

Portal Województwa Lubuskiego



O uzależnieniach młodzieży w erze cyfrowej



Kategoria - Zdrowie

Data publikacji -27 października 2023 godz. 11:20

O aktualnych trendach w uzależnieniach dzieci i młodzieży oraz pomocy osobom uzależnionym od narzędzi cyfrowych rozmawiano w piątek w urzędzie marszałkowskim w Zielonej Górze. Konferencje otworzył wicemarszałek Łukasz Porycki.

To już kolejne spotkanie poświęcone uzależnieniom. Piątkową (27 października 2027

r.) konferencję zorganizowano po to, aby przyjrzeć się pewnym problemom związanym z uzależnieniami cyfrowymi. Prelegentami byli praktycy i eksperci, którzy podzielili się swoimi doświadczeniami. Było to niezwykle połączenie sił. Jak tłumaczyli organizatorzy - nauka plus praktyka, a to daje najlepsze rezultaty. Tematyka dotyczyła różnych ważnych aspektów uzależnień dzieci, młodzieży, a także studentów. Zastanawiano się nad tym, co zrobić, aby działania profilaktyczne miały sens. Moderatorem spotkania była **Dorota Rybczyńska Abdel-Kawy**.

Gości powitał **wicemarszałek Łukasz Porycki**. - Temat uzależnień będzie wracał, świat idzie do przodu. Teraz to są energetyki, dopalacze, e-papierosy oraz wszechobecna elektronika - od nich uzależnia się młodzież. To wszystko niestety jest zgubne i to trudna walka - mówił wicemarszałek.

Jak podkreślał, trwają prace przy projektowaniu budżetu na 2024 r. jeśli będą ciekawe wnioski, to można ująć jakieś działanie. Samorząd województwa wspiera organizacje pozarządowe i w przyszłym roku też będzie to kontynuowane.

Wicemarszałek Łukasz Porycki przypomniał, że samorząd województwa przekazuje Lubskiej Policji narkotesty po to, aby na naszych drogach było bezpieczniej. Od 2012 r. przekazano ich już 1500 sztuk. Wszystkie są wykorzystywane. - Robimy dużo rzeczy, zachęcam do szerokiej dyskusji. Wyzwania świata XXI wieku są duże również w zakresie uzależnień. To ważne, aby chronić nasze dzieci - podkreślał wicemarszałek.

Jak uczyć i wychowywać w erze cyfrowej?

Dr hab. Piotr Plichta mówił o kompetencjach społeczno-emocjonalnych młodych ludzi w erze cyfrowej. Piotr Plichta jest doktorem habilitowanym nauk społecznych w dyscyplinie: pedagogika, pedagog specjalny, nauczyciel dyplomowany z 16-letnim doświadczeniem praktycznym. Zainteresowania naukowe obejmują m.in. sytuację szkolną uczniów ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi, przemoc rówieśniczą i cyberprzemoc, korzystanie z nowych mediów przez młodych ludzi, kryzysową edukację zdalną, stres zawodowy.

Dr Plichta podkreślał, że obecnie wiele osób ma poczucie, że dużo się dzieje, wrażenie przyspieszenia negatywnych procesów. Należy szukać najbardziej stabilnych, niezmiennych rzeczy, jak np. więź z dobrym dorosłym, takim, który rozumie lub stara się zrozumieć.

Często obraz młodzieży jest budowany na podstawie klinicystów, wyciąganie wniosków odbywa się na podstawie jednostki w grupie np. w klasie a dotyczących całej populacji młodzieży. Świat, w jakim przyszło żyć młodym ludziom jest trudny. Nie same środowisko cyfrowe jest winne, bo to nie do końca prawda. Te mechanizmy i sytuacje tworzą i kreują ludzie. Na przykład te, których zadaniem jest przyciągnięcie, a następnie, jak najdłuższe zatrzymanie w „sieci” młodej osoby. - Przyszedł internet i zabrał mi dziecko, problem musiał być już wcześniej. Czasem to wygodna teza. Nie zawsze jest to uzależnienie, ale częściej jest to problematyczne używanie internetu. Mówiąc o cyfrowej odpowiedzialności, potrzebny jest wystarczająco dobry dorosły. Rozmowa o nowych mediach powinna rozpocząć się

od nas dorosłych – mówił dr hab. Piotr Plichta. Jednak, aby walczyć, najpierw należy poznać wroga. Warto zapoznać się z nowymi narzędziami cyfrowymi. Dorośli też mają swoje „za uszami” jeśli chodzi o aktywność w internecie np. sharenting, czyli umieszczanie wizerunku swoich dzieci. - My sami mamy dużo do zrobienia. Młodzi ludzie potrzebują nas, aby pokazać im czym jest cyfrowe obywatelstwo. Należy uczyć młodzież zarządzania sobą. Niezwykle istotna jest inwestycja we wzmacnianie młodego człowieka - wzmacnianie młodych ludzi i relacji z innymi ludźmi. Serwisy społecznościowe celowo wykorzystują mechanizmy uzależnień behawioralnych – podkreślał.

Dodał, że to, jak się czujemy, wyraża się w sposobie korzystania z internetu i jednocześnie zależy od tego, jak używamy nowych technologii. Łatwiej stać się sprawcą nieplanowanych działań w internecie niż offline.

Wśród prelegentów byli także:

- **Robert Rejniak**, *Uzależnienia a okaleczenia. Podobieństwa i różnice dotyczące zachowań ryzykownych nastolatków;*
- **Justyna Staszewska** *Rola rodzica w relacjach z dzieckiem. Jak utrzymać więź w dzieci w epoce nowych technologii cyfrowych;*
- **Kamila Wylęgły**, *Studenci w obliczu ryzyka. Pozytywny rozwój młodych dorosłych z perspektywy profilaktyki uzależnień;*
- **Mariusz Matysik**, *Dwa razy więcej nie zawsze cieszy. Podwójna diagnoza – „podwójne” problemy, aktualne koncepcje rozwiązań.*