, koledzy i koleżanki) zostało dziś wzbogacone przez dostępność nowych narzędzi komunikacji i budowania sieci społecznych. W ten sposób postęp technologiczny

w znacznym stopniu wpływa na relacje międzyludzkie i otoczenie społeczne, które odgrywają istotną rolę w kształtowaniu obszaru etos. Świat „technos” oddziałuje także na rzeczywistość „agos”. Agos pełni kluczową rolę w procesie wychowawczym, koncentrując się na wszechstronnym wspieraniu człowieka w jego dążeniu do pełnego rozwoju. Jego zadaniem jest nie tylko pomoc w zdobywaniu wiedzy, ale także kształtowanie umiejętności społecznych, emocjonalnych i moralnych. Zdefiniowany przez Kunowskiego zestaw funkcji wychowawczych, szczególnie obejmujących działania z kategorii edocere (łac. uczyć, nauczać), educere (łac. wydobywać, wychowywać), educare (łac. kształcić, wychowywać, edukować) może odnieść wymierne korzyści, jeśli w procesie wychowawczym zdoła wykorzystać potencjał „technos” a jednocześnie – będąc świadomym potencjalnych zagrożeń wpływających z tej rzeczywistości – skutecznie ograniczyć ich negatywny wpływ.

Ponieważ „technos” oddziałuje na wszystkie aspekty wychowania, nie sposób pominąć go w rozważaniach nad pełnym zrozumieniem i zastosowaniem tej koncepcji w praktyce pedagogicznej.

W niniejszym rozdziale podjęte zostaną rozważania na temat korzyści i zagrożeń wynikających z zastosowania nowoczesnych technologii w rozwoju i edukacji dzieci i młodzieży. Wykorzystanie nowoczesnych technologii przez młodszą młodzież staje się przedmiotem zainteresowania pedagogów, którzy obserwując rozwój narzędzi i technik cyfrowych oraz ich ekspansję do niemal wszystkich aspektów życia społecznego starają się wspierać rodziców, wychowawców i młodzież w jak najlepszej ich adaptacji, z jednoczesnym minimalizowaniem potencjalnych zagrożeń. W rozumieniu autorki niniejszego rozdziału termin „nowoczesne

technologie” obejmuje wszelkie cyfrowe materiały multimedialne, aplikacje mobilne, oprogramowanie, urządzenia i narzędzia komunikacyjne, które służą do przekazywania i przechowywania informacji. Obejmuje on także platformy społecznościowe, usługi strumieniowania treści (np. serwisy udostępniające filmy lub muzykę), technologie wirtualnej rzeczywistości, a nade wszystko globalną sieć internetową, która w dzisiejszym świecie stanowi magistralę interakcji społecznej i wymiany wiedzy.

Artykuł jest próbą wskazania obszarów działań wychowawczych, w jakich zalecana jest dodatkowa wrażliwość pedagogiczna, która może skutecznie pomóc dziecku w procesie budowania umiejętności niezbędnych do interakcji ze światem techniki cyfrowej. Miłość rodzicielska, atmosfera bezpieczeństwa i wzajemnego zaufania, jest, ponad wszelką wątpliwość, najlepszym fundamentem w procesie wychowawczym, którego integralną częścią jest odkrywanie świata rzeczywistego i wirtualnego. Kolejna część tekstu poświęcona zostanie sugestiom dotyczącym konkretnych aspektów technicznych oraz edukacyjnych, które należy podjąć, by wspierać dzieci w codziennym poruszaniu się w świecie komunikacji elektronicznej.

1. Typologia zagrożeń związanych z technologiami

Nie jest możliwa jednoznaczna i rozłączna kategoryzacja zagrożeń wynikających z korzystania z technologii informacyjno-komunikacyjnych przez dzieci i młodzież. Określone typy zagrożeń z powodu wzajemnych zależności i powiązań mogą się przenikać i tworzyć wspólne obszary. Dostępne

w literaturze próby kategoryzacji jako punkt odniesienia przyjmują dwie odmienne perspektywy:

- perspektywa pedagogiczno-psychologiczna, dotycząca obszarów funkcjonowania człowieka takich jak sfera psychiczna, fizyczna czy społeczna, obejmująca zagrożenia, które mogą mieć wpływ na rozwój emocjonalny, społeczny i psychologiczny dziecka;
- perspektywa techniczno-użytkowa, dotycząca zagrożeń wynikających z kontaktu z technologią cyfrową, czyli koncentrująca się na aspektach funkcjonalnych, takich jak m.in. cyberprzemoc, manipulacje informacją, dostęp do nieodpowiednich treści, przestępczość internetowa i inne ryzyka wynikające z interakcji w sieci.

Analiza zagrożeń w różnych kontekstach i z różnych punktów widzenia pozwala na wyraźne rozdzielenie aspektów wychowawczych i społecznych od konkretnych zagrożeń technicznych, co powinno być pomocne w zrozumieniu całości problematyki. Powinno też pomóc w podjęciu pragmatycznych działań, mających na celu ograniczenie negatywnych skutków potencjalnych zagrożeń. Klasyfikacje i sugestie zawarte w dalszej części tekstu będą odnosić się do przedstawionego powyżej podziału.

2. Perspektywa psychologiczno-pedagogiczna

2.1 Zagrożenia dla rozwoju w kontekście psychologiczno-pedagogicznym

Wśród zagrożeń wynikających z kontaktu dzieci z urządzeniami techniki cyfrowej w kontekście pedagogiczno-psychologicznym J. Pyżalski, powołując się na brytyjski raport

Safer Children in a Digital World (Byron 2008, za Pyżalski 2017, s. 163), wyszczególnia zagrożenia dla rozwoju fizycznego, poznawczego, emocjonalnego i społecznego, zagrożenia wynikające z nadmiernego korzystania z technologii przez dzieci oraz związane z aktywnością w sieci (online). Podobną klasyfikację proponują inni polscy badacze, J. Bednarek i A. Andrzejewska (za Pyżalski 2017, s. 163), dokonując podziału potencjalnych niebezpieczeństw na dotyczące funkcjonowania fizycznego i psychicznego, poznawczego, społeczno-wychowawczego, intelektualnego, moralnego, związanego z przestępczością teleinformatyczną, z uzależnieniem (infoholizm) oraz zagrożenia związane z grami komputerowymi.

Przedstawione klasyfikacje są zbieżne, różniąc się jedynie na pewnym poziomie szczegółowości, strukturyzując zagrożenia w odniesieniu do kluczowych obszarów rozwoju, co może być przydatne w analizie wpływu technologii na integralny rozwój dzieci.

Dokonując ich syntezy można wyodrębnić następujące obszary zagrożeń z perspektywy pedagogiczno-psychologicznej:

- dotyczące zdrowia fizycznego,
- obejmujące aspekt rozwoju poznawczego i intelektualnego oraz zdrowia psychicznego,
- zagrożenia dotyczące rozwoju społeczno-wychowawczego i emocjonalnego,
- dotyczące wpływu technologii na życie jednostki, takich jak uzależnienia.

Wśród szkodliwych skutków obcowania z mediami elektronicznymi, dotyczących zdrowia fizycznego wymienić można wady postawy, związane z przyjmowaniem niewłaściwej pozycji podczas korzystania z urządzeń oraz

trwaniem w tej samej pozycji przez długi czas. W literaturze odnaleźć można także informacje na temat konsekwencji w postaci wad wzroku (Barar i in, 2007) oraz słuchu (Bednarek, Andrzejewska, 2018). Nierzadkie są także dolegliwości układu kostno-mięśniowego oraz zespoły urazowe typu zespół cieśni nadgarstka.

Jako jedno z głównych zagrożeń dotyczących zdrowia psychicznego wskazać można konsekwencje nadmiernej stymulacji sensorycznej oraz intensywnej ekspozycji na bodźce wizualne i dźwiękowe. Może to negatywnie wpływać na koncentrację, pamięć i zdolność przetwarzania informacji u dzieci. Do kategorii niebezpieczeństw powiązanych z rozwojem poznawczym można zaliczyć także zagrożenia związane z rozwojem krytycznego myślenia. Częsty kontakt z treściami manipulacyjnymi lub fake newsami może utrudniać dzieciom rozwój umiejętności oceny wiarygodności informacji i kształtowanie własnych poglądów. Inna grupa niebezpieczeństw, odnoszących się do rozwoju poznawczego może dotyczyć sfery budowania własnej tożsamości, szukania autorytetów i wzorców. W przestrzeni online dzieci często napotykają nierealistyczny i wyidealizowany wizerunek osób i sytuacji, co może negatywnie wpływać na ich samoocenę i postrzeganie wartości własnej osoby (Tanaś, Galanciak, 2019, s. 56).

Zdolność odróżniania rzeczywistości od fikcji szczególnie u małych dzieci jest ograniczona, zatem istnieje niebezpieczeństwo, że negatywne treści mogą być przyjmowane bezkrytycznie i mogą silnie oddziaływać modelująco.

Korzystanie z internetu przez dzieci niesie ze sobą różne zagrożenia związane z ich rozwojem społeczno-wychowawczym i emocjonalnym. Wśród nich wskazać należy ryzyko izolacji społecznej, wynikające z nadmiernego skoncentrowania

na kontaktach online z jednoczesnym zaniedbaniem relacji z rówieśnikami w świecie rzeczywistym. Może to prowadzić do trudności w komunikacji bezpośredniej i negatywnie wpływać na kształtowanie sprawności w zakresie kontaktów interpersonalnych, w tym także na umiejętność budowania trwałych relacji. Mniejsza intensywność bezpośrednich kontaktów z rówieśnikami, zastąpiona przez kontakt zdalny, może skutkować niedostatecznym wykształceniem tych kompetencji, które człowiek zwykle nabywa poprzez komunikację niewerbalną, takich jak zauważanie reakcji rozmówcy i interpretowanie jego emocji, a także rozwijanie zdolności do empatii. Należy również wspomnieć o ryzyku zaburzeń emocjonalnych, w tym depresji i stanów lękowych wynikających z ekspozycji dziecka na nieodpowiednie treści, przejawy nienawiści (hejt) i agresywnego zachowania, różne formy przemocy psychicznej i emocjonalnej takie jak zastraszanie, poniżanie czy wyśmiewanie. Nie można także pominąć ryzyka związanego z fałszywym poczuciem anonimowości w sieci, które osłabia kształtowanie poczucia odpowiedzialności za słowa i działania (Andrzejewska 2019, s. 81). Tak wykształcone poczucie braku konsekwencji swoich czynów może przenosić się ze świata wirtualnego do sytuacji w realnym życiu, co może mieć dalekosiężne skutki etyczne i prawne.

Niekorzystne konsekwencje korzystania z sieci to również możliwe uzależnienie od internetu i technologii, wynikające z długotrwałego przebywania w świecie wirtualnym, z nadmiernego korzystania z gier online i mediów społecznościowych. Symptomy uzależnienia, które powinny wzbudzić niepokój rodziców czy opiekunów to np. rozdrażnienie, poczucie dyskomfortu dziecka w sytuacji braku dostępu do urządzeń i sieci internetowej, trudności w kontrolowaniu

czasu spędzanego w sieci. Uzależnienie od bycia online negatywnie wpływa na inne aspekty życia, takie jak edukacja, relacje z rodziną i rówieśnikami, powoduje zaniedbywanie obowiązków domowych, może także powodować problemy z kontrolowaniem własnych emocji i obniżeniem zdolności do radzenia sobie z emocjami w codziennych sytuacjach.

2.2. Redukowanie zagrożeń w aspekcie psychologiczno-pedagogicznym

Bednarek i Andrzejewski (2019) wskazują na uniwersalność ogólnych zasad pedagogicznych zapewniających właściwe funkcjonowanie rodziny także w zastosowaniu do wychowania dziecka w zakresie nabywania kompetencji technicznych. **Rodzina (...) w której dziecko jest bezpieczne i odczuwa miłość rodzicielską, jest źródłem czynników chroniących przed zagrożeniami i patologiami w świecie rzeczywistym** (Bednarek, Andrzejewski 2019, s. 182). Zauważają oni jednocześnie, że ten sam zestaw zasad znajduje również zastosowanie do ochrony przed zagrożeniami w cyberprzestrzeni. Wśród zalecanych postaw pedagogicznych, oddziałujących prewencyjnie w tym obszarze, autorzy wymieniają okazywanie wrażliwości i empatii, okazywanie uwagi i wsparcia, transparentność komunikacji, obserwację i reagowanie na pojawiające się sygnały o trudnościach, dialog i uczenie asertywności, sprawiedliwe i adekwatne określanie wymagań, konsekwencję w określaniu reguł i zakazów, oraz zaangażowanie rozumiane jako stała obecność i wcielenie się w rolę przewodnika i przyjaciela.

Analizując przedstawione zalecenia za kluczowy element należy uznać zaangażowanie rodzicielskie, stanowiące

fundament dla realizacji pozostałych postulatów. Świadomi i zaangażowani rodzice lub opiekunowie dziecka, szczególnie w okresie jego pierwszego samodzielnego kontaktu z internetem przypadającego na okres pomiędzy 6 a 12 rokiem życia, powinni aktywnie współuczestniczyć w procesie nauki, a aktywne współuczestnictwo w odkrywaniu „nowego świata” musi zakładać poświęcenie pewnej ilości czasu dla dziecka. Nierzadko można spotkać się z obiegowym przeświadczeniem, że dzieci spędzają zbyt wiele czasu w internecie i przed ekranami. Przy okazji jednak pomijany jest fakt, że za taki stan rzeczy odpowiadają również sami rodzice, którzy poświęcają dzieciom zbyt mało uwagi. Bardzo trafnie podsumował to J. Przybylski pisząc: **(...) to nie są tabletowe dzieci, ale dzieci opuszczone przez dorosłych. Zbyt często rodzice (...) [zapominają] o tym, że z dziećmi trzeba też rozmawiać, wspólnie się bawić, tłumaczyć działanie technologii i ich możliwości (za Biedroński, 2015). (...)** Warunkiem koniecznym nie jest tu merytoryczna wiedza, ale gotowość poświęcenia swojemu dziecku tego, czego ono najbardziej potrzebuje – czasu i uwagi oraz wspólne z nim poznawanie tajników nowoczesnych technologii (Tamże s. 207). Osoba dorosła powinna wspólnie z dzieckiem przeglądać strony internetowe, aplikacje lub platformy edukacyjne zapewniając mu w ten sposób bezpieczne ramy działania, ale pamiętając o pozostawieniu dziecku poczucie swobody i przestrzeni do kierowania się własną ciekawością.

Towarzystwo osoby dorosłej w pierwszych krokach w cyfrowym świecie jest kluczowym czynnikiem niwelującym zagrożenia w różnych sferach rozwoju. Stwarza liczne okazje do podjęcia

dialogu z dzieckiem na temat treści które dziecko napotyka w sieci, kreuje sytuacje sprzyjające wyjaśnieniu konsekwencji podejmowanych aktywności, daje możliwość podzielenia się dorosłego z dzieckiem krytycznym komentarzem, rozbudzania zainteresowań dziecka ciekawymi informacjami czy kierowania uwagi dziecka na wartościowe i interesujące zagadnienia.

Obecność rodziców nie powinna utrudniać rozwoju samodzielności i rozważnego korzystania z technologii. Nie musi i nie powinna mieć charakteru ciągłego nadzoru. Ciągły nadzór jest postulatem niemożliwym do zrealizowania, nie służy także budowaniu relacji wzajemnego zaufania pomiędzy opiekunem i dzieckiem. Towarzystwo dziecka w poznawaniu cyfrowego świata powinno umożliwiać mu stopniowe budowanie niezależności w internecie, zachęcając je do podejmowania świadomych decyzji. Zalecana jest raczej dyskretna obecność i interwencja rodzica, gdy pojawiają się pytania lub trudności. Dzięki zastosowaniu takiego podejścia dziecko ma szansę rozwinąć umiejętności cyfrowe w atmosferze wsparcia i otwartości, co sprzyja nie tylko pozytywnej relacji z nowymi technologiami ale także pomiędzy opiekunem a dzieckiem. Należy również zauważyć, że czas poświęcony dziecku przeznaczony na wychowanie do świadomego korzystania z multimediów powinien obejmować także propozycje alternatywnych sposobów spędzania wolnego czasu i podejmowania aktywności spoza świata multimediów, tak, aby rzeczywistość wirtualna stała się uzupełnieniem „tradycyjnego” sposobu spędzania wolnego czasu, a nie jego dominującym zamiennikiem (Morbitzter 2017, s. 207).

Artykuły popularnonaukowe zawierające porady dla rodziców w zakresie bezpiecznego użytkowania internetu przez dzieci często kładą nacisk na potencjalne zagrożenia, jakie niesie ze sobą korzystanie z sieci i koncentrują się na zaleceniach zmierzających do znacznego ograniczania dzieciom dostępu do internetu. Choć zwracanie uwagi na ryzyko jest z pewnością słuszne, poleganie jedynie na blokadach i zakazach w procesie wychowania wydaje się niewłaściwe. Tego typu podejście może prowadzić do strachu przed technologią, zamiast rozwijać umiejętność jej odpowiedzialnego wykorzystania. **W działaniach zmierzających do przygotowania dziecka do funkcjonowania w medialnym świecie chodzić powinno – przede wszystkim – o ukazanie pożytków płynących z obecności w tym świecie, nauczenie racjonalnych i odpowiedzialnych zachowań, ale też o uwrażliwienie dziecka na rozmaite zagrożenia, jakie się z tą obecnością wiążą** (Morbiter 2017, s. 207).

Rozważając temat redukcji zagrożeń w sferze społecznej, nie sposób pominąć zagadnienia limitowania czasu, jaki dzieci mogą i powinny poświęcać na aktywność w sieci. Ograniczanie czasu poświęcanego na aktywność internetową ma na celu przeciwdziałanie potencjalnym uzależnieniom i zagrożeniom dotyczącym zdrowia fizycznego. Warto nadmienić, że liczące się organizacje odchodzą od zaleceń mających na celu wyłącznie ograniczanie czasu spędzanego przed ekranem na rzecz poprawy jakościowej treści z jakimi dziecko może mieć kontakt, wskazując jednocześnie, że kontakt z mediami może być korzystny rozwojowo. **Nadaje się zatem istotnego znaczenia temu, w jaki sposób dzieci używają mediów, a nie tylko temu, ile czasu temu poświęcają** (Brown, Shrifin, Hill, 2015; Hogan, 2000 za Pyżalski 2017, s. 159). Warto, aby rodzice

i dzieci podjęli próbę ustalenia limitu czasowego korzystania z internetu w formie partnerskiej umowy, zamiast stosowania fizycznych blokad czasowych na urządzeniach. Dzieci lepiej reagują na wspólne ustalenia, które są dla nich zrozumiałe i do których celowości i sensowności są jednoznacznie przekonane. Można wspólnie wyznaczyć czas, po którym dziecko powinno zrobić przerwę i przypominać o aktywnościach offline. Celem autorki nie jest odradzanie rodzicom fizycznych środków limitujących czas korzystania z urządzeń elektronicznych, ale raczej zachęta do elastycznego podejścia budującego wzajemne zaufanie pomiędzy rodzicami a dziećmi.

Należy także uwzględnić aspekt redukowania przedstawionych wcześniej zagrożeń dla zdrowia fizycznego. Działania te powinny uwzględniać troskę o ergonomię stanowiska pracy i zabawy. Dbanie o optymalne ustawienie biurka i komputera jest kluczowe. Ekran monitora powinien znajdować się na wysokości oczu dziecka, aby unikać ciągłego pochylania głowy, co zapobiega napięciu mięśni szyi i kręgosłupa. Krzesło powinno być wygodne, najlepiej regulowane, aby zapewnić odpowiednie podparcie dla pleców, a stopy powinny opierać się stabilnie o podłogę. Warto zadbać o dobre oświetlenie, by uniknąć zmęczenia oczu.

Ważne jest również zachęcanie do aktywności fizycznej w ramach rozrywki. Istnieje wiele gier, które wymagają aktywności fizycznej i stanowią atrakcyjną alternatywę dla siedzących zajęć. Gry z kontrolerami ruchu, symulatory sportu czy wirtualne rozgrywki sportowe (np. piłka nożna, tenis) pozwalają na połączenie zabawy z ruchem, co pomaga dzieciom aktywnie spędzać czas, rozwijając jednocześnie ich zainteresowania sportowe.

Ponadto należy pamiętać o regularnych przerwach i ćwiczeniach rozciągających. Rodzice mogą wprowadzić zasadę regularnych przerw w czasie korzystania z urządzeń, np. co 30 minut przerwa na kilka minut ruchu. Zachęcanie dzieci do wykonywania prostych ćwiczeń rozciągających, takich jak skłony, krążenia ramion czy rozciąganie nóg, pomaga zapobiegać zmęczeniu mięśni i stawów.

Wielu autorów wskazuje, że częstą konsekwencją nadmiernego korzystania z ekranów są wady wzroku. Warto zatem wspierać u dzieci zdrowe nawyki związane z oczami. Aby zapobiec zmęczeniu wzroku, rodzice mogą zachęcać dzieci do stosowania reguły 20-20-20: co 20 minut dziecko powinno zrobić 20-sekundową przerwę i spojrzeć na coś oddalonego o co najmniej 3-5 metrów. To pomaga zredukować zmęczenie oczu spowodowane długotrwałym wpatrywaniem się w ekran.

Ważne jest także promowanie różnorodnych aktywności. Rodzice mogą zachęcać dzieci do angażowania się w różnorodne aktywności poza przebywaniem w sieci, takie jak sport, zajęcia na świeżym powietrzu czy hobby wymagające ruchu. Zróżnicowanie aktywności w codziennym planie dnia pomaga utrzymać równowagę między czasem spędzonym online a czasem offline. Takie podejście wspiera zdrowy rozwój fizyczny dziecka i sprzyja nauce zdrowych nawyków, które będą korzystne także w przyszłości.

3. Perspektywa techniczno-użytkowa

Perspektywa techniczno-użytkowa koncentruje się na aspektach funkcjonalnych, obierając za kontekst rozważań konkretne zagrożenia wynikające z wykorzystania technologii

i szczegółowo identyfikując ryzyko związane bezpośrednio z aktywnością w sieci. Taką kategoryzację zagrożeń zaproponowali m.in. autorzy europejskiego projektu badawczego Kids EU Online (Pyżalski, Zdrodowska, Tomczyk, Abramczuk, 2019). Podział ten jest bardziej szczegółowy w kwestiach technicznych i może posłużyć jako pomoc praktyczna pomoc np. dla specjalistów od bezpieczeństwa cyfrowego, którzy mogą skupiać się na prewencji konkretnych zagrożeń, jak np. cyberprzemoc czy niebezpieczne kontakty online.

3.1. Zagrożenia w perspektywie techniczno-użytkowej

Dzieci, korzystając z internetu, narażone są na szereg zagrożeń, które wynikają zarówno z ich naturalnej ciekawości, jak i braku doświadczenia w zakresie bezpieczeństwa online. Jednym z największych wyzwań jest ochrona prywatności i bezpieczeństwa danych osobowych. Dzieci mogą nieświadomie dzielić się wrażliwymi informacjami, takimi jak imię i nazwisko, adres czy inne dane osobowe, co naraża je na ryzyko kradzieży tożsamości, oszustwa oraz innych form nadużyć. Często nie zdają sobie sprawy z konsekwencji ujawniania danych na platformach społecznościowych, forach lub w grach online, przez co stają się łatwym celem dla osób mających nieuczciwe intencje.

Innym poważnym zagrożeniem są ataki phishingowe, czyli próby wyłudzenia danych poprzez fałszywe strony internetowe lub wiadomości. Dzieci, które dopiero poznają świat cyfrowy, często nie są w stanie odróżnić wiarygodnych stron od niebezpiecznych. Kliknięcie w link w wiadomości phishingowej może prowadzić do ujawnienia danych logowania

czy numerów kart kredytowych rodziców, co może mieć poważne konsekwencje finansowe i prawne.

Ryzyko „infekcji” złośliwym oprogramowaniem również jest wysokie. Dzieci, pobierając gry, aplikacje lub dodatki, mogą przypadkowo zainstalować wirusy, trojany lub oprogramowanie szpiegujące. Takie programy mogą przejąć kontrolę nad urządzeniem dziecka, wykraść dane osobowe lub narazić urządzenie na dalsze ataki. Ochrona przed tego rodzaju zagrożeniami wymaga nie tylko odpowiednich narzędzi zabezpieczających, ale i edukacji, by najmłodszy rozumieł, jak rozpoznać podejrzane pliki i linki.

Innym aspektem zagrożeń jest pojawienie się w grach elementów hazardowych, takich jak np. skrzynki z nagrodami czy mikrotransakcje. Te funkcje mogą zachęcić dzieci do wydawania pieniędzy na przedmioty cyfrowe lub gry, co może prowadzić do uzależnienia od hazardu lub impulsowego wydawania pieniędzy. Gry te, choć często wydają się nieszkodliwe, mogą mieć negatywny wpływ na zdrowie psychiczne dzieci, ucząc je ryzykownych zachowań finansowych.

Ponadto dzieci nie powinny mieć nieograniczonego dostępu do różnorodnych treści online, w tym takich, które promują autodestrukcyjne zachowania. Istnieją strony oraz grupy w mediach społecznościowych, które propagują zaburzenia odżywiania, samookaleczenia czy nawet samobójstwa. Tego rodzaju treści mogą mieć bardzo negatywny wpływ na psychikę dziecka, zwłaszcza gdy młoda osoba szuka wsparcia i odpowiedzi na trudne pytania w internecie. Bez odpowiedniego nadzoru, dzieci i młodzież mogą nieświadomie natknąć się na szkodliwe materiały.

Dodatkowym zagrożeniem wynikającym z trendów społecznych jest zacieranie granic prywatności, szczególnie

przez takie zjawiska jak live streaming³ oraz udostępnianie lokalizacji. Młode osoby mogą nieświadomie przekazywać zbyt wiele informacji o sobie, ujawniając swoją lokalizację, codzienne rutyny czy inne szczegóły życia osobistego. Ułatwia to dostęp do ich życia osobom, które mogą mieć złe intencje.

Na koniec warto wspomnieć o zagrożeniach wynikających z interakcji z botami⁴ lub fałszywymi kontami. Automatyczne konta mogą kontaktować się z dziećmi, wysyłając im niechciane wiadomości lub zachęcając do podejmowania ryzykownych działań. Boty mogą również wpływać na dzieci, manipulując ich opinią lub wywierając na nie wpływ przez powtarzanie określonych treści.

Ochrona dzieci przed tymi zagrożeniami wymaga edukacji, czujności i odpowiednich narzędzi zabezpieczających. Świadomość rodziców i nauczycieli dotycząca możliwych zagrożeń oraz regularna rozmowa z dziećmi na temat bezpieczeństwa w sieci może pomóc zminimalizować ryzyko i nauczyć młode osoby, jak bezpiecznie poruszać się po cyfrowym świecie.

3.2. Radzenie sobie z zagrożeniami w perspektywie techniczno-użytkowej

Najmłodsi użytkownicy zwykle nie mają odpowiednich zdolności ani wystarczających umiejętności świadomego i krytycznego wyboru i odbioru treści w internecie, na przykład prezentujących przemoc czy pornografię. Dzieci pozostawione same sobie w przestrzeni sieci społecznościowych

³ Transmisja na żywo

⁴ Programy mogące wykonywać pewne czynności np. w internecie w zastępstwie za człowieka

szczególnie narażone są na intencjonalne wykorzystywanie przez inne osoby. Warto więc rozważyć zastosowanie przez opiekunów pewnych elementów nadzoru aktywności najmłodszych użytkowników w internecie. (Bednarek, Andrzejewski 2019, s. 183–184). Trzeba nadmienić, że budowanie zaufania nie zwalnia z zastosowania środków technicznych, które mogą chronić dzieci. Należy wytłumaczyć dziecku, że zabezpieczenia techniczne nie są narzędziem inwigilacji, ale ochrony. W zabezpieczeniach technicznych nie chodzi o nadzór w pejoratywnym znaczeniu tego słowa, ale o wsparcie w ochronie. Ofiarami cyberprzestępców mogą stać się (i stają się) wszyscy bez wyjątku, nie wyłączając specjalistów w zakresie IT. Szacuje się na przykład, że w 2021 roku skumulowane straty wynikające z działalności przestępczej w internecie wyniosły około 6 bilionów USD⁵. Nie można zatem zakładać, że zdrowe relacje pomiędzy rodzicami a dzieckiem i zaufanie do dziecka wystarczą, aby je ochronić.

W tej części podane zostaną przykłady środków technicznych, które mogą pomóc rodzicom w ograniczeniu wpływu zagrożeń internetowych na dzieci:

1. Kontrola rodzicielska i filtry treści: narzędzia kontroli rodzicielskiej, takie jak Google Family Link, Apple Screen Time, czy programy antywirusowe z modułami rodzicielskimi, mogące ograniczać dostęp do treści nieodpowiednich.
2. Oprogramowanie antywirusowe i zabezpieczenia przed złośliwym oprogramowaniem: regularne aktualizacje antywirusów i firewalli pomagają

⁵ <https://warsawinstitute.org/pl/ukryta-skala-cyberprzestepczosci> dostęp 11.01.2025.

chronić urządzenia przed wirusami i nieautoryzowanymi próbami dostępu.

3. Filtrowanie i monitorowanie aplikacji społecznościowych: aplikacje, które monitorują aktywność w mediach społecznościowych, mogą ostrzegać rodziców przed cyberprzemocą, sextingiem czy podejrzanymi kontaktami. Przykłady to Bark lub Qustodio.
4. Blokowanie reklam i pop-upów⁶: blokery reklam (np. AdBlock) mogą pomóc chronić dzieci przed niechcianymi reklamami, które często promują treści niewłaściwe lub zawierają złośliwe oprogramowanie.
5. Ograniczenie dostępu do płatności: wyłączenie opcji płatności lub dodanie dodatkowego uwierzytelniania (np. PIN, hasło) w aplikacjach może zapobiec nieplanowanym wydatkom, np. na mikrotransakcje lub zakupy w grach.
6. Monitoring lokalizacji i czasu korzystania: funkcje GPS oraz raporty czasu korzystania w telefonach mogą pomóc monitorować, ile czasu dziecko spędza online i w jakich miejscach, a także lokalizować urządzenie w razie zagrożenia. Istnieje możliwość włączenia funkcji lokalizacji widocznej wyłącznie przez rodziców.
7. Blokowanie i filtrowanie słów kluczowych: ustawienie filtrów na słowa kluczowe lub frazy związane z przemocą, samookaleczaniem lub innymi niebezpiecznymi tematami może pomóc w blokowaniu szkodliwych treści.

⁶ Wyskakujące okienka

8. Regularne kopie zapasowe i edukacja nt. prywatności: konfiguracja automatycznych kopii zapasowych danych oraz edukacja na temat ustawień prywatności w aplikacjach społecznościowych mogą ograniczyć ryzyko utraty danych lub narażenia na niechciane interakcje dziecka z obcymi osobami.
9. Wyłączanie funkcji geolokalizacji: ograniczenie lub wyłączenie funkcji geolokalizacji w aplikacjach zmniejsza ryzyko, że lokalizacja dziecka będzie łatwo dostępna dla nieznanym.
10. Weryfikacja aplikacji przed instalacją: przeglądanie opinii i sprawdzanie poziomu zabezpieczeń aplikacji przed ich zainstalowaniem pomoże w uniknięciu aplikacji zawierających złośliwe oprogramowanie lub nadmiernie ingerujących w prywatność.
11. Dwuetapowe uwierzytelnianie: włączenie dwuetapowego uwierzytelniania w mediach społecznościowych i kontach e-mail dzieci zwiększa bezpieczeństwo, chroniąc przed włamaniem i przejęciem kont (do weryfikacji może zostać podane konto rodziców).
12. Edukacja w zakresie rozpoznawania phishingu i fake news: istnieją programy lub aplikacje, które uczą dzieci, jak rozpoznawać oszustwa i fałszywe wiadomości, mogą one budować świadomość i umiejętności samodzielnej ochrony.

Środki te stanowią techniczne wsparcie dla rodziców i dzieci, jednocześnie pomagając kształtować zdrowe nawyki cyfrowe i zwiększać bezpieczeństwo cyfrowe.

Podsumowanie

Mimo, że zagrożenia rozpatruje się z różnych perspektyw, cel jest jeden: nauczyć dzieci świadomego i owocnego wykorzystania potencjału technologii i jednocześnie uchronić je przed zagrożeniami, jakie występują w cyfrowym świecie.

Przedstawiony podział rozgranicza aspekty zagrożeń i wsparcia na psychologiczno-pedagogiczne i techniczne, ale sposoby neutralizowania zagrożeń obejmują podejście interdyscyplinarne. Żadne środki techniczne nie zastąpią rozmowy, troski, miłości, czasu poświęconego dziecku, żadne środki nie są uniwersalne, nic nie zastąpi zdrowego rozsądku. Techniczna identyfikacja konkretnych zagrożeń najlepiej zostanie zneutralizowana jeśli pomiędzy rodzicem a dzieckiem będzie atmosfera wzajemnego zaufania.

Jak zauważa ekspert publikujący techniczne porady dla rodziców w zakresie bezpiecznego korzystania z internetu, V. Samara: „żaden program nie zastąpi rozmowy z dzieckiem. Środki techniczne nie są panaceum, a czasami mogą tworzyć fałszywe poczucie bezpieczeństwa, jeśli nie stosujemy ich w połączeniu ze zdrowym rozsądkiem. Nadzór edukacyjny w domu, podobnie jak w szkole, wraz z komunikacją i ze świadomością ryzyka, jest korzystniejszy od barier technologicznych, ponieważ przyczynia się do właściwej edukacji nieletnich, zrozumienia problemów i rozwijania krytycznego myślenia w radzeniu sobie z nimi” (2019, s. 302). Wiodącym celem jest więc edukacja przygotowująca dziecko do uczestnictwa w społeczeństwie informacyjnym.

Bibliografia

- Andrzejewska, A. (2019). *Świat wirtualny miejscem nawiązywania i utrzymywania relacji przez młodzież*. W: A. Wrońska, R. Lew-Starowicz, & A. Rywczyńska (Red.), *Edukacja – relacja – zabawa. Wieloaspektowość internetu w wymiarze bezpieczeństwa dzieci i młodzieży* (s. 68–89).
- Bednarek, J., & Andrzejewski, A. (2019). *Prakseologiczny wymiar profilaktyki wobec zagrożeń związanych z aktywnością dzieci i młodzieży w cyberprzestrzeni*. W: A. Wrońska, R. Lew-Starowicz, & A. Rywczyńska (Red.), *Edukacja – relacja – zabawa. Wieloaspektowość internetu w wymiarze bezpieczeństwa dzieci i młodzieży* (s. 162–190).
- Brown, A., Shifrin, D.L., & Hill, D.L. (2015). Beyond 'turn it off': How to advise families on media use. *APP News*, 36(10).
- Byron, T. (2008). *Safer Children in a Digital World. The report of the Byron Review*. Department for Children, Schools and Families Publications.
- Morbitzer, J. (2017). *Edukacja (medialna) małego dziecka*. W: J. Pyżalski (Red.), *Małe dzieci w świecie technologii informacyjno-komunikacyjnych. Pomiędzy utopijnymi szansami a przesadzonymi zagrożeniami* (s. 207–227).
- Pyżalski, J. (2017). *Dzieci w wieku przedszkolnym w świecie technologii informacyjno-komunikacyjnych – w stronę zagrożeń*. W: J. Pyżalski (Red.), *Małe dzieci w świecie technologii informacyjno-komunikacyjnych. Pomiędzy utopijnymi szansami a przesadzonymi zagrożeniami* (s. 159–181).
- Pyżalski, J., Zdrodowska, A., Tomczyk, Ł., & Abramczuk, K. (2019). *Polskie badanie EU Kids Online 2018. Najważniejsze wyniki i wnioski*. Wydawnictwo Naukowe UAM.

- Samara, V. (2019). *Praktyczne wskazówki dotyczące prawidłowego, nieryzykownego i bezpiecznego dla zdrowia korzystania z technologii interaktywnych*. W: A. Wrońska, R. Lew-Starowicz, & A. Rywczyńska (Red.), *Edukacja – relacja – zabawa. Wieloaspektowość internetu w wymiarze bezpieczeństwa dzieci i młodzieży* (s. 284–311).
- Tanaś, M., & Galanciak, S. (2019). *Dziecko w sieci zagrożeń – ryzykowne zachowania internetowe dzieci i młodzieży jako wyzwanie dla edukacji*. W: A. Wrońska, R. Lew-Starowicz, & A. Rywczyńska (Red.), *Edukacja – relacja – zabawa. Wieloaspektowość internetu w wymiarze bezpieczeństwa dzieci i młodzieży* (s. 40–67).