

Online lét lehetőségei és veszélyei

Az utóbbi két-három évtizedben hatalmas változás zajlott le a minket körülvevő világban: hétköznapijaink szerves részeivé váltak a képernyős elektronikai eszközök, más néven „kütyük” és az internet. A következmények igen sokrétűek, minket most elsősorban az érdekel, hogy mi változott meg ennek hatására az emberek lelki-szellemi működésében.

Az biztos, hogy ismeretszerzési technikáink már nem ugyanazok, mint pár éve. Ha valamit szeretnénk kideríteni, jellemző megoldás, hogy „Máris rákeresek a gugliban”, vagy „Mindjárt megkérdezem a ChatGPT-t”. Applikációk tömege zúdítja ránk a hihetetlen mennyiségű információt, amin nem is gondolkozunk el, amit alig emésztünk meg. Videókat gyártunk és nézünk, amellet (ahelyett?), hogy olvasunk – persze Wikipédiát és e-book-ot, nem papír könyvet. Mindez más információfeldolgozási folyamatokat igényel idegrendszerünkötől, más figyelmi, emlékezeti, tanulási működést, mint korábban. Vajon miben jobb, hatékonyabb ez az új működés (és miben nem, lásd: „digitális amnézia”), és mennyire lesz valakiből sikeres, jól boldoguló felnőtt, ha gyerekkorában ezt az új működést sajátítja el?

A változás talán még nagyobb hatással van a kapcsolatainkra, a társas lelki életünkre, mint az egyénre. Kétségtelenül több, nagyobb távolságban lévő emberrel alakíthatunk ki és tarthatunk fenn szakmai és személyes kapcsolatot, szabadon formálhatunk véleményt és könnyebben szerveződhetünk csoportokba. De!

- Ha bárki bármilyen profilt kialakíthat magáról a közösségi médiában, honnan tudhatom, kiben bízhatok az online térben és kiben nem? Ki az, aki őszintén érdeklődik irántam, és ki az, aki csak ki akar használni?

- Hogyan különböztetem meg a „fake news”-t az igazságtól?

- Hol a magánéletem határa, miközben folyamatosan (értsd: alvás közben, WC-n stb.) online, azaz elérhető vagyok, és amikor mindaz, amit megosztok magamról, örökre a neten kering majd?

- Hogyan kerüljem el, hogy manipuláljanak, akár, ha csak egy „ártatlan” vásárlásról is van szó?

- Mit az oka, ha állandóan attól félek: kimaradok valamiből, és egy lúzer, magányos alak maradok örökre?

- Mit kezdjek a személytelen, anonim sértegetésekkel, beszélésekkel?

- Mi lesz, ha társaim „rám szállnak” az online térben, és áldozata leszek annak, amire ma már külön szakszó létezik: cyberbullying?

- Mi van, ha szabályosan megrémülök és fizikailag rosszul leszek, amikor pár percig nem találok a mobilomat, vagy nem játszhatok a kedvenc játékkal?

A fenti kérdésekkel bárki szembesülhet, és a pszichológusok is aktívan keresik rájuk a válaszokat. Az ő számukra felmerül még egy alapkérdés is: az online tér társas kapcsolatainknak csupán egy új csatornája, vagy az itt kialakított viszonyok minőségükben különböznek a személyesektől?

Irodalom

- Antalóczy Tímea, Danó Györgyi, Kósa Éva, László Miklós (szerk.) (2017). *Digitális galaxis*. Húsz év kutatás a médiáról és a gyerekekről. Jubileumi kötet „A média hatása a gyerekekre és fiatalokra” konferenciasorozat 20. évfordulójára. Nemzetközi Gyermekmentő Szolgálat Magyar Egyesület. <https://saferinternet.hu/Tippek-segedanyagok-videok/Oktatoknak/Oktatasi-anyagok/Oktatasi-anyagok> (Letöltés dátuma: 2023. 09. 21.)
- Németh Barbara, Balogh Karolina (2020). *InternetMost!* Kutatási jelentés. Hintalovon Gyermekjogi Alapítvány. https://hintalovon.hu/wp-content/uploads/2020/09/TELEKOM_Internetmost-kutatas.pdf (Letöltés dátuma: 2023. 09. 21.)
- Ságvári Bence, Kollányi Bence (2023). *DIGIKID*. Kérdőív- és applikáció-alapú adatgyűjtés a 8-15 éves korosztály digitális eszközhasználatáról. Fabricula Bt. <https://onlineplatformok.hu/files/63485205-c6b4-4447-baa4-a5e4310b18f8.pdf> (Letöltés dátuma: 2023. 09. 21.)
- Sziklay Júlia (szerk.) (2013). *Kulcs a net világhoz!* A NAIH tanulmánya a gyermekek biztonságos és jogtudatos internethasználatáról. <https://www.naih.hu/files/2013-projektfuzet-internet.pdf> (Letöltés dátuma: 2023. 09. 21.)
- UNICEF (2023). *Cyberbullying vagy internetes zaklatás*. <https://unicef.hu/cyberbullying> (Letöltés dátuma: 2023. 09. 21.)