

**MAGDALENA BIGAJ** jest wiceprezeską Fundacji Dbam o Mój Zasięg, ekspertką komunikacji społecznej. Bada wpływ nowych technologii na społeczeństwo, zwłaszcza na kondycję osób dorosłych. Członkini Komitetu Dialogu Społecznego Krajowej Izby Gospodarczej. Ekspertka Ministerstwa Cyfryzacji ds. bezpieczeństwa dzieci i młodzieży w Internecie. Mama 9-letniej Marysi i 5-letniego Mikołaja.

## EGZAMIN NA CYFROWYCH PRZEWODNIKÓW. O SYTUACJI RODZICÓW W CZASIE ZDALNEJ EDUKACJI

MAGDALENA BIGAJ

Spoteczna izolacja wywołana pandemią koronawirusa stanowiła wyzwanie dla całej społeczności szkolnej, także dla rodziców – często pomijanych w rozmowach o doświadczeniach zdalnej edukacji, w których dominują wątki dotyczące sytuacji nauczycieli i uczniów. Tymczasem zdalna edukacja stanowi wyzwanie dla całych rodzin, a o jej sukcesie stanowi współpraca trzech stron: nauczycieli, uczniów i rodziców. Dlatego też tej ostatniej grupie poświęcony jest niniejszy tekst.

Kiedy 12 marca 2020 roku z powodu rozprzestrzeniania się koronawirusa ogłoszono zamknięcie szkół, rodzice uczniów stanęli przed podwójnym wyzwaniem: nagłą koniecznością zapewnienia opieki swoim dzieciom oraz zapewnienia ciągłości swojej pracy. Pandemia przyniosła bowiem społeczeństwu strach nie tylko o zdrowie, ale także o zapewnienie bytu sobie i swoim bliskim. Wielu pracowników obawiało się o swoje miejsca pracy, a potęgujący poczucie zagrożenia szum informacyjny nie sprzyjał zachowaniu spokoju i psychicznej równowagi. W tych pierwszych dniach, skupieni na zagrożeniu chorobą, rodzice na pewno nie spodziewali się, jak bardzo będą musieli zaangażować się w proces edukacji.

### RODZICIELSTWO W CZASACH TECHNICZNEGO DETERMINIZMU

Punkt wyjścia do zrozumienia sytuacji rodziców w roku 2020 znajduje się w szerokiej perspektywie społeczeństwa informacyjnego, w jakim funkcjonuje współczesny człowiek, a które nakłada na rodzica nowe obowiązki związane z wychowywaniem dzieci. Zgodnie z teorią technicznego determinizmu, którego jednym z przedstawicieli był m.in. Marshall McLuhan, nowoczesna technika jest czynnikiem kształtującym system społeczny, a zatem także jednostkę. Decydującą rolę odgrywa tu informacja i techniki informacyjne. Żyjemy w czasach tzw. czwartej rewolucji przemysłowej, która nastąpiła po

## EGZAMIN NA CYFROWYCH PRZEWODNIKÓW. O SYTUACJI RODZICÓW W CZASIE ZDALNEJ EDUKACJI

erze agrarnej i industrialnej. Wymiana energetyczno-informacyjna stanowi podstawowe zjawisko życia<sup>1</sup>. Niektórzy badacze określają ją jako metabolizm informacyjny, w myśl którego dążymy w swoim życiu do „przetrawienia” informacji, które do nas docierają. A że dociera ich znacznie więcej, niż możemy „strawić”, niesie to ze sobą wiele zagrożeń.

Technologie informacyjno-komunikacyjne są dzisiaj stałym elementem życia człowieka i przenikają do kolejnych jego obszarów. Intensywny rozwój TIK przyniósł wiele nowych zjawisk, jak praca zdalna czy wykorzystywanie narzędzi ekranowych do komunikowania się. Już przed pandemią prowadziło to m.in. do zacierania się granicy między czasem na pracę a życie prywatne oraz wydłużania się czasu spędzanego przed ekranem, co w konsekwencji skutkowało problemami z utrzymaniem cyfrowej higieny<sup>2</sup> oraz mogło prowadzić do uzależnienia od komputera i Internetu<sup>3</sup>.

Jeśli czytelnikowi wydaje się, że pojęcie uzależnienia od Internetu jest czymś nowym, to warto wiedzieć, że po raz pierwszy pojawiło się ono ponad ćwierć wieku temu. Zauważono to już na początku lat 90. XX wieku w USA, kiedy to pierwszy raz termin *Internet Addiction Disorder* (IAD) użyty został przez amerykańskiego psychiatrę Ivana

Goldberga w 1995 roku<sup>4</sup>. Pionierem pomiaru negatywnych wzorów korzystania z nowych technologii była amerykańska badaczka Kimberly Young, która na 104. konferencji *American Psychological Association* przedstawiła pierwsze empiryczne badania na temat uzależnienia od Internetu, proponując zestaw pytań ułatwiających diagnozę uzależnienia od sieci, zwany w skrócie IAT, od *Internet Addiction Test*<sup>5</sup>. Od tamtej pory badacze na całym świecie, również w Polsce, analizują wpływ nowych technologii na ich użytkowników.

Jednak jeszcze przed pojawieniem się terminu „uzależnienie od Internetu” i upowszechnieniem się sieci WWW, zwracano uwagę na to, że nadmiar informacji docierający do jednostki stanowi ogromne wyzwanie. Zaczęto mówić o specyficznym rodzaju stresu informacyjnego, określanego mianem technostresu. Pojęcie to po raz pierwszy zostało zdefiniowane w 1984 roku przez C. Broda jako współczesna choroba adaptacyjna spowodowana niezdolnością do radzenia sobie z nowymi technologiami komputerowymi w zdrowy dla naszej psychiki sposób<sup>6</sup>. Stały i dynamiczny rozwój nowych technologii informacyjno-komunikacyjnych i ich coraz większa obecność w życiu człowieka sprawia, że potrzebny jest coraz większy wysiłek psychiczny, by sprostać takiemu napływowi informacji<sup>7</sup>. Profesor Maria Ledzińska zwraca uwagę, że intensywne bodźcowanie staje się problemem psychologicznym z racji ograniczonych możliwości umysłu w zakresie przetwarzania informacji. Powstające napięcie wiąże się zatem z pragnieniem odbioru i opracowania danych i niemożliwością dokonania tego<sup>8</sup>.

<sup>1</sup> Ledzińska M. *Stres informacyjny jako zagrożenie dla rozwoju*, „Roczniki Psychologiczne” nr (5)/2002, [https://dlibra.kul.pl/Content/21054/RPsych\\_2002\\_vol05\\_077-097\\_Ledzinska.pdf](https://dlibra.kul.pl/Content/21054/RPsych_2002_vol05_077-097_Ledzinska.pdf) (dostęp 1.06.2020).

<sup>2</sup> Cyfrowa higiena – zespół działań i czynności zmierzających do optymalizacji indywidualnego zdrowia somatycznego, psychicznego oraz społecznego w zakresie korzystania z technologii informacyjno-komunikacyjnych. Jej poziom uzależniony jest od samoregulacji i kontroli związanej z używaniem Internetu oraz cyfrowych narzędzi ekranowych, alternatywy dla świata cyfrowego, jak również rozwiniętej sieci oparcia społecznego. Higiena cyfrowa może być rozumiana jako postawa życiowa wynikająca z kreatywnego i odpowiedzialnego używania zasobów sieci. Por. Dębski M., Bigaj M., *Młodzi cyfrowi. Nowe technologie. Relacje. Dobrostan*, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 2019; Ptaszek G., Bigaj M., Dębski M., Pyzalski J., Stunża G.D. *Zdalna edukacja – gdzie byliśmy, dokąd idziemy? Wstępne wyniki badania naukowego „Zdalne nauczanie a adaptacja do warunków społecznych w czasie epidemii koronawirusa”*, Warszawa 2020.

<sup>3</sup> Bowman L. i in. *Can students really multitasking? An experimental study on instant messaging while reading*, „Computers and Education” nr 54/2010, s. 927-931; Herman D. *The Fear of Missing Out (FOMO)*, 2010, [http://www.danherman.com/The-Fear-of-Missing-Out-\(FOMO\)-by-Dan-Herman.html](http://www.danherman.com/The-Fear-of-Missing-Out-(FOMO)-by-Dan-Herman.html) (dostęp 20.05.2020); Sparrow B. *Google effects on memory: Cognitive consequences of having information at our fingertips*, „Science” nr 333/2011, s. 776; Spitzer M. *Cyberchoroby*, Wydawnictwo Dobra Literatura, Stupsk 2016.

<sup>4</sup> Jupowicz-Ginaska A., Kisilowska M., Jasiewicz J., Baran T., Wysocki A. *FOMO 2019. Polacy a lęk przed odłączeniem – raport z badań*, 2019, [https://www.wdib.uw.edu.pl/attachments/article/2535/FOMO%202019\\_Raport.pdf](https://www.wdib.uw.edu.pl/attachments/article/2535/FOMO%202019_Raport.pdf) (dostęp 1.06.2020).

<sup>5</sup> Young K.S. *Internet addiction: the emergence of a new clinical disorder*, „CyberPsychology and Behavior” nr 1(3)/1996, s. 237-244, <http://netaddiction.com/articles/newdisorder.pdf> (dostęp 1.06.2020).

<sup>6</sup> Brod C. *Technostress: the human cost of the computer revolution*, Basic Books, Nowy Jork 1984 [za:] Ledzińska M. *Stres informacyjny jako zagrożenie dla rozwoju*, ibidem.

<sup>7</sup> Ibidem.

<sup>8</sup> Ibidem, s. 89

## MAGDALENA BIGAJ

Jednym z objawów technostresu jest syndrom FOMO (z ang. *fear of missing out*), oznaczający strach, wszechogarniający lęk, że inne osoby w danym momencie przeżywają bardzo satysfakcjonujące doświadczenia, w których ja nie uczestniczę<sup>9</sup>. Dowód na to, że na FOMO znaczący wpływ mają nowe technologie, zwłaszcza zaś media społecznościowe, dostarczyli w 2013 r. Andrew K. Przybylski, Kou Murayama, Cody R. DeHaan i Valerie Dladwell, tworząc tzw. skalę FOMO, która pozwala zmierzyć poziom przywiązania do Internetu i smartfona.

Jednocześnie badacze zwracają uwagę, że odczuwanie technostresu czy negatywnych konsekwencji korzystania z TIK zależy nie tylko od poci, wieku czy wykształcenia, ale także od umiejętności samoregulacji i utrzymywania higieny cyfrowej. Zasadnicze znaczenie mają tutaj wzory korzystania z TIK, które proponuję zdefiniować jako charakterystyczny dla danej jednostki sposób korzystania z TIK, na który składają się zachowania podejmowane w Internecie, wykorzystywane narzędzia, zbiór przekonań na temat TIK oraz umiejętność samokontroli w obszarze korzystania z urządzeń ekranowych. Wzory te z założenia nie są stałe, skoro dotyczą technologii, które cechuje permanentna zmiana. Możemy je uznać za swego rodzaju strategię jednostki wobec napływu informacji. Strategia ta ulega zmianie z wiekiem, wraz z nabieraniem nowych doświadczeń oraz ich analizą. W przypadku wielu innych wyzwań cywilizacyjnych możemy mówić więc o pewnym transferze wzorów od starszych pokoleń do młodszych. Jednak w przypadku stale rozwijających się nowych technologii i starzy, i młodzi – i rodzice, i dzieci – muszą stale się adaptować do zmieniającego się otoczenia. Dochozimy więc tutaj do ogromnego wyzwania, jakie stoi przed współczesnymi rodzicami, polegającego na wychowaniu dziecka do życia w społeczeństwie informacyjnym. Jest to zresztą również wyzwanie dla szkoły, jednak w niniejszym tekście poświęcamy uwagę roli rodziców w tej kwestii.

Trudno nie zgodzić się z Jouvałem Hararim, który w swojej książce „21 lekcji na XXI wiek” zwraca uwagę, że wyzwaniem wychowawczym jest dzisiaj przygotowanie dzieci do elastycznego reagowania na zmianę i jednocześnie nauczania ich odporności na stres wywołany tą zmianą<sup>10</sup>. Nietatwe zadanie. Zwłaszcza że jako ludzie dojrzały podlegamy tej samej, a często nawet większej presji zmiany niż dzieci, które wychowujemy. Mózg osoby dorosłej także ma problemy z metabolizmem informacyjnym i jest to niezwykle ważny, choć często pomijany fakt. W publicznej dyskusji o wpływie nowych technologii na ich odbiorców, także w badaniach naukowych, najczęściej uwagę poświęca się dzieciom i młodzieży, ewentualnie młodym dorosłym. Może to sprawiać błędne wrażenie, że dorośli są w jakiś szczególny sposób ewolucyjnie dostosowani do życia w tzw. smogu informacyjnym. Tymczasem badania naukowe poświęcane osobom dorosłym, zwłaszcza w dziedzinie neurobiologii, pokazują, że tak nie jest. Ludzie dorośli mogą tak samo uzależnić się od nowych technologii jak dzieci. Korzystanie ze smartfona, mediów społecznościowych i komunikacja w sieci również u dorosłych pobudza ośrodek nagrody w mózgu, który przecież stworzony jest tak, by dążyć do dostarczania nagród i kolejnych wyrzutów dopaminy. Nowe technologie, oferujące nam natychmiastową gratyfikację na wyciągnięcie kciuka, są więc wyjątkowo kuszące także dla rodziców.

Co więcej, ze względu na to, że nowe technologie w przypadku większości zawodów stanowią dzisiaj także ważny element środowiska pracy, wielu rodziców jest niejako „skazanych” na problemy informacyjnego metabolizmu – mają stały kontakt z urządzeniami cyfrowymi i Internetem w pracy, ta zaś jest zawsze „w ich kieszeni”, w której nieustannie mają dostęp do służbowych narzędzi komunikacji. Żyjąc w pośpiechu, coraz więcej spraw prywatnych możemy załatwić online, co jednak znowu wiąże się z korzystaniem ze smartfona w czasie wolnym – zakupy, rachunki, kontakty z rodziną i znajomymi. W efekcie, przetadowani informacjami, zalani *fake newsami*, jako rodzice musimy nie tylko

<sup>9</sup> Przybylski A.K., Murayama K., DeHaan C.R., Gladwell V. *Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out*, „Computers in Human Behavior” nr 29(4)/2013, s. 1841-1848.

<sup>10</sup> Harari J. *21 lekcji na XXI wiek*, Wydawnictwo Literackie, Kraków 2018.

## EGZAMIN NA CYFROWYCH PRZEWODNIKÓW. O SYTUACJI RODZICÓW W CZASIE ZDALNEJ EDUKACJI

wychowywać dzieci do zdrowego życia w społeczeństwie informacyjnym, ale także sami pilnować swojej cyfrowej higieny. W przeciwnym razie w sytuacji kryzysu jesteśmy bezbronni i możemy mieć trudność w racjonalnej ocenie sytuacji i reagowaniu na nią.

### BAGAŻ NA CZAS PANDEMII

Nowe technologie nałożyły więc na rodziców obowiązki wynikające z roli cyfrowych przewodników. Jak się w tej roli odnajdywali, zanim pandemia wrzuciła ich dzieci w rzeczywistość codziennego wielogodzinnego przebywania w świecie online? Zanim przyjrzymy się codzienności rodziców w czasie zdalnej edukacji, warto cofnąć się do czasów tzw. starej normalności i podsumować, z jakim bagażem rodzice w Polsce weszli w czas pandemii.

Wiedzę na ten temat przynoszą badania prowadzone od 5 lat przez Fundację Dbam o Mój Zasięg. Niepokojące sygnały płynęły już z badania „Natogowe korzystanie z telefonów komórkowych przez młodzież szkolną w Polsce. Szczegółowa charakterystyka zjawiska fonoholizmu”<sup>11</sup>, z którego wynikało, że rola rodziców w edukacji na urządzeniach cyfrowych najczęściej sprowadzała się do kupna urządzenia i opłacania rachunków. W ponad połowie polskich domów rodzice nie rozmawiali o szkodliwości związanej z nadmiernym i niekontrolowanym korzystaniem z nowych technologii ani o niebezpieczeństwie związanym np. z wysyłaniem zdjęć i filmów do innych użytkowników sieci. W około 40% gospodarstw domowych nie było również ustalonych żadnych zasad korzystania z nowych technologii, a tam, gdzie zasady funkcjonowały, były najczęściej narzucane przez rodziców, a nie wypracowane razem z dziećmi. Wielu rodziców wykorzystywało zresztą dostęp do Internetu jako element nagród i kar stosowanych wobec dziecka. Abstrahując od skuteczności metody wychowawczej polegającej na karaniu

i nagradzaniu, wykorzystywanie w tym celu dostępu do Internetu może przynieść wyłącznie negatywne skutki w postaci wykształcenia u dziecka skojarzenia nowych technologii z czymś „zakazanym” i „reglamentowanym” przez rodziców. Nie powinno więc dziwić, że dzieci, które były w ten sposób nagradzane i karane, plasowały się wyżej na skali fonoholizmu, czyli były znacznie bardziej przywiązane do smartfona i świata cyfrowego.

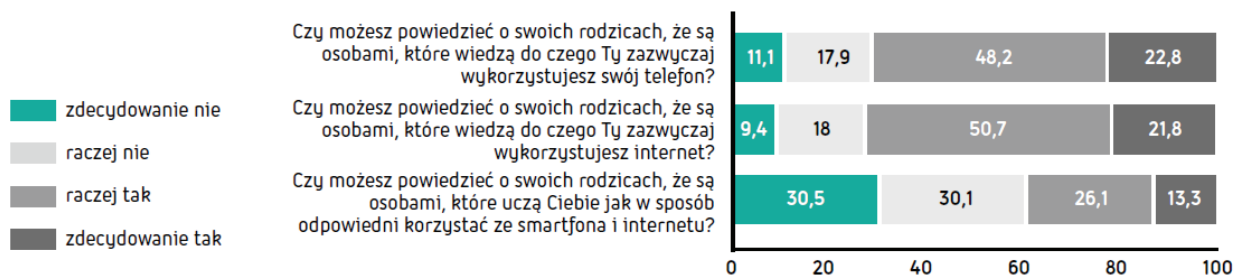
Powyższe wyniki badania skłoniły nas do pogłębienia tematu zaangażowania rodziców w świat cyfrowy dziecka w kolejnym badaniu Fundacji Dbam o Mój Zasięg pod nazwą „Młodzi Cyfrowi”, które trwało w latach 2017-2019. Objęło ono swoim zasięgiem ponad 50 tys. uczniów z 1,8 tys. szkół z 293 powiatów. Dużo uwagi poświęcono w nim zagadnieniu relacji uczniów z rodzicami i ich roli cyfrowych przewodników. Czego się dowiedzieliśmy?

Pod koniec drugiej dekady XXI wieku młodzież w Polsce nie upatruje w rodzicach przewodników po cyfrowym świecie, za to prawie połowa uczniów pomaga rodzicom rozwiązywać problemy związane z korzystaniem z sieci. W omawianym badaniu aż 60% uczniów stwierdziło, że ich rodzice nie uczą ich odpowiedzialnego korzystania z Internetu; 11,1% Młodych Cyfrowych przyznało, że ich rodzice w ogóle nie wiedzą, do jakich celów wykorzystują Internet. Co trzeci badany nastolatek (30,5%) stwierdził, że rodzice nie uczą go, jak odpowiedzialnie korzystać ze smartfona czy tabletu. Analizując zebrane wyniki ze względu na typ szkoły, można zauważyć, że im starsze dzieci, tym częściej deklarują, że ich rodzice nie są dla nich przewodnikami po świecie cyfrowym – 38,1% odpowiedzi „zdecydowanie nie” i 31,6% „raczej nie” wśród uczniów szkół ponadpodstawowych<sup>12</sup>.

<sup>11</sup> Dębski, M. *Natogowe korzystanie z telefonów komórkowych. Szczegółowa charakterystyka zjawiska fonoholizmu w Polsce. Raport z badań*, Gdynia 2016, [https://dbamomojzasieg.com/wp-content/uploads/2016/12/Natogowe\\_korzystanie\\_z\\_telefonow\\_komorkowych\\_RAPORT\\_Z\\_BADAN.pdf](https://dbamomojzasieg.com/wp-content/uploads/2016/12/Natogowe_korzystanie_z_telefonow_komorkowych_RAPORT_Z_BADAN.pdf) (dostęp 10.07.2020).

<sup>12</sup> Dębski M., Bigaj M. *Młodzi cyfrowi...*, ibidem.

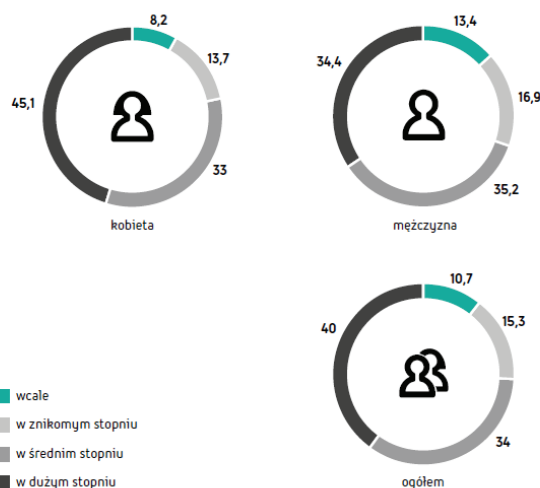
## MAGDALENA BIGAJ



## Rola rodziców w edukacji cyfrowej dzieci (%).

Badanie „Młodzi Cyfrowi” pokazało również, co 10 uczniów nie może liczyć na pomoc, gdy napotka w Internecie coś, co może się okazać dla niego niepokojące. Jeśli do tego dodamy odpowiedź o „znikomym wsparciu”, można powiedzieć, że czwarty nastolatek w Polsce nie może liczyć na wsparcie swoich rodziców w przypadku napotkania w sieci niepokojących treści lub zachowań. Ważnym jest jednak zauważyć w tym miejscu, że 40% uczniów stwierdziło, że w takich sytuacjach jednak miało oparcie w rodzicach.

Podczas prowadzonych badań postanowić zadać młodzieży pytanie o poziom zaangażowania rodziców w świat mediów cyfrowych. Uczniowie ustosunkowywali się do siedmiu zaproponowanych stwierdzeń, świadczących o zaangażowaniu bądź niezaangażowaniu rodziców – 8,7% uczniów przyznało, że ich rodzice nigdy nie podejmowali działań zmierzających do zapewnienia im bezpieczeństwa i nigdy nie uczestniczyli w zajęciach i szkoleniach podnoszących wiedzę na temat korzystania z mediów cyfrowych, co trzeci nastolatek zadeklarował zaś (33,4%), że jego rodzice nigdy nie rozmawiali na temat zasad korzystania z telefonu komórkowego w domu, w szkole i w miejscu publicznym. O możliwej ochronie prywatności w sieci nigdy ze swoimi i dziećmi nie rozmawiało 29% rodziców, a co piąty uczeń przyznał, że tematem rozmowy nigdy nie był problem nadużywania korzystania ze smartfona (20,5%)<sup>13</sup>.



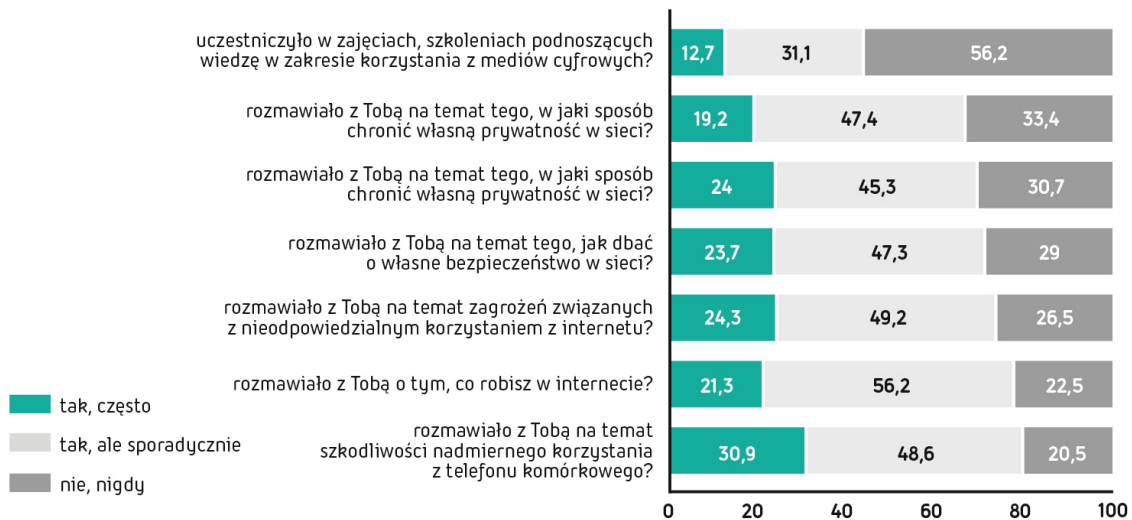
W jakim stopniu mógłbyś liczyć na pomoc swoich rodziców w sytuacji, gdy napotkasz w internecie coś, co może się okazać dla Ciebie niepokojące? (%)

## CZAS PRÓBY DLA CYFROWYCH PRZEWODNIKÓW

Jak widać z przytoczonych danych, w czas pandemii nie wszyscy rodzice weszli gotowi na wspieranie dziecka w zdalnej edukacji, która nie sprowadza się przecież wyłącznie do wsparcia w nauce, a także w życiu pełnym nowych technologii, które nagle stały się rzeczywistym „przedłużeniem zmysłów”, o którym już 60 lat temu pisał Marshal McLuhan. Dzieci i dorośli w swoich domach nie tylko zaczęli spędzać godziny na pracy i nauce zdalnej, ale także na kontaktowaniu się ze światem zewnętrznym za pośrednictwem nowych technologii; w pewnym okresie odbywało się to wręcz wyłącznie w ten sposób. Między innymi dlatego warto mówić tutaj

<sup>13</sup> Ibidem, s. 113.

## EGZAMIN NA CYFROWYCH PRZEWODNIKÓW. O SYTUACJI RODZICÓW W CZASIE ZDALNEJ EDUKACJI



### Czy kiedykolwiek którekolwiek z Twoich rodziców (%).

o zdalnej edukacji, a nie nauczaniu, ponieważ doświadczenia te wykraczały zdecydowanie poza przyswojenie materiału szkolnego oraz wymagały włączenia w proces, przebiegający dotychczas głównie między nauczycielem a uczniem, także rodziców. Dla tych ostatnich czas zdalnej edukacji okazał się egzaminem na cyfrowego przewodnika – a nawet niezapowiedzianą kartkówką, której nikt się nie spodziewał.

Mając powyższe na uwadze, Fundacja Dbam o Mój Zasięg wspólnie z Polskim Towarzystwem Edukacji Medialnej i Fundacją Orange postanowiły przeprowadzić badanie naukowe, które objęłoby wszystkie trzy grupy zaangażowane w zdalną edukację: nauczycieli, uczniów i rodziców. Zespół badawczy pod kierownictwem prof. Grzegorza Ptaszka w składzie: Magdalena Bigaj, dr Maciej Dębski, prof. Jacek Pyżalski i dr Grzegorz D. Stunża przygotowali narzędzie badawcze dla każdej z grup, opracowane w taki sposób, aby można było porównać także wyniki w ramach danej szkoły i klasy. W badaniu wzięty udział wybrane 34 szkoły podstawowe (klasy VI-VIII) i ponadpodstawowe. Przeprowadzone było metodą sondażu diagnostycznego w dniach 12 maja – 12 czerwca 2020 roku. W badaniu poszukiwalimy odpowiedzi na takie pytania, jak:

- Co myślą uczniowie, rodzice oraz nauczyciele o zdalnej edukacji? Jak oceniają swoje przygotowanie do tej formy prowadzenia zajęć?
- Jak zmieniło się korzystanie z technologii informacyjno-komunikacyjnych oraz różnych zasobów online w czasie rozprzestrzeniania się wirusa w porównaniu do okresu wcześniejszego?
- Jak nauczyciele, nauczycielki, rodzice oraz uczniowie poradzili sobie z obowiązkiem realizacji zajęć w formie zdalnej?
- Jak wyglądało zaangażowanie nauczycieli, uczniów oraz rodziców w realizację tych zajęć? Jakiego wysiłku (poznawczego, emocjonalnego, fizycznego) to od nich wymagało oraz jakich kompetencji (technicznych, organizacyjnych, metodyczno-dydaktycznych, społecznych)?

W czasie powstawania niniejszego tekstu trwają jeszcze analizy statystyczne uzyskanego materiału. Publikacja prezentująca wszystkie wyniki badania zaplanowana została na początek października br. Tym niemniej, jeszcze przed zakończeniem roku szkolnego 2019/2020 opublikowane zostały wybrane wstępne wyniki badania. Poniżej pozwolę

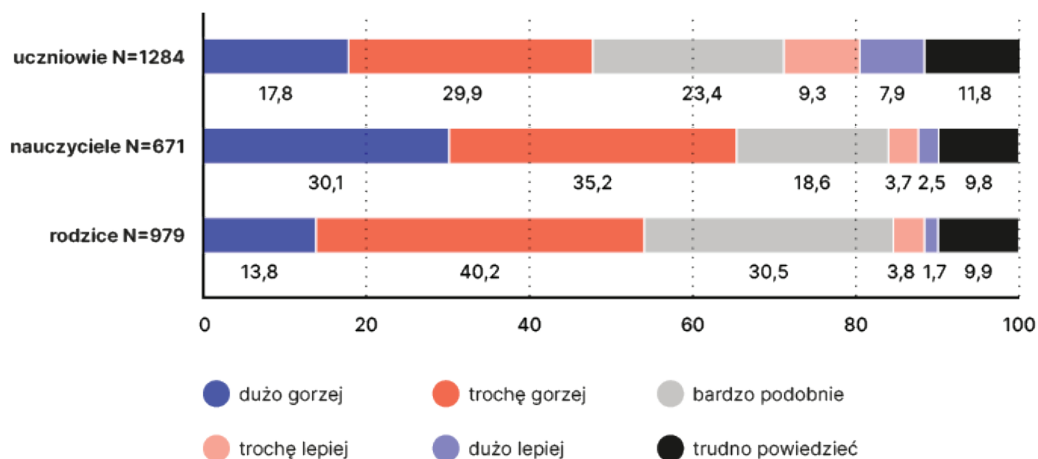
## MAGDALENA BIGAJ

sobie przybliżyć odpowiedzi dotyczące rodziców, którym poświęcony jest niniejszy tekst. Co istotne, kwestionariusz wypełniał tylko jeden z rodziców badanego ucznia.

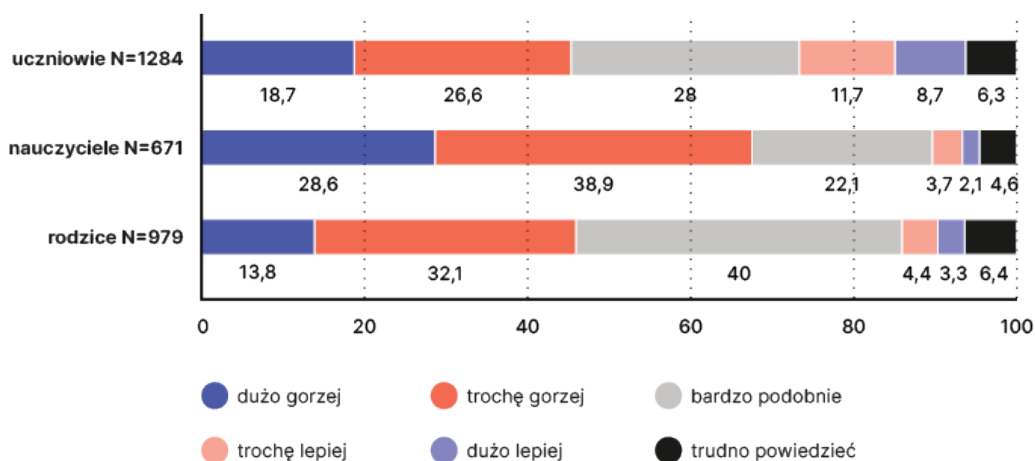
Wyniki badania „Zdalne nauczanie a adaptacja do warunków społecznych w czasie epidemii koronawirusa” jasno wskazują, że poziom

subiektywnego dobrostanu psychicznego i fizycznego obniżył się we wszystkich badanych grupach respondentów, a więc także wśród rodziców. Ponad połowa z nich twierdzi, że psychicznie czuje się dużo gorzej lub trochę gorzej w porównaniu do czasu sprzed pandemii koronawirusa, a nieco ponad 45% z nich uważa, że pogorszeniu uległo również ich zdrowie fizyczne.

Proszę ocenić, jak Pan/Pani czuje się **OBECNIE** psychicznie w porównaniu z czasem przed epidemią? (%)



Proszę ocenić, jak Pan/Pani czuje się **OBECNIE** fizycznie w porównaniu z czasem przed epidemią? (%)



## EGZAMIN NA CYFROWYCH PRZEWODNIKÓW. O SYTUACJI RODZICÓW W CZASIE ZDALNEJ EDUKACJI

Odpowiedzi rodziców na pytania dotyczące higieny cyfrowej wskazują również na ich cyfrowe przemęczenie. Pamiętajmy, że poza wspieraniem dziecka w zdalnej edukacji mieli oni szereg swoich obowiązków – wielu z nich wykonywało wówczas pracę zdalnie. Sytuacja ta zaburzyła balans pomiędzy pracą a życiem prywatnym do granic tego, co wcześniej byliśmy w stanie sobie wyobrazić. Oto bowiem nasze domy, stanowiące dotychczas w zdrowo funkcjonującej rodzinie schronienie i miejsce wytchnienia od pracy i nauki,

stały się jednocześnie domem, szkołą i miejscem pracy. Trudno się dziwić, że 65% badanych rodziców zadeklarowało, że pozostaje w ciągłej gotowości do odbierania połączeń i powiadomień, a połowa z nich miała dość siedzenia przy komputerze i smartfonie (49,1%) i czuła się przetadowana informacjami (52,7%). Mniej więcej co czwarty rodzic przyznał, że w badanym okresie czuł się rozdrażniony z powodu ciągłego używania Internetu, komputera i smartfona (28,6%) i najchętniej byłby niedostępny dla nikogo (24,6%).

TABELA NR 1. Symptomy braku higieny cyfrowej wśród uczniów, rodziców i nauczycieli – odpowiedzi często i bardzo często.

	Uczniowie (%)	Nauczyciele (%)	Rodzice (%)
Pozostawałem/am w ciągłej gotowości do odbierania połączeń i powiadomień	63,2	86,8	65,0
Miałem/am dosyć siedzenia przy komputerze /smartfonie	57,1	85,2	49,1
Czułem/am się przeladowany/a informacjami	50,7	76,8	52,7
Czułem/am się rozdrażniony/a z powodu ciągłego używania internetu, komputera, smartfona	35,3	67,1	28,6
Korzystałem/am z narzędzi ekranowych tuż przed pójściem spać	66,5	61,4	46,9
Chciałem/am być niedostępny/a w sieci dla nikogo	34,3	59,3	24,6
Bolała mnie głowa od ciągłego korzystania z narzędzi ekranowych i internetu	37,4	57,4	24,6
Byłem/am niewyspany/a z powodu używania internetu, komputera, smartfona	34,1	48,7	16,7
Miałem/am problemy z koncentracją z powodu korzystania z internetu i narzędzi ekranowych	34,5	45,3	17,8
Zarywałem/am nocy, korzystając z komputera, smartfona, telewizora, internetu	23,2	26,4	6,8
Podczas zajęć online korzystałem z portali społecznościowych, grałem w gry, przeglądałem internet do celów prywatnych, pisałem do kogoś bez związku z lekcjami	28,0	7,6	-
Używałem/am swojego smartfona podczas e-lekcji, żeby zrobić coś innego	28,2	5,8	-

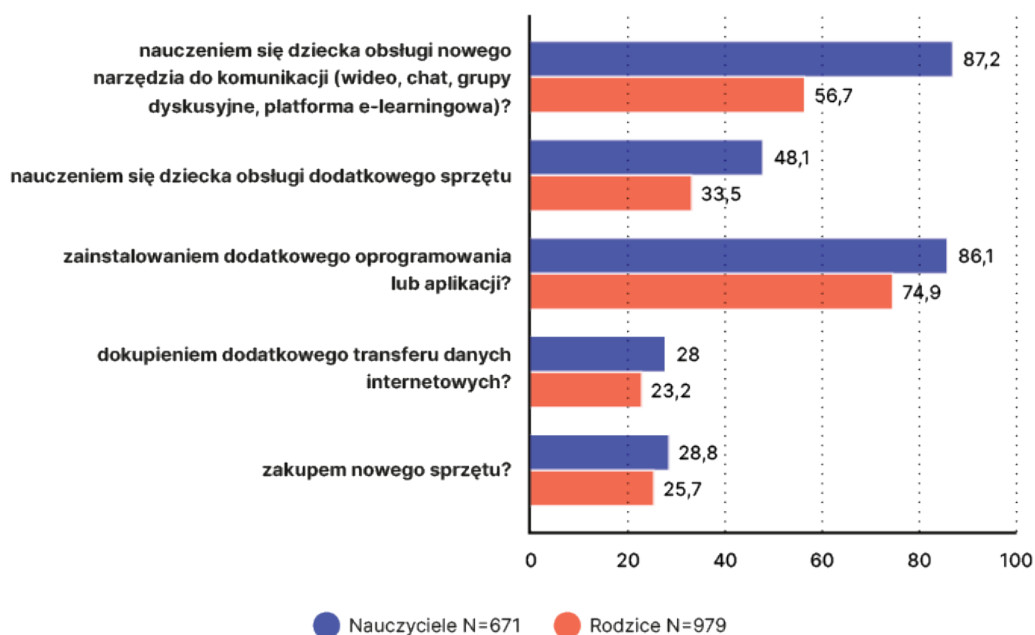
Z cytowanego badania wynika, że 60% rodziców oceniło co najmniej dobrze przygotowanie nauczycieli i szkół do prowadzenia zdalnego nauczania. Liczba ta może stanowić pocieszenie dla 45% nauczycieli, którzy zadeklarowali, że czują się przygotowani w stopniu małym i umiarkowanym do prowadzenia zajęć w sposób zdalny. W kwestii przygotowania do zdalnej edukacji co innego stanowiło dla rodziców problem. Co czwarty rodzic musiał w tym czasie zakupić nowy sprzęt oraz dokupić dodatkowy transfer danych internetowych. Oznaczało to więc nowe niespodziewane wydatki w domowym budżecie. Co trzeci rodzic musiał nauczyć siebie lub dziecko obsługi dodatkowego sprzętu, którego wcześniej nie używał, a połowa rodziców musiała opanować nowe narzędzia czy programy, jak platforma do zdalnego nauczania czy grupy dyskusyjne.

Analizując wyniki badania „Zdalne nauczanie a adaptacja do warunków społecznych w czasie epidemii koronawirusa”, zwłaszcza w obszarze dobrostanu, należy oczywiście mieć na uwadze, że na udzielane przez rodziców odpowiedzi wpływ miały nie tylko doświadczenia związane ze zdalną edukacją ich dzieci, ale także szereg nowych obowiązków, które przyniósł ze sobą czas izolacji oraz związany z nową sytuacją wydłużony czas korzystania z urządzeń ekranowych, zapewniający ciągłość wielu sfer życia, izolacja od znajomych i rodziny oraz ograniczone możliwości aktywności fizycznej. Niewątpliwie doświadczenie rosnącego zagrożenia dla zdrowia, niepewność co do zapewnienia bytu najbliższym, a także trudności z syntezą napływających zewsząd informacji poskutkują społeczną traumą, z którą będziemy się musieli mierzyć znacznie dłużej niż



## MAGDALENA BIGAJ

Czy nauka zdalna Pana/Pani dziecka w czasie zawieszenia zajęć i Pana/Pani zaangażowanie w ten proces wiązało się z - ODPOWIEDZI TAK



z panującym koronawirusem<sup>14</sup>. Czas społecznej izolacji okazał się bowiem papierkiem lakmusowym dla wielu wymiarów naszego życia społecznego, obnażając wszystkie jego słabości, również społeczną odpowiedzialność oraz niski poziom kapitału społecznego, na który od lat wskazywano w badaniach realizowanych wśród Polaków. Jedną z jego składowych jest zaufanie społeczne – to właśnie jego niski poziom sprawił, że w czasie zdalnej edukacji i pracy skupiliśmy się przede wszystkim na kontroli i udowadnianiu, że mimo trudnej sytuacji utrzymamy dotychczasowe tempo. Stres wywołany stawianiem sobie tak wysokich wymagań, bez taryfy ulgowej, zapewne wielu rodziców, uczniów i nauczycieli odczuło bardzo boleśnie.

Pocieszenie przynosi fakt, że w czasie zdalnej edukacji przeprowadzono kilka solidnych merytorycznie badań naukowych, które dostarczają informacji na temat tego, jak poszczególne grupy poradziły sobie z tym wyzwaniem<sup>15</sup>.

Pozostaje mieć nadzieję, że wysiłek twórców badań nie pójdzie na marne i posłuży szkołom, samorządom i instytucjom państwowym do postawienia diagnozy i wyciągnięcia wniosków na przyszłość. Zdalna edukacja może być nie tylko koniecznością w czasie społecznych kryzysów, jak pandemii, ale także na stałe wejść do systemu edukacji jako jeden z jego elementów. Musimy tylko wszyscy sumiennie odrobić lekcje z tego doświadczenia. ●

<sup>14</sup> Augustyniak P., Ciesiołkiewicz K., Dudkiewicz I., Fandrajewska-Tomczyk A., Gąciarz B., Olbracht-Prondzyński C., Pacut A., Przedlacki M., Sadowska B., Sadzik J., Tarkowski A., Wygnański K. „Alert Społeczny” nr 6/2020, <https://oees.pl/wp-content/uploads/2020/05/Alert-spoeczny-6.pdf> (dostęp 21.06.2020).

<sup>15</sup> Por. *Edukacja zdalna w czasie pandemii. Raport z badań*, kwiecień 2020, <https://centrumcyfrowe.pl/edukacja-zdalna> (dostęp 21.06.2020).