**„Kurier Edukacyjny” publikowany przez Wydawnictwo Pedagogiczne „Operon”**

**ALARMUJĄCE DANE NA TEMAT KORZYSTANIA DZIECI Z INTERNETU.**

Powszechny dostęp do sieci internetowej, a także szybko rosnąca popularność portali społecznościowych sprawiają, że łatwo stracić czujność i zapomnieć, jakie są granice bezpiecznego korzystania z internetu. Statystyki wskazują, że dzieci najczęściej zaczynają korzystać z telefonu komórkowego już w wieku 7–8 lat, a co czwarty 5–6-latek korzysta z internetu. Objawy uzależnienia od internetu obserwujemy coraz częściej wśród młodszych internautów, u których zauważalny jest syndrom FOMO, coraz częściej określanego mianem choroby cywilizacyjnej.

Pandemia zwiększyła czas korzystania dzieci z internetu

Badanie opinii publicznej w zakresie funkcjonowania rynku usług telekomunikacyjnych przeprowadzone przez Urząd Komunikacji Elektronicznej (UKE) wskazuje, że niemal wszystkie dzieci (97,7% ) w wieku 7–14 lat posiadają telefony typu smartfon. Blisko 53,2% rodziców wskazało, że zapotrzebowanie na usługi telekomunikacyjne podczas pandemii wzrosło. Badacze wskazali także, że 27,6% dzieci, czyli co czwarty 5–6-latek korzysta z internetu, a 5% dzieci zaczyna korzystać z internetu już między 3 i 4 rokiem życia.  Jak pokazuje raport UKE, blisko 57,8% badanych rodziców deklaruje, że ich dzieci samodzielnie instalują aplikacje na telefon komórkowy. Podczas badania 41% rodziców wskazało także, że ich dzieci wiedzą, jak zrobić zakupy przez aplikacje mobilne. Rodzice wymienili także najczęstsze zagrożenia wynikające z korzystania z internetu przez dzieci. Wśród nich na pierwszym miejscu znalazły się uzależnienia, kontakt z nieznajomymi oraz kontakt z nieodpowiednimi treściami (pornografia, przemoc, rasizm). Z pełnym raportem z badania mogą się Państwo zapoznać na stronie UKE.



Zagrożenia związane z nadmiernym korzystaniem z internetu i smartfona

Młodym ludziom trudno wyobrazić sobie dzisiejszy świat bez dostępu do internetu i smartfona. Wyniki badania Nastolatki 3.0 – NASK wskazują, że około 30% nastolatków pozostaje on-line cały czas, niezależnie od miejsca pobytu, a 93,4% codziennie korzysta z internetu w domu. Jednocześnie aż 23% rodziców w ogóle nie rozmawiało z dziećmi o bezpieczeństwie w sieci. Skrót FOMO jest już coraz bardziej znany.

**Syndrom FOMO** stanowi swoistą chorobę cywilizacyjną. W języku angielskim rozwinięciem skrótu FOMO jest wyrażenie*fear of missing out*. Określa ono sytuację, w której osoba odczuwa przeraźliwy strach przed tym, że ominie ją jakaś ważna informacja i z tego powodu odczuwa potrzebę stałego monitorowania wydarzeń przy użyciu smartfona czy komputera. FOMO może okazać się bardzo dużym problemem w sytuacji, gdy potrzeba śledzenia nowych informacji online nie pozwala skupić się na codziennych sprawach np. na nauce czy wspólnym spędzaniu czasu. Zbytnie zanurzenie w świat cyfrowy, bez odpowiedniego udziału bezpośrednich relacji tworzonych twarzą w twarz, może przyczyniać się do nadużywania internetu i cyfrowych urządzeń mobilnych. Oprócz syndromu FOMO w specjalistycznej literaturze przedmiotu znajdziemy również zagrożenia określane mianem siecioholizmu, sieciozależności, cyberzależności, infoholizmu, uzależnienia od internetu, infozależności, fonoholizmu. W skrócie można powiedzieć, że uzależnienie od internetu to zachowanie charakteryzujące się utratą kontroli nad korzystaniem z tego narzędzia.

**Czy zatem zauważasz u siebie, Twojego dziecka lub uczniów:**

* częste i nerwowe zerkanie na telefon w celu sprawdzenia maili czy powiadomień na mediach społecznościowych np. Facebooku?
* nieustanną potrzebę dzielenia się z innymi użytkownikami internetu zdobytymi informacjami?
* problem ze skupieniem się na codziennych czynnościach?
* znużenie, samotność lub niepokój w momencie braku dostępu do internetu?
* sięganie po urządzenie mobilne od razu po przebudzeniu?
* nieustanne kontrolowanie i odświeżanie mediów społecznościowych?
* obawę, że inni przeżywają więcej wartościowych chwil?
* wykluczenie możliwości wyjścia z domu bez telefonu?
* nadpobudliwość, a nawet agresję w sytuacji braku dostępu do telefonu/internetu?

Jeżeli odpowiedź na większość z powyższych pytań brzmi twierdząco, warto zwrócić uwagę na codzienne nawyki – zarówno swoje, jak i dzieci. Im szybciej przejmiemy kontrolę nad sytuacją, tym łatwiej wprowadzimy w życiu pozytywne zmiany. Należy, przy tym pamiętać, że w momencie gdy sami nie radzimy sobie z tym problemem, konieczna jest konsultacja ze specjalistą.

Badacze analizujący zachowania w sieci wyodrębnili również kilka niepokojących trendów wśród surfujących po sieci rodziców.

Pozytywnie nie zawsze znaczy dobrze

Większość treści zamieszczanych w sieci przez rodziców wiąże się z dumą z osiągnięć swoich pociech, chęci podzielenia się radością, zaznaczeniem ważnych dla rodziny momentów. Mimo pozytywnych motywacji publikowanie w sieci wizerunków najbliższych i informacji o nich nie zawsze niesie za sobą pozytywne skutki. Wbrew pozorom łatwo jest stracić balans pomiędzy racjonalnym dzieleniem się treściami a bezrefleksyjnym zamieszczaniem zdjęć, filmów i informacji o dziecku na portalach społecznościowych. Specjaliści badający zachowania w sieci wyodrębnili kilka niepokojących trendów wśród surfujących po sieci rodziców. *Sharenting*, *oversharenting* czy *troll parenting* to sklasyfikowane modele zachowań rodziców w sieci. Wszystkie mają negatywny wydźwięk i mogą działać na szkodę dziecka. Z pozoru niewinne motywy rodziców mogą mieć szkodliwy wpływ na ich pociechy. Jak rozpoznać, czy rodzicielskie działania nie noszą znamion cyberprzemocy omawia w swoim artykule polonistka, terapeutka kryzysowa i pedagog, Aneta Zychma. Mogą Państwo przeczytać w serwisie Dzieci są ważne.

**Źródło**: [dziecisawazne.pl](https://dziecisawazne.pl/sharenting-oversharenting-i-troll-parenting-czyli-niebezpieczne-zachowania-rodzicow-w-sieci/)

Zachęcamy także do zapoznania się z artykułem opublikowanym na łamach magazynu Wszystko Co Najważniejsze

<https://wszystkoconajwazniejsze.pl/pepites/co-czwarty-5-6-latek-korzysta-z-internetu/>

**Źródła**:

1. Wszystko Co Najważniejsze, *W Polsce co czwarty 5*–*6-latek korzysta z internetu*, https://wszystkoconajwazniejsze.pl/pepites/co-czwarty-5-6-latek-korzysta-z-internetu/ , (dostęp: 15.02.2022).
2. Librus Szkoła,*Jak okiełznać syndrom FOMO?*, <https://portal.librus.pl/szkola/artykuly/jak-okielznac-syndrom-fomo> (dostęp: 15.02.2022).
3. *Chroń dziecko w sieci*, <http://www.dzieckowsieci.pl/kampania/> (dostęp: 15.02.2022).
4. Librus Szkoła,*Fonoholizm – nadużywanie smartfonów przez dzieci. Najważniejsze symptomy,*<https://portal.librus.pl/szkola/artykuly/fonoholizm-naduzywanie-smartfonow-przez-dzieci-najwazniejsze-symptomy> (dostęp: 15.02.2022).