

Nowoczesne technologie w pomaganiu dzieciom

Z Karoliną Van Laere, psycholożką, psychoterapeutką, autorką wielu materiałów psychoedukacyjnych na temat zachowań ryzykownych dzieci i młodzieży, współzałożycielką Fundacji Poza Schematami, rozmawia Aneta Zdunek.

Aneta Zdunek: Gdy analizuje się stronę internetową Fundacji Poza Schematami, to widać, że fundacja bardzo aktywnie działa w obszarze profilaktyki zachowań problemowych dzieci i młodzieży. Nazwałabym to kreatywną profilaktyką, która z jednej strony oparta jest na dowodach naukowych, ale z drugiej strony proponuje atrakcyjnie opakowane narzędzia, ciekawe, nawet innowacyjne. Jakie jest wasze podejście do tego, co robicie? Co jest dla was ważne w profilaktyce skierowanej do dzieci i młodzieży?

Karolina Van Laere: Profilaktyka, która jest potrzebna właściwie w każdej dziedzinie ochrony zdrowia, musi iść z duchem czasu. Dotyczy to również profilaktyki zdrowia psychicznego, a w tym – zachowań ryzykownych. Dla nas ważne jest dokładnie to, o czym mówisz: dobre fundamenty i kreatywne rozwiązania. Bazując na naukowych podstawach, staramy się szukać sposobów dotarcia z przekazem do dzieci i młodzieży oraz ich rodziców/opiekunów. Na początku koncentrowaliśmy się na nastolatkach, którzy są – ze względu na moment rozwojowy – podatni na zachowania ryzykowne. Z czasem zaczęliśmy poszerzać nie tylko grupę wiekową, adresując swoje projekty do młodszych dzieci (przyszłych przecież nastolatków), ale i dążyć do objęcia naszymi działaniami grup bardziej hermetycznych i marginalizowanych. Obecnie mamy w ofercie materiały dla dzieci przedszkolnych „Pomysłownik Cyberzucha”, w którego skład wchodzi książeczka „Dzielna Mysz ratuje dzieci przed Cyberwiedźmą”, karty do układania puzzli oraz puzzle. Dzieci mogą w asyście rodziców/nauczycieli czytać historyjkę z elementami interaktywnych zadań oraz układać do niej puzzle, które pozwalają bawić się fabułą na swój własny sposób. Dla dzieci w wieku wczesnoszkolnym powstały książeczki „Rysia i Tolek na Cyberzachodzie” i „Rysia i Tolek w Cyberświecie”. Przygody głównych bohaterów mają niejako swoją kontynuację w aplikacji „Rysia i Tolek w Cyberświe-

cie”. Mogą z niej korzystać zarówno dzieci w wieku wczesnoszkolnym, jak i przedszkolnym. Dla nastolatków poza publikacjami, opracowaliśmy aplikację „Znajdziesz mnie?”. Jej celem jest rozwijanie wiedzy i umiejętności, które zapobiegają używaniu alkoholu przez nastolatków. Mamy też materiały skierowane do młodzieży o specjalnych potrzebach edukacyjnych – niepełnosprawnej intelektualnie w stopniu lekkim. Są one częścią przygotowanego przez nas programu profilaktycznego na temat używania substancji psychoaktywnych. Dla młodzieży głuchej i słabosłyszącej przygotowaliśmy (w ramach programu profilaktycznego) interaktywny portal, który pozwala wykonywać różne zadania, otrzymywać informacje zwrotne, oglądać przygotowane przez nas krótkie filmy psychoedukacyjne. Oba te ostatnie programy powstały z inicjatywy Krajowego Biura ds. Przeciwdziałania Narkomanii. Można powiedzieć, że staramy się coraz bardziej opierać działania na nowoczesnych rozwiązaniach technologicznych i szukać dróg dotarcia do grup, dla których nie ma odpowiedniej oferty działań profilaktycznych (choć nieraz są to populacje nawet bardziej narażone na ryzyko uzależnień i doznawania innych szkód związanych z sięganiem po substancje psychoaktywne niż młodzi ludzie z populacji ogólnej).

Odpowiadając dalej na twoje pytanie, ważne są dla nas relacje dzieci z rodzicami i innymi ważnymi dorosłymi. W naszych materiałach bardzo często odwołujemy się do relacji dziecka z rodzicem/opiekunem. Zachęcamy dzieci, żeby zwracały się o pomoc do dorosłych, angażujemy ich we wspólną zabawę z dzieckiem, np. podczas czytania lub w trakcie wykonywania określonych zadań. W jednej z książeczek dzieci mają np. za zadanie przeprowadzenie wywiadu z rodzicem. Nasze materiały i narzędzia mogą również wykorzystywać nauczyciele. Poza programami profilaktycznymi skierowanymi do szkół, do obu aplikacji opracowaliśmy scenariusze, które nauczyciele mogą wykorzystać podczas zajęć.

Jak rodzą się wasze pomysły, skąd czerpicie inspirację?

Pomysły czerpiemy, obserwując trendy w profilaktyce, trendy na rynkach wydawniczych w kraju i za granicą. Pomysły zawsze wymagają dyskusowania i dostosowania ich do określonych warunków i możliwości finansowania. Dlatego część pomysłów zostawiamy sobie na przyszłość. Do takich przedsięwzięć należy np. ośrodek, w którym dzieci i młodzież mogłyby korzystać z bezpłatnej pomocy psychoterapeutycznej.

Odkąd pamiętam, przeprowadzamy ewaluację formatywną: na etapie procesu realizacji danego produktu sprawdzamy, na ile nasze pomysły i rozwiązania spełniają swoje zadanie i dokonujemy modyfikacji po to, aby jak najbardziej odpowiadały potrzebom odbiorców.

Jedną z waszych ostatnich rzeczy, które stworzyliście, jest aplikacja „Rysia i Tolek w Cyberświecie”. Co to za narzędzie edukacyjne? Do kogo jest skierowane?

Aplikacja przeznaczona jest dla dzieci w wieku wczesnoszkolnym oraz przedszkolnym. Dzięki zabawie z aplikacją dziecko uczy się rozważnego korzystania z internetu i mediów elektronicznych, rozwijając jednocześnie umiejętności psychospołeczne, które są kluczowe w zapobieganiu nie tylko ryzykownemu używaniu mediów cyfrowych, ale i zachowaniom ryzykownym w ogóle. Głównymi bohaterami aplikacji są Rysia i Tolek, którzy wraz z przewodnikami – zdigitalizowaną babcią Gają i jej pomocnikiem, robotem Apkiem – uczą się poprzez wspólne zabawy kolejnych umiejętności. Na każdym etapie bohaterowie aplikacji udzielają informacji zwrotnych, dają wskazówki i podpowiedzi.

Wzmocnieniu motywacji dziecka do pokonywania kolejnych etapów służy zdobywanie nagród – dźwięków. Dźwiękosfera aplikacji została oparta na brzmieniach pochodzących z natury i codziennego życia. Z uzbieranych w ten sposób dźwięków, dziecko może na zakończenie stworzyć własną kompozycję dźwiękową.

Jak zbudowana jest aplikacja? Co oferuje użytkownikom?

Aplikacja składa się z różnych gier i zabaw, które pozwalają poznawać bezpieczne zasady korzystania z internetu, skutki jego nadużywania, rozwijać umiejętności komunikacyjne, empatię, umiejętności radzenia sobie z emocjami, rozwiązywania konfliktów, organizowania sobie czasu. Dzięki nawigacji w postaci



mózgu na każdym etapie gry dziecko może kontrolować i obserwować poczynione przez siebie postępy, a po zakończeniu danego etapu i zdobyciu dźwięku może powrócić do wcześniejszych, wybranych przez siebie aktywności. Wśród przykładowych znajdują się takie, jak:

- memo – gra, za sprawą której dziecko poznaje ciekawostki na temat wykonywania czynności dawniej i dzisiaj,
- gry zręcznościowe – dzięki nim dziecko poznaje zasady bezpiecznego użytkowania mediów elektronicznych oraz konsekwencje ich nieprzestrzegania,
- zgaduj zgadula – zabawa uwrażliwia młodych użytkowników na niebezpieczeństwa związane z kontaktem z nieznanymi internautami,
- planowanie dnia – narzędzie, z pomocą którego dziecko będzie się uczyło zarządzania swoim wolnym czasem i rozwijało umiejętności racjonalnego korzystania z mediów elektronicznych,
- interaktywne zabawy – rozwijają u dziecka umiejętność rozpoznawania emocji, uwrażliwiają na ich różnorodność, wyjaśniają ich rolę w codziennym życiu, podpowiadają, w jaki sposób można sobie z nimi radzić,
- interaktywna historyjka – uświadamia, w jaki sposób nasze reakcje wpływają na zachowania innych, w tym w sytuacjach konfliktowych z rówieśnikami,
- zabawa w przyporządkowywanie – rozwija umiejętność porozumiewania się bez przemocy w internecie i poza nim.

Czy zanim wypuściliście ostateczną wersję aplikacji, testowaliście ją na potencjalnych odbiorcach?

Podczas opracowywania aplikacji przeprowadziliśmy jakościowe badania ewaluacyjne z pedagogami i nauczycielami pracującymi z dziećmi uczącymi się w klasach z grupy docelowej projektu. Były to osoby z dużym doświadczeniem w pracy z dziećmi z młodszych klas. Zależało nam bowiem na pozyskaniu bardzo wnikliwych opinii na temat przygotowywanych rozwiązań, uwzględniających specyfikę okresu rozwojowego grupy docelowej młodych odbiorców.

Jakie korzyści i dla kogo wynikają z korzystania ze stworzonej przez was aplikacji?

Treści aplikacji zostały dobrane w taki sposób, aby rozwijały u dzieci, poza wiedzą i umiejętnościami bezpiecznego poruszania się w internecie, kompetencje psychospołeczne pomocne w radzeniu sobie z emocjami, budowaniu poczucia własnej wartości, radzeniu sobie w relacjach rówieśniczych. Aplikacją dziecko może się bawić samodzielnie lub – najlepiej – w towarzystwie dorosłego. Zawarte w aplikacji treści i minigry mogą bowiem stać się bazą do dalszych rozmów z dzieckiem na temat rozważnego korzystania z nowych technologii. Aplikację mogą również wykorzystywać nauczyciele. W tym celu opracowaliśmy specjalny scenariusz zajęć.

Gdzie aplikacja jest dostępna, w jaki sposób można z niej skorzystać?

Aplikacja „Rysia i Tolek w Cyberświecie” dostępna jest online pod adresem www.rysiaitolekwcyberswiecie.pl. Moż-

na ją również znaleźć w sklepach: Google Play – na urządzenia z systemem Android (smartfony i tablety), App Store – na urządzenia z systemem iOS (smartfony i tablety).

Czy macie jakieś informacje zwrotne od użytkowników aplikacji? Jak jest ona oceniana?

Z informacji zwrotnych, które do nas spływają, wiemy, że aplikacja cieszy się uznaniem specjalistów pracujących z dziećmi oraz rodziców i, co najważniejsze, młodych odbiorców.

Na koniec chciałabym zapytać o twoje ABC bezpieczeństwa dzieci w internecie. Co by się na nie składało?

Bezpieczeństwo dziecka w internecie zaczyna się i kończy na obecności rodzica lub innego dorosłego opiekuna, który powinien wiedzieć, od jakiego wieku dziecko może mieć kontakt z mediami cyfrowymi, z jakimi zagrożeniami i konsekwencjami wiąże się ich używanie, jakie wprowadzać zasady, jak rozmawiać z dzieckiem na temat wirtualnego świata i jakie ma technologiczne możliwości chronienia dziecka (np. programy kontroli rodzicielskiej).

SPOSOBY CHRONIENIA DZIECKA NALEŻY NIE TYLKO DOSTOSOWAĆ DO JEGO WIEKU, ALE I WZIĄĆ POD UWAGĘ JEGO PREDYSPOZYCJE I POTENCJALNE CZYNNIKI RYZYKA. DZIECI, KTÓRE MAJĄ PROBLEMY Z KONTROLOWANIEM IMPULSÓW, LĘKOWE, W OBNIŻONYM NASTROJU, W TRUDNEJ SYTUACJI RODZINNEJ CZY SZKOLNEJ MOGĄ MIEĆ WIĘKSZE TENDENCJE DO UCIEKANIA W ŚWIAT WIRTUALNY LUB W ŚWIAT GIER.

Wprowadzane zasady dotyczące używania nowych mediów są bardzo ważną stroną bezpiecznego używania mediów cyfrowych i internetu. Trzeba jednak pamiętać o ich konsekwentnym przestrzeganiu i dawaniu dobrego przykładu. W sytuacji, kiedy np. wymagamy od dziecka, aby stosowało się do zasady odkładania telefonu podczas spożywania posiłków, a sami go używamy w takiej sytuacji, powodujemy, że zasada traci dla dziecka na znaczeniu.

Z Karoliną Van Laere, psycholożką, psychoterapeutką, autorką wielu materiałów psychoedukacyjnych na temat zachowań ryzykownych dzieci i młodzieży, współzałożycielką Fundacji Poza Schematami, rozmawiała Aneta Zdunek.