

Młodzi online – jak młodzież korzysta z internetu i jakie potencjalnie mogą spotkać ich zagrożenia

Internet stanowi integralną część życia młodych osób, będąc środowiskiem, w którym na co dzień funkcjonują. Zgodnie z raportem "Nastolatki 3.0", aż 95% młodzieży w wieku 12-17 lat korzysta z internetu, a większość spędza w sieci od 2 do 4 godzin dziennie. Dla wielu z nich media społecznościowe są głównym sposobem komunikacji i wyrażania siebie. Dla młodzieży nie istnieje wyraźny podział na bycie online i offline, który często zauważają dorośli. Smartfony i dostęp do internetu odgrywają kluczową rolę w ich codziennej rzeczywistości. Korzystają z wielu platform, takich jak Instagram, TikTok czy YouTube.

Jako dorośli, mamy ograniczone możliwości nadążania za wszystkimi treściami, które są ważne dla młodych ludzi. Najlepszą metodą jest rozmowa z nastolatkami i okazywanie szczerego zainteresowania ich światem. W ten sposób zyskujemy możliwość komentowania treści i interweniowania w sytuacjach, które mogą być niebezpieczne. Nowe technologie mogą stanowić szansę na rozwój i zdobywanie wiedzy, ale należy pamiętać, że internet niesie ze sobą również istotne zagrożenia.

Jednym z nich jest cyberprzemoc. Badania EU Kids Online wykazały, że około 20% młodzieży doświadczyło przemocy online, w tym zastraszania, wyśmiewania, ośmieszania lub nękania. Cyberprzemoc może mieć poważne skutki dla zdrowia psychicznego i emocjonalnego młodych ludzi, prowadząc do niskiej samooceny, depresji, a nawet myśli samobójczych. Konieczne jest edukowanie młodzieży na temat rozpoznawania i reagowania na cyberprzemoc oraz budowanie świadomości, że każdy może odegrać rolę w zapobieganiu temu zjawisku.

Innym istotnym zagrożeniem jest uwodzenie online. Internet oferuje pozorną anonimowość i łatwy dostęp do innych osób, co może być wykorzystywane przez osoby chcące skrzywdzić młodych ludzi. Badania EU Kids Online wykazały, że 8% młodzieży spotkało się z próbą uwodzenia w internecie. Sprawcy często przybierają fałszywą tożsamość, manipulują emocjami i wykorzystują zaufanie młodych użytkowników. Ważne jest, aby młodzież była świadoma

takich zagrożeń, umiała rozpoznawać podejrzane sytuacje i wiedziała, jak skutecznie reagować. Rodzice powinni zwracać uwagę na zmiany w zachowaniu swoich dzieci.

Kolejnym potencjalnym zagrożeniem są szkodliwe treści. Internet jest pełen materiałów pornograficznych, prezentujących przemoc lub promujących niezdrowe wzorce zachowań. Nastolatki mogą być narażone na treści, które negatywnie wpływają na ich rozwój emocjonalny. W przypadku młodszych dzieci skuteczne może być stosowanie kontroli rodzicielskiej. W przypadku starszej młodzieży kluczowa jest edukacja i budowanie relacji opartej na zaufaniu, aby w razie potrzeby mogły zwrócić się do rodziców o wsparcie.

Nadużywanie internetu to kolejny problem, który może dotknąć młodzież. Nadmierne korzystanie z nowych technologii może prowadzić do izolacji społecznej, pogorszenia zdrowia psychicznego oraz problemów z koncentracją i nauką. Ważne jest, aby młodzież utrzymywała zdrową równowagę między czasem spędzonym w sieci a innymi aktywnościami, takimi jak nauka, sport czy kontakty z rówieśnikami poza internetem. Istotne by zwrócić uwagę, że wiele narzędzi internetowych tworzonych jest tak by jak najmocniej przywiązać do siebie użytkownika. Kontrolowanie czasu spędzanego w takich serwisach może być bardzo trudne, zarówno dla osób młodych jak i dorosłych.

Mimo tych zagrożeń, nowe technologie mają także pozytywne aspekty. Dają młodzieży możliwość rozwijania pasji i zainteresowań, zdobywania wiedzy, angażowania się w aktywizm społeczny i tworzenia społeczności online. Możemy inspirować młodych ludzi do korzystania z technologii w sposób kreatywny i pozytywny, promując twórczość, pozytywne relacje i zdrowy styl życia online. Technologia będzie obecna w życiu młodych ludzi i nie można tego uniknąć. Musimy jednak działać odpowiedzialnie, edukując młodzież o potencjalnych zagrożeniach i wspierając ich w rozwijaniu umiejętności radzenia sobie z trudnościami online. Dzięki odpowiedniej wiedzy i wsparciu młodzi ludzie mogą w pełni wykorzystać potencjał technologii do rozwoju osobistego i społecznego.