

JOANNA
SEWERYN

UZALEŻNIENIE OD NOWYCH MEDIÓW



Joanna Seweryn

Uzależnienie od nowych mediów

wśród młodzieży w wybranych czasopismach pedagogicznych

Copyright by Joanna Seweryn & e-bookowo 2008

ISBN 978-83-61184-19-5

www.e-bookowo.pl

Kontakt: wydawnictwo@e-bookowo.pl

Wszelkie prawa zastrzeżone.
Kopiowanie, rozpowszechnianie części
lub całości bez zgody wydawcy zabronione

Wydanie I 2008

SPIS TREŚCI

WSTĘP.....	4
Rozdział I	
Przegląd literatury związanej z problematyką uzależnień	7
1.1 Definicja uzależnienia	7
1.2 Rodzaje uzależnień.....	11
1.3 Etiologia uzależnień	15
1.4 Prezentacja dotychczasowego stanu badań w zakresie uzależnień od współczesnych narzędzi komunikacji	23
Rozdział II	
Nowa Era komunikacji – człowiek synonimem kogoś uzależnionego	25
2.1 Nowa Era komunikacji	25
2.2. Problem uzależnień od komputera	32
2.3 Internet zagrożeniem dla wychowania	37
2.4 Uzależnienie od telefonu komórkowego.....	43
2.5 Wpływ uzależnienia od telewizji na problemy wychowawcze.....	45
Rozdział III	
Charakterystyka wybranych czasopism pedagogicznych	54
3.1 Struktura wybranych czasopism pedagogicznych	54
3.2 Zagadnienia teoretyczne	59
3.3 Praktyka i doświadczenia	67
3.4 Liczebność artykułów o problematyce uzależnień od współczesnych narzędzi komunikacji	71
3.5 Treści badanych artykułów	77
PODSUMOWANIE I WNIOSKI.....	80
BIBLIOGRAFIA.....	82

Wstęp

Jednym z problemów wychowawczych, z jakim spotykają się rodzice i nauczyciele w opiece nad dzieckiem jest uzależnienie dzieci i młodzieży od współczesnych narzędzi komunikacji.

Współczesne środki komunikacji wywierają ogromny wpływ na rozwój psychiczny człowieka. Internet, komputery, telewizja oraz telefony komórkowe coraz częściej uzależniają od siebie. Dotyczy to szczególnie młodych ludzi, którzy mają z mediami największy i najczęstszy kontakt. Dzieci i młodzież coraz częściej przyznają, że nie są w stanie obyć się bez komputera, komórki czy odtwarzacza MP3. Kontakt z komputerem i telewizją zastępuje kontakty z rówieśnikami i rodziną. Media stają się najważniejszym źródłem informacji i rozrywki dla młodych ludzi, wypierając tym samym wychowawców i rodziców.

Pod wpływem współczesnych środków komunikacji zmianie ulegają dotychczasowe postawy, zachowania i opinie użytkowników. Telefony komórkowe, komputery, telewizja zdają się dominować w kształtowaniu osobowości szczególnie wśród najmłodszych. Młodsze dzieci nie są w stanie oddzielać rzeczywistości od fantazji prezentowanej w mediach. Co więcej, dzieci zaczynają mieć oznaki uzależnienia od nowych środków komunikacji. Komputer czy telefon komórkowy stał się modnym prezentem dla dziecka. Już w szkole dzieci zaczynają rywalizować ze sobą w dziedzinie posiadania najnowszych gadżetów. Jest to niezmiernie interesujący problem, gdyż wypełnia on coraz szersze obszary naszej rzeczywistości. Nowe zachowania komunikacyjne wpływają na język, którym posługują się dzieci i młodzież, a także są

jedną z przyczyn pojawienia się zupełnie nowych problemów wychowawczych. Dzieci wybierają gry komputerowe zamiast zabawy z rówieśnikami, kontakty z rodzicami ograniczają do rozmów przez telefon komórkowy. Ich wybory i światopogląd jest kształtowany nie przez nauczycieli i rodziców, ale przez reklamy telewizyjne.

Warto zatem bliżej przyjrzeć się tym zjawiskom. Odkryć mechanizmy powodujące uzależnienie się dzieci i młodzieży od nowych środków komunikacji. Problemy te są szeroko omawiane w ostatnim czasie w prasie pedagogicznej. Interesujące są propozycje pedagogów i nauczycieli dotyczące nie tylko diagnozy istniejącej sytuacji, ale również dróg wyjścia z niej.

Niniejsza praca dotyczy problemu uzależnienia dzieci i młodzieży od nowoczesnych środków komunikacji oraz związanych z tym problemów wychowawczych. Uzasadnieniem dla wyboru tematu stały się obserwacje współczesnej młodzieży ulegającej wpływowi środków masowego przekazu. Temat uzależnień młodych ludzi od współczesnych środków komunikacji nie jest wbrew pozorom dogłębnie opracowany w literaturze przedmiotu. Problematyka ta jest niezmiernie aktualna w czasach wszechobecności mediów. Badacze kultury masowej i pedagodzy od lat starają się zbadać wpływ, jaki wywołują treści przekazywane przez środki masowego przekazu na rozwój dzieci i młodzieży. Wielu z nich dostrzega negatywne skutki tego procesu.

Na potrzeby niniejszej pracy dokonano przeglądu literatury przedmiotu ze szczególnym uwzględnieniem wybranych czasopism pedagogicznych.

W pierwszym rozdziale dokonano przeglądu literatury związanej z problematyką uzależnień, przedstawiono definicje uzależnień, ich

etiologię oraz aktualny stan badań na temat uzależnień od nowych środków komunikacji.

Drugi rozdział opisuje nową erę komunikacji, w której zdaje się dominować człowiek uzależniony od środków masowego przekazu i multimediiów. Problem ten przedstawiono na przykładzie dzieci i młodzieży uzależnionych od komputera, gier komputerowych, Internetu, telewizji, reklam oraz telefonów komputerowych.

Trzeci rozdział stanowi opis i charakterystykę wykorzystanych w pracy czasopism pedagogicznych takich jak: *Opieka*, *Wychowanie*, *Terapia*, *Problemy Opiekuńczo-Wychowawcze* oraz *Remedium*. Dokonano przeglądu artykułów opublikowanych w tych czasopismach, dotyczących problematyki uzależnienia od komputera, Internetu, telefonów komórkowych i telewizji wśród dzieci i młodzieży.

Rozdział I

Przegląd literatury związanej z problematyką uzależnień

1.1 Definicja uzależnienia

Uzależnienie jest to nabyta silna potrzeba wykonywania jakiejś czynności lub zażywania jakiejś substancji. Niezależnie od objawów uzależnienie można określić jako organiczny, psychiczny lub psychosomatyczny przymus zaspokajania jakiejś potrzeby.¹ „Uzależnienie jest zatem mentalnym lub organicznym ześrodkowaniem na tej potrzebie, która stoi na czele hierarchii wartości danej jednostki.”² Podłożem takiego zachowania jest specyficzna konstrukcja psychiczna uaktywniania pod wpływem czynników psychologicznych lub środowiskowych.

Uzależnienie pojawia się jako efekt zastępczego zaspokojenia innej ważnej dla człowieka potrzeby (zaspokajanie zamiast). Najczęstszym powodem pojawiania się uzależnienia jest frustracja (blokada) jakiejś istotnej wartości, np. miłości, uznania, akceptacji,

¹ D. Becelewska, Hobby, przyzwyczajenie czy uzależnienie?, *Problemy Opiekuńczo-Wychowawcze*, 2000, nr 3, s. 44.

² Tamże, s. 44.

samorealizacji. Blokada ta uruchamia inną potrzebę, której zaspokojenie jest łatwe i dostarcza natychmiastowej satysfakcji. W ten sposób jednostka redukuje niekorzystne napięcie wywołane niemożnością zaspokojenia ważnej potrzeby. Uzależnienie jest przymusem powtarzania zachowań przynoszących odprężenie, poczucie spokoju i zadowolenia. Łatwość zaspokojenia nowej potrzeby dostarcza satysfakcji, która powoduje wyparcie ze świadomości uprzedniej potrzeby. Uzależniony nie jest świadomy, że stosuje mechanizm zastępczego zaspokajania potrzeb.³

Termin „uzależnienie” używany jest w wielu różnych znaczeniach i nie ma jednej uzgodnionej naukowej definicji. Za kryteria umożliwiające określenie uzależnienia uznaje się najczęściej zachowania, które stają się nawykowe, są częste, regularne i standardowe. Zachowania te miewają często charakter krańcowy i zabierają uzależnionemu większą część czasu.

Cechą uzależnienia jest to, że trudno uzależnionemu zaprzestać wykonywania danych czynności w sposób całkowity i trwały. Jest to związane z silnym, powracającym przymusem do poddania się nałogowi. „Znamienną cechą uzależnienia jest niemożność powstrzymania się od danej czynności, mimo widocznych złych skutków, jakie ona powoduje w życiu osoby uzależnionej, wpływa dezorganizująco na jej życie, zaburza relacje z otoczeniem, zakłóca funkcjonowanie fizyczne i psychiczne.”⁴

Zgodnie z definicją uznawaną przez Światową Organizację Zdrowia uzależnienie to „stan psychiczny, a czasami także fizyczny wynikający z interakcji między żyjącym organizmem a środkiem uzależniającym, charakteryzujący się zmianami zachowania lub innymi reakcjami, które zawsze zawierają przymus brania tych środków w

³ D. Becelewska, ...op.cit., s. 44-45

⁴ B. Kosek-Nita, E. Rozmus, *Uzależnienie od gier komputerowych, Problemy Opiekuńczo-Wychowawcze*, 2003, nr 1, s. 11

sposób ciągły lub okresowy, w celu uniknięcia złego samopoczucia związanego z ich brakiem.”⁵ Definicja ta dotyczy wyłącznie uzależnień od alkoholu i substancji psychoaktywnych.

Uzależnienie można zdiagnozować, jeśli w ciągu minionego roku wystąpiły co najmniej trzy z wymienionych poniżej zjawisk:

1. silne pragnienie lub poczucie przymusu zażycia substancji
2. trudności w kontrolowaniu zachowania związanego z zażywaniem substancji (rozpoczynanie, kończenie i rozmiary zażywania)
3. fizjologiczne objawy stanu odstawienia, występujące, gdy picie zostało przerwane lub zmniejszone, przejawiające się specyficznym dla danej substancji zespołem abstynencyjnym oraz zażywaniem tej samej lub podobnej substancji w celu złagodzenia lub uniknięcia objawów abstynencyjnych
4. stwierdzenie tolerancji (potrzeby zażywania zwiększonej dawki substancji w celu uzyskania efektów poprzednio osiągniętych przy pomocy mniejszych dawek)
5. narastające zaniedbywanie innych źródeł przyjemności lub zainteresowań z powodu zażywania danej substancji, zwiększenie ilości czasu koniecznego do zdobycia lub zażywania substancji albo do usuwania skutków jej działania
6. zażywanie mimo wyraźnych dowodów szkodliwych następstw, takich jak uszkodzenia wątroby, stany depresyjne występujące po okresach intensywnego używania tych substancji, uszkodzenia funkcjonowania poznawczego związane z substancjami - w tych

⁵ A. Mardofel, Z. Iwanowski, B. Chudzik, Czy Internet uzależnia?, *Remedium*, 2005, nr 7/8, s. 34

przypadkach potrzebne jest rozpoznanie, czy zażywający mógł być świadomy natury i zakresu tych szkód.⁶

Uzależnienie może mieć charakter zachowania problemowego, choroby somatycznej, zaburzenia psychicznego, silnie utrwalonego nawyku, narzędzia psychologicznego oraz nadmiernego popędu czy subiektywnie racjonalnego wyboru.

Uzależnienie jest stanem niekontrolowanej zależności fizycznej, psychicznej i społecznej od środka uzależniającego. W przypadku odstawienia go występują przykre objawy fizyczne i psychiczne, które są nie do zniesienia dla uzależnionego i skłaniają go do ponownego sięgnięcia po środek uzależniający.

Uzależniony postępuje często irracjonalnie, gdyż mimo wyraźnego zagrożenia dla jego zdrowia płynącego z działań związanych z uzależnieniem, nadal kontynuuje swoje zachowania, usprawiedliwiając się przed sobą i innymi, szukając pozytywnych stron swoich działań, a nawet przekonując otoczenie, że musi wykonywać pewne działania. Zdarza się również, że uzależniony nie jest w pełni świadomy swojego nałogu, zaprzecza jego istnieniu, wypierając się go przed otoczeniem.

⁶ J. Mellibruda, *Psychopatologia zjawisk społecznych* [w:] *Psychologia*, pod red. J. Strelau, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 2000