### **Zrozumieć cyfrowe ścieżki młodych — o empatycznym rozumieniu internetu**

**Żyjemy w świecie, który nie jest ani w pełni wirtualny, ani w pełni realny. Jest dynamicznie zmieniającą się hybrydą, w której cyfrowa przestrzeń staje się naturalnym przedłużeniem codzienności. W epoce cyfrowej, gdzie każde kliknięcie i przewinięcie palcem po ekranie smartfona budzi troskę, szczególnie wśród rodziców i opiekunów, kluczowym staje się pytanie: dlaczego tak ważne jest, by wiedzieć, co młodzi ludzie robią w internecie? O tym, jak i dlaczego warto, w kontekście korzystania z technologii, budować zrozumienie między pokoleniami, mówi dr Karol Jachymek, kulturoznawca i medioznawca z Uniwersytetu SWPS.**

Czy powinniśmy obawiać się każdej chwili, którą dzieci i młodzież spędzają online, czy też może czas, by zmienić nasze podejście i spojrzeć na internet przez pryzmat możliwości, które oferuje? Zamiast nieustannego koncentrowania się na potencjalnych zagrożeniach, ważne jest budowanie dialogu między pokoleniami, opartego na wzajemnym szacunku i zrozumieniu. Ekspert w dziedzinie komunikacji międzypokoleniowej zachęca do empatycznego podejścia do cyfrowego świata młodych. Technologia nie jest wrogiem, lecz narzędziem, które — odpowiednio wykorzystane — może wzbogacić nasze życie o nowe możliwości. Ważne, aby nie zatracić się w poczuciu niepokoju, które towarzyszy pojawieniu się nowych technologii, ale patrzeć na cyfrowy świat oczami tych, dla których stanowi on naturalne środowisko rozwoju i eksploracji. Tylko wtedy będziemy w stanie wspólnie kształtować przyszłość, w której technologia służy dobru wspólnemu, nie zagrażając jednocześnie naszemu dobrostanowi.

*Jak młodzi mają nauczyć się kompetencji korzystania z technologii, skoro wdrażamy czy myślimy o wdrażaniu różnego rodzaju zakazów. Zamiast koncentrować się wyłącznie na potencjalnych negatywach, warto spojrzeć na to, jak technologia może wspierać rozwój młodych ludzi, umożliwiać im naukę, tworzenie i utrzymywanie relacji* – mówi dr Karol Jachymek.

**Dlaczego pierwsza reakcja na nową technologię często jest negatywna?**

To pytanie otwiera pole do dyskusji o naszym podejściu do nowości cyfrowych. Każda nowa technologia, niezależnie od tego, czy mówimy o mediach społecznościowych, sztucznej inteligencji, czy o książkach, która przyciąga uwagę społeczeństwa, z dużym prawdopodobieństwem wywoła też niepokój lub nawet panikę. Jak zauważa Amy Orben w artykule „Syzyfowy cykl paniki technologicznej”[[1]](#footnote-0), reakcje te cyklicznie nasilają się i słabną w miarę pojawiania się nowych technologii, z których korzystają zwłaszcza ludzie młodzi. Koncepcja paniki technologicznej rzuca światło na naszą skłonność do skupiania uwagi przede wszystkim na negatywnych skutkach innowacji cyfrowych. Zamiast poddawać się impulsywnym reakcjom i w całości budować na nich politykę edukacyjną czy domowe zasady, warto dążyć do zrozumienia zmian, jakie technologia wprowadza w nasze życie.

*Wyobraźmy sobie prostą sytuację, kiedy patrzymy, jak nasze dziecko spędza godzinę z nosem w smartfonie. W naszych głowach przewijają się wtedy argumenty o szkodliwości tych urządzeń, siedzenia w bezruchu itp., powodując, że trudno nam skupić się na czym innym, niż na samym patrzeniu dziecka w smartfon. Tymczasem, jeżeli spojrzymy na tę sytuację z większego dystansu, może dopuścimy myśl, że w tym czasie dziecko może robić bardzo wiele różnych rzeczy - na przykład spotykać się z przyjaciółmi, odrabiać lekcje lub scrollować TikToka. Co więcej? Przewijanie mediów społecznościowych może być mu w tym momencie bardzo potrzebne, dlatego że miało stresującą klasówkę w szkole i w ten sposób chce się zrelaksować. Oczywiście wgapianie się w ekran może wiązać się z problemowym używaniem technologii, z tym że nasze dziecko jest uzależnione behawioralnie od korzystania ze smartfona. Jednak równocześnie nie musi być z tym w ogóle powiązane. Natomiast nasz pierwszy odruch, to myśl o tym, że to jest zmarnowanie czasu, uzależnienie czy psucie oczu.* – tłumaczy dr Karol Jachymek

Ogromnym problemem w mówieniu o technologiach, jest zakładanie, że oddziałują one na wszystkich w takim samym stopniu i w takich samych okolicznościach. To naprawdę duża pułapka, w którą wpada niekiedy nauka, edukacja czy popularyzatorskie działania dotyczące mediów cyfrowych w życiu młodych osób.

Skupiając się na różnicach pokoleniowych, sami tworzymy bariery komunikacyjne, które zamiast zbliżać, oddalają nas od młodszych użytkowników internetu. Rzeczywistość, w której starsze pokolenia mogą uczyć się od młodszych, jest wciąż odległym ideałem. Tymczasem, jak zauważa dr Karol Jachymek, koncentracja na negatywnych aspektach użycia technologii może niepotrzebnie zwiększać dystans międzygeneracyjny, zamiast budować zrozumienie.

**Co młodzi ludzie znajdują w internecie?**

W społecznym dyskursie przeważa tendencja do postrzegania nowych mediów przez pryzmat zagrożeń, co zaciemnia obraz i przesłania pozytywne aspekty ich używania. Raport „Pozytywny internet i jego młodzi twórcy — dobre i złe wiadomości z badań jakościowych"[[2]](#footnote-1) rzuca światło na tę kwestię, podkreślając, że cyfrowy świat nie jest wyłącznie obszarem zagrożeń, lecz także przestrzenią niezliczonych możliwości. Młodzi ludzie odnajdują w nim miejsce na kreatywne wyrażanie siebie, zdobywanie wiedzy i umiejętności niezbędnych w przyszłej karierze, czy też na wsparcie psychologiczne i emocjonalne.

*Internet jest także miejscem relaksu, spotkań z przyjaciółmi czy po prostu – odskocznią od codzienności. Ta pozytywna strona cyfrowego uniwersum często pozostaje niezauważona, zagubiona wśród alarmistycznych doniesień o uzależnieniach czy cyberprzemocy.* – podkreśla dr Karol Jachymek

**Po co nam wiedza o działaniach młodych w internecie?**

Wszelkie inicjatywy, które mają ograniczyć młodym ludziom dostęp do technologii, choć wynikają z troski, mogą nieść również sporo szkody Jak zauważa ekspert, kluczem do budowania zdrowych relacji z technologią jest współpraca i partycypacyjne podejście, a nie nakładanie samych zakazów. Dzieci i młodzież, by stać się kompetentnymi użytkownikami nowoczesnych technologii, muszą mieć możliwość nauki i eksperymentowania w bezpiecznym środowisku. To zaś wymaga od nas, dorosłych, otwartości na dialog i gotowości do wspólnego poszukiwania rozwiązań. Dr Jachymek zachęca do empatycznego rozumienia internetu, które nie polegałoby na tym, że mamy w pełni akceptować, co my albo młode osoby w nim robią. Takie podejście zakłada próbę zrozumienia, co dzieje się w sieci, po co to jest robione i w jakim kontekście, bo zazwyczaj są to bardzo złożone rzeczy. Zamiast kreować technologię na wyłącznego winowajcę współczesnych problemów młodzieży, warto przyjrzeć się, jakie realne potrzeby i wyzwania stoją za korzystaniem z internetu przez młode pokolenie.

O tym, że nie tylko rodzice i nauczyciele zmagają się z pytaniem o konsekwencje korzystania z technologii przez młodzież, ale także o tym, jak sami młodzi ludzie szukają w internecie przestrzeni dla siebie, dr Karol Jachymek pisze w swojej nowej książce „Z nosem w smartfonie. Co nasze dzieci robią w internecie i czy na pewno trzeba się tym martwić?”[[3]](#footnote-2) Ekspert przedstawia w niej zalety empatycznego podejścia do korzystania z technologii przez młodzież i zaznacza, że książka nie jest opowieścią o technologii, ale o komunikacji, relacjach i umiejętności bycia razem online i offline.

.

PS,

Jakbyśmy mogli też pracować na tej wersji notki (można oczywiście dowolnie ją zmieniać):

Karol Jachymek – kulturoznawca, medioznawca, doktor nauk humanistycznych, adiunkt w Katedrze Kultury i Mediów na Wydziale Nauk Humanistycznych w Warszawie Uniwersytetu SWPS. Współtwórca i wykładowca School of Ideas – nowoczesnego kierunku służącego projektowaniu innowacji społecznych i biznesowych. Ekspert w obszarze edukacji, kultury młodzieżowej, zmian generacyjnych (zwłaszcza Gen Z i Gen Alpha), komunikacji w (nowych) nowych mediach i trendów w popkulturze. Prowadzi szkolenia i warsztaty dla szkół, rodziców, instytucji kultury, organizacji pozarządowych i klientów biznesowych z zakresu współczesnych praktyk medialnych, komunikacji międzypokoleniowej (skierowanej zwłaszcza do Gen Z i Gen Alpha) i komunikacji w social mediach. Współpracował m.in. z Bankiem Millenium, SAS, Mazowieckim Instytutem Kultury, Narodowym Centrum Kultury, Centrum Nauki Kopernik, Centrum Edukacji Obywatelskiej, Fundacją Szkoła z Klasą, NASK, Filmoteką Narodową – Instytutem Audiowizualnym i Centrum Cyfrowym. W roku akademickim 2022/2023 otrzymał tytuł Wykładowcy Roku Uniwersytetu Dzieci. Autor książki "Z nosem w smartfonie. Co nasze dzieci robią w internecie i czy na pewno trzeba się tym martwić?" (Wydawnictwo Agora).

1. Orben A.,The Sisyphean cycle of technology panics, Perspectives on Psychological Science, 2020 [↑](#footnote-ref-0)
2. Pyżalski J. (red.) (2019). Internet i jego młodzi twórcy – dobre i złe wiadomości z badań jakościowych, Warszawa: NASK. [↑](#footnote-ref-1)
3. Jachymek K., Z nosem w smartfonie. Co nasze dzieci robią w internecie i czy na pewno trzeba się tym martwić?, 2024, wyd. Agora [↑](#footnote-ref-2)