

Zagubieni w wirtualnym świecie

Izolacja społeczna, ograniczenia, zdalne nauczanie – to w kończącym się roku kalendarzowym pojęcia, które wpisały się w naszą rzeczywistość. Pandemia wymusiła na nas wszystkich zarówno rezygnację z wielu aktywności, ale także konieczność zmiany naszego życia. W sposób szczególny okres pandemii dotyka dzieci i młodzież. Brak bezpośredniego kontaktu z rówieśnikami, zamknięte szkoły, zdalne nauczanie nie pozostaje bez wpływu na dzieci i młodzież. To nie tylko problem z brakiem realnego kontaktu społecznego, ale także eskalacja zagrożeń wynikających z konieczności ciągłego wirtualnego kontaktu ze światem.

W kręgu niemocy

Łukasz ma 16 lat jest uczniem jednego z krakowskich liceów. Od marca jak wszyscy uczniowie większość czasu spędza przed komputerem uczestnicząc w zajęciach szkolnych. Miły, dobry uczeń, uczynny, nie sprawiający większych kłopotów tak mówią o nim nauczyciele.

– W naszej rodzinie zawsze zwracaliśmy uwagę, aby synowie nie spędzali bezsensownych godzin przed komputerem, staraliśmy się także mieć kontrolę nad tym czym zajmują się w sieci – mówi pani Joanna, matka Łukasza. – Pandemia zamknęła nas wszystkich w domu. My z mężem pracujemy zdalnie, synowie mają szkołę online. Wszystko wyglądało w najlepszym porządku. Pod koniec kwietnia zaczęły się problemy. Nagle starszy syn Łukasz zaczął się zachowywać agresywnie w stosunku do młodszego brata. Początkowo były to jakieś z pozoru niewinne sprzeczki, później zaczęły się przepychanki. Trochę zrzucaliśmy to na zamknięcie w domu. Wiadomo dorastający chłopcy mają dużo energii, a ponad miesiąc zamknięcia nikomu nie służył. Jednak zaczęły się także emaille ze szkoły, że Łukasz nie uczestniczy w lekcjach, jest nieprzygotowany do zajęć, jest mało aktywny. To nas mocno zaniepokoiło – opowiada pani Joanna.

Rodzice Łukasza przeprowadzili z synem poważną rozmowę. Chłopak tłumaczył sytuację szkolną trudnościami w łączności z internetem, brakiem wiedzy odnośnie zadań domowych oraz niezrozumiałością materiału. Tłumaczenie jednak nie przekonało rodziców, ponieważ tylko on twierdził, że ma kłopoty w połączeniach internetowych, a jednocześnie podczas rozmowy Łukasz reagował bardzo nerwowo, wręcz agresywnie. Nerwowa sytuacja zaczęła się pogłębiać. Zapewne trwałoby to dłużej gdyby nie informacja z banku, że na koncie Łukasza, na które rodzice przelewali mu kieszonkowe skończyły się środki finansowe.

– To był dla nas szok. Łukasz do tej pory można powiedzieć był wzorem oszczędności. Wszystkie pieniądze odkładał na kurs prawa jazdy i wymarzoną gitarę elektryczną i nagle coś takiego... – opowiada Pani Joanna.

Łukasz bał się przyznać, co wydarzyło się naprawdę. Jednak sytuacja już tak emocjonalnie przerosła nastolatka, że zdecydował się powiedzieć rodzicom całą prawdę. Pod koniec marca kolega wysłał mu link do streamu, internetowej transmisji, której

autorem był nieznany mu wcześniej Konrad, który w ostatnim czasie zyskał dużą popularność wśród młodzieży. Youtuber w trakcie swoich filmików prezentował różne wyzwania,



zachęcał, by oglądając go młodzież również je wykonywała w zamian za udostępnienie ich „osiągnięć” na swoim kanale. Łukasz nagrał filmik obrazujący podjęcie przez niego wyzwania i wysłał go Youtuberowi. Po publikacji filmiku jego rówieśnicy zaczęli się z niego naśmiewać, wytykać mu jego niedoskonałości, zdarzyło się też, że jeden z użytkowników szantażował go, że wyśle filmik jego rodzicom i nauczycielom, bo rozpoznał go na filmiku i wie kim jest. Łukasz przestraszył się zaistniałej sytuacji.

Wzorując się na Youtuberze na filmiku Łukasz używał wulgarnego słownictwa, wypowiadał się też negatywnie na temat swoich bliskich, myślał że będzie to zabawne, skupi uwagę wielu osób, a w szczególności Youtubera, nie pomyślał o konsekwencjach jakie mogą go spotkać. Nie zdawał sobie również sprawy, że każdy może udostępnić filmik na innych portalach jak również przesłać go emailiem. Od tego zdarzenia Łukasz zaczął mieć trudności ze snem, stracił apetyt, wyżywał się na młodszym bracie. Przestał korzystać z Internetu w oba-

wie przed kolejnymi prześmiewczymi komentarzami na swój temat od ludzi, których nawet nie zna imienia. Zaczął się bać sytuacji, co robił gdy o wszystkim dowiedzą się rodzice i jego znajomi z klasy.

Uwięzieni w sieci

Od wielu lat ze względu na rozwój technologiczny, łatwość dostępu do Internetu stanowi poważne zagrożenie dla dzieci i młodych ludzi, którzy często stają się ofiarami cyberprzemocy ze strony rówieśników, ale także osób

dorosłych. W tym trudnym dla wszystkich nas czasie skazanie w dużej mierze jedynie na kontakt wirtualny otwiera większe pole działań, przez które młodzi ludzie doświadczają przemocy.

– Dzieci i młodzież, którzy doświadczają cyberprzemocy, odczuwają podobne emocje jak w przypadku doznawania krzywdy w realnym świecie: bezradność, często wstyd, odrzucenie, obniżone poczucie własnej wartości, obwinianie się o zaistniałe sytuacje. Wszystko to, przyczynia się do odwrócenia decyzji o poszukiwa-

nej, Internetu. Przemoc rówieśnicza wychodzi poza komputer. To wyśmiewanie, wykluczenie z grupy rówieśniczej, często szantaż, pobicie. W takich sytuacjach niezbędna jest pomoc, w przypadku dzieci – właściwa reakcja rodziców, opiekunów lub pedagogów, którzy gdy dowiedzą się o doznawanej krzywdzie, zareagują na ataki, jakich dziecko doznaje ze strony osób działających z użyciem Internetu.

– Cyberprzemoc i przemoc rówieśnicza wpływają na rozwój relacji z rówieśnikami oraz rzutuje na przyszłe relacje, wpływa na kształtowanie ograniczonego poziomu zaufania do rówieśników i innych osób, co więcej, w wielu przypadkach doświadczenie cyberprzemocy może wywołać reakcję o charakterze depresyjnym. Jeśli objawy depresyjne utrzymują się przez dłuższy czas, wspierająca pomoc bliskich może być niewystarczająca, wówczas ważne jest aby młody człowiek trafił do specjalisty, uzyskał niezbędną pomoc psychologiczną. – mówi Sebastian Lipowski dyrektor Ośrodka Interwencji Kryzysowej w Krakowie.

Proszę pomóż mi...

W czasie pandemii szczególnie istotne stało się podejmowanie przez rodziców działań poprzez które uświadomią oni dzieciom zagrożenia wynikające z użytkowania internetu. Spokojna, ciepła rozmowa pozwoli wskazać dzieciom niebezpieczeństwa, których należy unikać. Pozwoli również rozpoznać w jaki sposób dziecko korzysta z nowoczesnych mediów. Warto zapewnić dziecko o swoim wsparciu oraz gotowości rodzica do udzielenia pomocy. Czuja obserwacja zachowania dziecka pomoże w miarę wcześniej zauważyć oznaki, które mogą świadczyć o przeżywanych przez dziecko trudnościach. Mimo zdalnego nauczania ważne jest również utrzymywanie kontaktu z wychowawcą oraz monitorowanie sytuacji szkolnej.

Jeśli potrzebujesz pomocy, skorzystaj z poniższych stron

- https://akademia.nask.pl/publikacje/Poradnik_cyberprzemoc_www.pdf
- <https://fundacja.orange.pl/>
- www.dzieckowsieci.fdn.pl – portal zajmujący się problematyką bezpieczeństwa dzieci w Sieci.

Wsparcia psychologicznego i terapeutycznego udzielają krakowskie Ośrodki Poradnictwa i Terapii Rodzin:

- Ośrodek Poradnictwa i Terapii Rodzin, ul. Stoczniovców 7, tel. 12 262 92 99, opitr_basztowa@op.pl
- Krakowski Instytut Psychoterapii, ul. Podbrzezie 6 tel. 12 423 02 28, os. Krakowiaków 2 tel. 12 644 12 66, ul. Ptaszyckiego 6 tel. 12 682 11 50,

Bezpłatnej pomocy dzieciom oraz rodzicom udzielają również poradnie psychologiczno-pedagogiczne.



Nowa Huta

miejsce dobre do życia

