

## Oświadczenie Rady Społecznej przy Arcybiskupie Poznańskim | 7 lutego 2022

Problematyka wpływu Internetu na społeczeństwo jest bardzo obszerna i wieloaspektowa. Nasza Rada poświęciła jej oświadczenie z dnia 7 listopada 2006 r., a niedawno jej członkowie współpracowali z Wydziałem Teologicznym UAM i Oddziałem PAN w Poznaniu w przygotowaniu sesji w ramach Dwugłosu Nauki. W obecnym oświadczeniu chcemy się skupić na zagrożeniach, głównie psychicznych, związanych z tzw. problematycznym użytkowaniem Internetu, które dotyczą w pierwszym rzędzie dzieci i młodzież.

Na temat Internetu wypowiadał się wielokrotnie św. Jan Paweł II (m.in. w Orędziu na XXXVI Światowy Dzień Środków Masowego Przekazu) oraz Papieska Rada ds. Środków Społecznego Przekazu (w dokumentach „Kościół a Internet” oraz „Etyka w Internecie”). Św. Jan Paweł II w przywołanym wyżej Orędziu wręcz wzywa Kościół „by odważnie przekraczał ten nowy próg, by wyruszał na głębię Sieci”.

Kościół docenia Internet jako narzędzie ewangelizacji, czemu niedawno dał wyraz wynosząc na ołtarze Carlo Acutisa. Ostatnio brytyjski portal Premier Christian podał, że już ponad 500 milionów ludzi na świecie zainstalowało na swoich smartfonach i laptopach aplikację biblijną YouVersion, by codziennie czytać Pismo Święte, lub też słuchać je w wersji audio w 60 językach. Teksty biblijne zostały przygotowane przede wszystkim dla ludzi młodych, bo oni z tych aplikacji korzystają najczęściej. Aplikacja dostępna jest także na polskojęzycznej stronie [www.bible.com/pl](http://www.bible.com/pl). Należy też wspomnieć o przysłudze Internetu dla komunikacji w Kościele, której doświadczyliśmy w czasie lockdownu spowodowanego pandemią COVID-19.

Bezsprzecznie jednak powszechny dostęp do globalnej sieci przez komputery osobiste i tzw. inteligentne urządzenia mobilne (smartfony, tablety, zegarki smartwatch itp.) niesie niespotykane wcześniej zagrożenia, na które narażone są szczególnie dzieci i młodzież. Według raportu „Nastolatki 3.0” przygotowanego w 2021 r. przez NASK (Naukowa i Akademicka Sieć Komputerowa, [www.nask.pl](http://www.nask.pl)), średni dobowy czas korzystania z Internetu przez nastolatki wzrósł od 2014 r. o 30% i wynosi obecnie 4 godz. i 50 min. dziennie. „W dni wolne od zajęć szkolnych czas ten wydłuża się średnio do 6 godz. i 10 min. Blisko co dziesiąty (11,5%) nastolatek jest aktywny w sieci ponad 8 godz. dziennie, a co piąty (21,3%) spędza

tyle czasu przed monitorem w dni wolne od edukacji. Co szósty nastolatek (16,9%) intensywnie korzysta z Internetu w godzinach nocnych. Rodzice nie doszacowują czasu, jaki ich dzieci spędzają w Internecie, oraz nie kontrolują korzystania z sieci w godzinach nocnych. Co trzeci młody respondent deklaruje, że aby móc więcej czasu spędzić online, jest gotowy zrezygnować z udziału w nabożeństwie (30,6%), a co piąty z uczenia się (23,2%). Co trzeci nastolatek (33,6%) wykazuje się wysokim natężeniem wskaźników problematycznego użytkowania Internetu, a trzech na stu – bardzo wysokim (3,2%). Co piąty nastolatek przyznaje, że doświadczył przemocy w Internecie. Najczęstszymi jej przejawami są: wyzywanie (29,7%), ośmieszanie (22,8%) i poniżanie (22%). Nastolatki oglądają tzw. patostreamy częściej, niż przypuszczają ich rodzice (nastolatki – 27,1% vs. rodzice – 12,2%). Następuje lawinowy przyrost doświadczeń związanych z pornografią internetową (11,6% – szkoła podstawowa; 45,8% – szkoła średnia). Dorośli najbardziej obawiają się, że wraz z cyfrową transformacją rosnąć będzie liczba incydentów zagrażających cyberbezpieczeństwu (65,8%). Kolejne najpopularniejsze wskazania odnosiły się do uzależnienia ważnych aspektów życia od dostępu do sieci (50,3%) oraz spowodowanego cyfryzacją społecznego osamotnienia (41,7%).”

Poza materiałami zawierającymi treści ewidentnie szkodliwe, jak pornografia, okrucieństwo, dyskryminacja i nienawiść, pojawiły się w sieci gry i filmy, które pod pozorem niewinnej rozrywki zachęcają młodzież do zachowań ryzykownych i krzywdzących, a także autodestrukcji. Takich cech dopatrują się psychologowie np. w południowokoreańskim filmie Netflix'a pt. Squid Game, który od światowej premiery we wrześniu br. obejrzało już 130 mln osób. Akcja tego serialu toczy się na opuszczonej wyspie, gdzie grupa kilkuset graczy, którzy nieświadomie zgodzili się na swój los, konkuruje w dziecińczych zabawach, w których stawką jest życie. Prostota dziecinnej zabawy kontrastuje tu z brutalną walką o przetrwanie. W Internecie już pojawiły się propozycje przełożenia gry z serialu na realne życie i zdarzają się przypadki podejmowania tych wyzwań przez młodzież.

Rodzice i wychowawcy muszą być świadomi tego, że nadmierne przebywanie młodzieży w świecie wirtualnym prowadzi do uzależnienia behawioralnego. Termin ten oznacza zachowania podejmowane w celu zredukowania wewnętrznego napięcia i regulowania nieprzyjemnych stanów emocjonalnych. Mamy z nim do czynienia, gdy wystąpią objawy niepożądanej pragnienia wykonania danej czynności i gdy pojawią się objawy

abstynencyjne – rozdrażnienia, niepokoju i zaniedbywania pozostałych aspektów życia danej osoby. Zaburzenie związane z problematycznym korzystaniem z gier komputerowych jest najnowszym zaburzeniem uznanym za uzależnienie behawioralne. Występujący w nich kontakt

z brutalnością i agresją może prowadzić do zatarcia poczucia granic między dobrem i złem. Objawami problematycznego korzystania z Internetu i portali społecznościowych są: nadmierne zaangażowanie w aktywności związane z siecią, objawy odstawienia, zmiana tolerancji, utrata kontroli i oszukiwanie w kwestii czasu spędzanego w sieci, a także ucieczka od problemów. Często zachowania problematyczne prowadzą też do utraty poczucia czasu, zaniedbywania podstawowych potrzeb, konfliktów, słabych wyników w szkole, izolacji społecznej i zmęczenia. Zachowania te cechują ponadto: powierzchowność relacji, uproszczenia w przekazywaniu informacji, trudności w mówieniu o emocjach, ale również potrzeba upubliczniania wszystkiego, bycia stale online i lęk przed pominięciem.

Niestety, technologia nie umożliwia w pełni skutecznej ochrony przed wymienionymi zagrożeniami. Podstawą bezpiecznego korzystania z Internetu jest wiedza rodziców i wychowawców o tym, jakie ryzyko niesie za sobą korzystanie z sieci i jak można przed nim chronić siebie i dziecko. Porady, jak można chronić dziecko w sieci, można znaleźć np. na portalach:

[www.dzieckowsieci.pl](http://www.dzieckowsieci.pl),

[www.twojedzieckowsieci.pl](http://www.twojedzieckowsieci.pl),

[www.polskieforumrodzicow.pl](http://www.polskieforumrodzicow.pl). Dziecko nie powinno grać lub komunikować się przez sieć w czasie spędzanym wspólnie, np. przy posiłkach, na wycieczkach, wspólnych imprezach. Potrzebna jest uważność dorosłych wobec dzieci i rozmowa, nawet o grze, która pasjonuje dziecko. Istotne jest, aby rodzice i wychowawcy pokazywali dzieciom i młodzieży jak można w inny sposób poradzić sobie z napięciem, smutkiem, trudnościami w relacjach z rówieśnikami, czy rozwijać alternatywne zainteresowania, takie jak uprawianie sportu. Rodzice i wychowawcy muszą też być uważni na zmiany zachowania dzieci i wahania ich nastroju, aby w porę zareagować na psychiczne problemy dzieci i nie dopuścić do tragedii. Ważne jest zatem, aby dorośli w codziennym zabieganiu zadbali o potrzeby emocjonalne dziecka, nie bali się rozmawiać o przeżywanych przez nie emocjach i ich przyczynach.

Upowszechnianie się Internetu jako źródła informacji i środka komunikacji społecznej jest nieuchronne, a pandemia COVID-19 jeszcze przyspieszyła ten proces. Dlatego będąc świadomym zagrożeń jakie niesie problematyczne wykorzystanie Internetu należy wykonać

krok wstecz, poświęcając więcej uwagi relacjom bezpośrednim, słuchając się nawzajem i ograniczając korzystanie z komunikatorów w wirtualnym świecie. Należy także podjąć wysiłek wzmacniania pozytywnego oddziaływania Internetu, zwłaszcza na młode pokolenie. W dobie postprawdy i zwodniczego permissywizmu wychowanie dzieci i młodzieży musi się ponadto skupić na wychowaniu prawego sumienia, które pozwala na rozróżnienie dobra od zła.

Poznań, dnia 07.02.2022

Podpisali:, dr hab. med. Szczepan Cofta, ks. prał. dr Paweł Deskur (sekretarz), prof. dr hab. Marek Figlerowicz, prof. dr hab. med. Janusz Gadzinowski, prof. dr hab. Anna Grzegorzcyk, prof. dr hab. Tomasz Jasiński, Prof. dr. hab. inż. Tomasz Łodygowski, prof. dr hab. Roman Słowiński, Prof. dr hab. Tomasz Sokołowski, Prof. dr hab. Tomasz Szwaczkowski, dyr. Przemysław Terlecki, prof. dr hab. Jan Węglarz (przewodniczący).