

**Ustalanie i przestrzeganie zasad
korzystania z cyfrowych mediów
jest przejawem mądrości
i odpowiedzialności**

rodzice.co





rodzice.co



dzieci i nastolatki

W WIRTUALNYCH OKOWACH



ILE CZASU MOJE DZIECKO MOŻE SPĘDZAĆ PRZED EKRADEM?

WIEK DZIECKA	ŁĄCZNA ILOŚĆ CZASU DZIENNIE	FILMY	URZĄDZENIA MOBILNE
0-2 lat	x	x	x
3-5 lat	do 1 godz.	✓	x
6-12 lat	do 2 godz.	✓	x
13-18 lat	do 3 godz.	✓	✓

Zalecenia opracowane przez Amerykańską Akademię Pediatriczną i Kanadyjskie Towarzystwo Pediatriczne.; za: mniejekranu.pl



Zagrożenia wirtualnego świata

ELEKTRONICZNA KOKAINA

NATURALNA - NIECZĘSTA - NAGRODA:

Zachowanie
służące
przetrwaniu:

- jedzenie
- sukces
- zbliżenie intymne

DOPAMINA

- przyjemność
- impuls powtarzania zachowania

NIENATURALNIE CZĘSTA NAGRODA

Sztuczne
pobudzenie
dopaminy:

- narkotyki
- pornografia
- sukcesy w grze
- lajki itp.

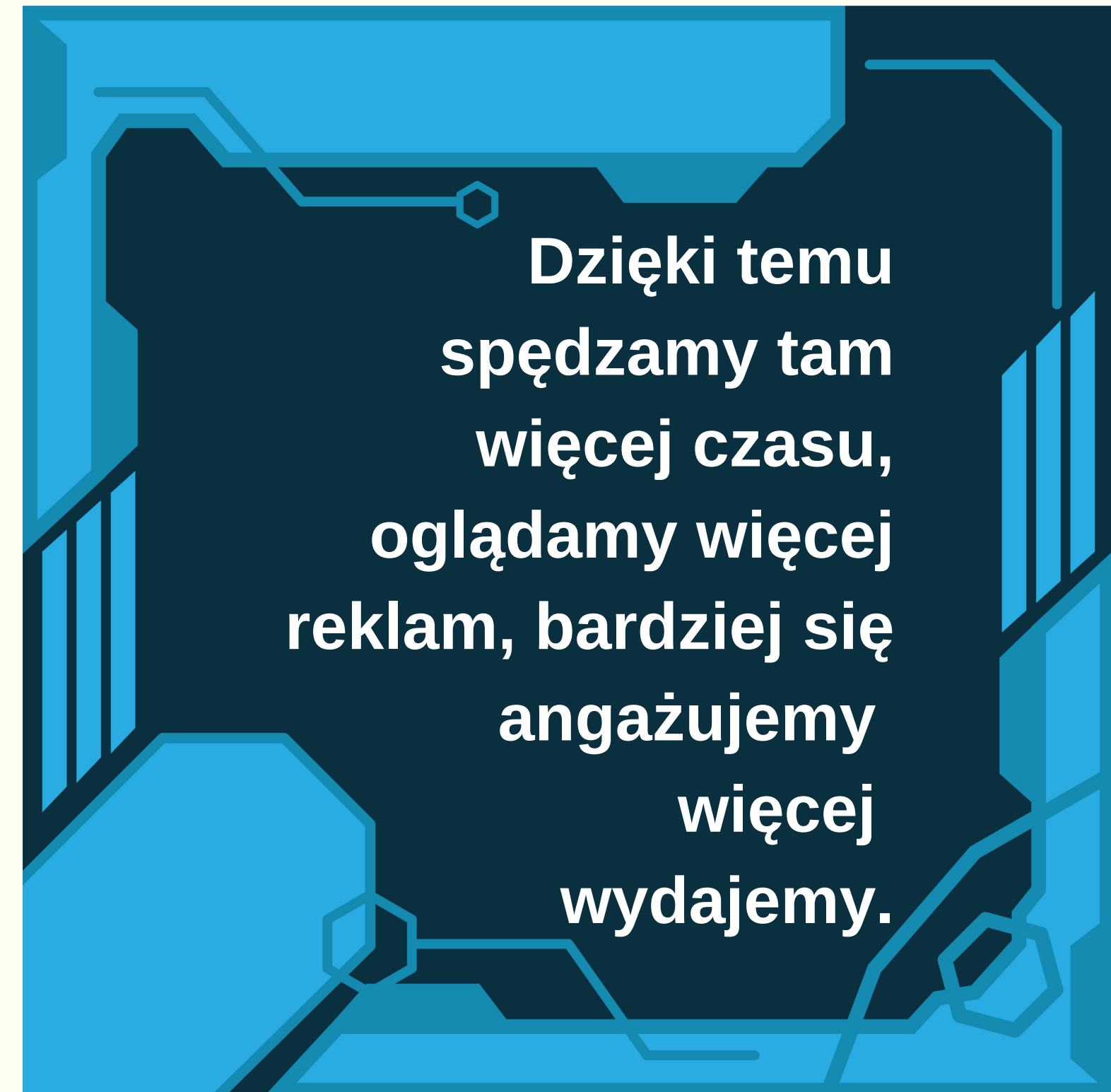
DOPAMINA

- malejąca przyjemność
- impuls powtarzania zachowania
- UZALEŻNIENIE



SZKODLIWE ALGORYTMY

- Nie ma rzeczy darmowych w Internecie.
- Twórcy aplikacji zarabiają na reklamach i mikropłatnościach.
- Co nas trzyma online?
 - dopaminowy potop
 - algorytmy podsuwające interesujące nas treści.



PROBLEM BANIEK INFORMACYJNYCH

rodzice.co

Algorytmy wychwytyją ciekawe dla nas treści i podsuwają je nam, eliminując inne informacje, które tylko "przelatujemy" wzrokiem.

Tak tworzy się bańka informacyjna.

Wydaje się nam, że każdy rozsądny człowiek myśli tak jak my.

Internet zamyka nas w wirtualnym tunelu – tworzy nieprawdziwą wizję świata.

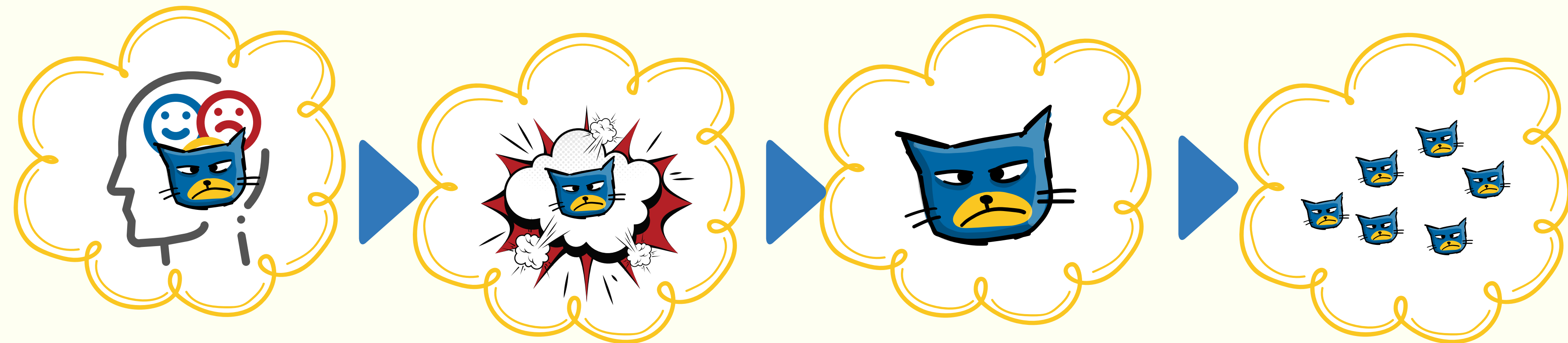


(5a)



PROBLEM BANIEK INFORMACYJNYCH

rodzice.co



Pojawia się informacja budząca moje emocje: lęk, oburzenie, ekscytację.

Algorytmy odnotowują, co przyciąga moją uwagę.

Algorytmy podsuwają treści podobne, a ukrywają sprzeczne.

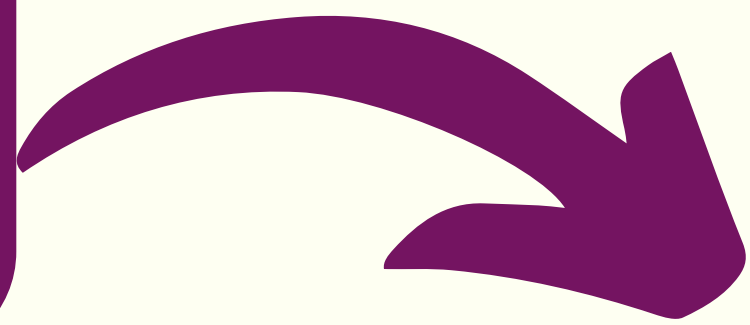
Spędzam więcej czasu online, przekonany, że większość ludzi myśli tak jak ja.

(5b)



Zatroskani

nuda



wejście
w świat
wirtualny



brak
rozwiązania
problemów

rozdrażnienie,
zniechęcenie,
niezadowolenie



BŁĘDNE KOŁO