

Jak rozpoznać CYBERZABURZENIA?

I etap

„WCHŁANIANIE W SIEĆ” – KLUCZOWYM CZYNNIKIEM WPŁYWAJĄCYM NA DZIECKO JEST TUTAJ WSZECHSTRONNOŚĆ URZĄDZENIA ORAZ ATRAKCYJNOŚĆ TREŚCI I RELACJI. OBSERWUJEMY NASTĘPUJĄCE ZACHOWANIA:

- nieustanne używanie smartfona, niezależnie od kontekstu sytuacyjnego („przyspawanie” do urządzenia);
- pojawienie się zaburzeń relacji wewnątrzrodziny w postaci powtarzającego się spóźniania dziecka na czynności rodzinne (np. posiłki) oraz próby ich odkładania w czasie („zaraz”, „już idę”, „nie jestem głodna”);
- przedkładanie relacji *screen to screen* nad *face to face* (dzieci stojące obok siebie lub przebywające w sąsiednich pokojach, a porozumiewające się za pomocą komunikatorów);
- kompulsywna aktywność w sieci (natychmiastowe odpowiadanie na komunikaty z social mediów, nawet przy wykonywaniu istotnych zadań);
- obecność smartfonów przy ważnych czynnościach rozwojowych (np. odrabianiu lekcji, nauce w szkole);
- sprzeciw wobec wyznaczonych przez rodziców i nauczycieli zasad korzystania z technologii cyfrowych.

II etap

POSTĘPUJĄCE „WCHŁANIANIE W SIEĆ” Z JEDNOCZESNYM ZANIKIEM REALNYCH RELACJI SPOŁECZNYCH. CZĘSTO OBSERWUJEMY ZMNIEJSZANIE AKTYWNOŚCI EDUKACYJNEJ DZIECKA:

- wymuszanie na rodzicach wydłużania czasu korzystania ze smartfona (np. „muszę sprawdzić, jakie mamy zadania...”, „potrzebny mi jest do nauki...”), z jednoczesnym kontestowaniem uwag o braku kontroli nad korzystaniem z technologii cyfrowych;
- nieustanny kontakt z urządzeniem, nawet w takich sytuacjach jak: toaleta, posiłki czy prace porządkowe; pojedyncze absencje szkolne, szczególnie spóźnianie się na pierwszą lekcję oraz problemy z porannym wstawaniem, przysypianie na lekcjach;
- zauważalne pogorszenie wyników edukacyjnych w cyklu 3-4 miesięcy, bez istotnych przyczyn, rezygnowanie przez dziecko z zainteresowań pozaszkolnych, argumentowane brakiem czasu, przemęczeniem, brakiem zainteresowania; pojawienie się nocnej aktywności w sieci;
- szantażowanie rodziców, np. „będę chodzić do szkoły, jeśli będę mieć smartfon w nocy w swoim pokoju”, próby omijania programów kontroli rodzicielskiej i łamania „kontraktu cyfrowego”.

III etap

NASILONE WYSTĘPOWANIE ZABURZEŃ Z DWÓCH PIERWSZYCH ETAPÓW ORAZ POSTĘPUJĄCA SPOŁECZNA IZOLACJA DZIECKA I TRAKTOWANIE CYBERŚWIATA JAKO WIODĄCEGO OBSZARU AKTYWNOŚCI:

- powtarzające się wielogodzinne, nawet wielodobowe izolowanie się dziecka w swoim pokoju z jednoczesną odmową uczestniczenia w życiu rodziny;
- fizyczne blokowanie przez dziecko dostępu do pokoju;
- zaburzenie rytmu dobowego – nocna aktywność;
- agresja słowna lub fizyczna w przypadku rozmów o nadużywaniu korzystania ze smartfona;
- zmiana priorytetów życiowych – aktywność cyfrowa na pierwszym miejscu;
- częsta, wręcz nieustanna drażliwość dziecka;
- powtarzające się i długie absencje szkolne;
- widoczne zaniedbanie higieny osobistej i kultury żywienia;
- zauważalne przemęczenie psychofizyczne;
- oznaki depresji i paniki oraz stany lękowe (szczególnie przy utracie kontaktu ze smartfonem).

Pobierz raport:

