

dr Ewelina Okoniewska

Akademia Zamojska
e-mail: ewelina.okoniewska@akademiazamojska.edu.pl
<https://orcid.org/0000-0003-2695-5457>

dr Sylwia Gwiazdowska-Stańczak

Katolicki Uniwersytet Lubelski Jana Pawła II
e-mail: sylwia.gwiazdowska-stanczak@kul.pl
<https://orcid.org/0000-0002-4664-881X>

Relacje i postawy w rodzinie a korzystanie z nowoczesnych technologii i sztucznej inteligencji

FAMILY RELATIONSHIPS AND APPROACHES TO THE USE OF MODERN TECHNOLOGY AND
ARTIFICIAL INTELLIGENCE

Summary

Positive parenting styles and high-quality family relationships serve as protective factors that shield children and adolescents from the problematic use of modern technologies such as the Internet, social media, e-learning platforms, and artificial intelligence. While these technologies offer quick access to a wide range of knowledge, foster the development of creativity, and offer support for children with difficulties, they simultaneously pose risks related to access to inappropriate content, such as violent, sexual, or dangerous material. The unregulated use of modern technologies by children can result in disruptions to their social and emotional development and may also limit their contact with peers. Therefore, parental oversight and control over the use of modern technologies by children and adolescents are essential. The role of adults is to engage in dialogue and education through open communication with children and to enhance their own knowledge of these technologies.

Keywords: family relationships; parenting attitudes; modern technologies; artificial intelligence; e-media

Streszczenie

Pozytywne postawy rodzicielskie i dobre relacje w rodzinie są czynnikami chroniącymi dzieci i młodzież przed problematycznym używaniem nowoczesnych technologii, takich jak: Internet, media społecznościowe, platformy e-learningowe czy sztuczna inteligencja. Są one źródłem szybkiego dostępu do szerokiej wiedzy, pozwalają rozwijać kreatywność, są również wsparciem dla dzieci z trudnościami, jednak wiążą się z nimi także zagrożenia dotyczące dostępu do nieodpowiednich treści, np. do materiałów przemocowych, seksualnych lub niebezpiecznych. Niekontrolowane korzystanie przez dzieci z nowoczesnych technologii może skutkować

zaburzeniami ich rozwoju społecznego i emocjonalnego; wpływa też na ograniczony kontakt z rówieśnikami. W związku z tym ważna jest ochrona rodzicielska i kontrola nad korzystaniem przez dzieci i młodzież z nowoczesnych technologii. Rolą dorosłych jest rozmowa i edukacja poprzez otwartą komunikację z dziećmi oraz wzbogacanie swojej wiedzy.

Słowa kluczowe: relacje w rodzinie; postawy rodzicielskie; nowoczesne technologie; sztuczna inteligencja; e-media

Wstęp

Współczesny świat nieodłącznie wiąże się z dynamicznym rozwojem technologii, w tym mediów społecznościowych i sztucznej inteligencji. Zjawiska te przekształciły sposób, w jaki komunikujemy się, uczymy i budujemy relacje, jednocześnie niosąc za sobą szereg wyzwań psychologicznych i społecznych. Choć technologie te otwierają przed nami nowe możliwości, ich nieodpowiednie wykorzystanie może prowadzić do negatywnych konsekwencji dla jednostki i społeczeństwa. Media społecznościowe i sztuczna inteligencja to narzędzia, które mogą wspierać rozwój dzieci i młodzieży, ale ich nieodpowiednie wykorzystanie wiąże się z istotnymi wyzwaniami psychologicznymi i społecznymi. Aby zminimalizować ich negatywny wpływ, niezbędne jest zarówno indywidualne podejście do korzystania z tych technologii, jak i odpowiednia edukacja oraz regulacje prawne. Świadome i odpowiedzialne używanie mediów społecznościowych oraz sztucznej inteligencji pozwala czerpać z nich korzyści, jednocześnie ograniczając ryzyko związane z negatywnymi skutkami ich używania. Używanie mediów, w tym mediów społecznościowych i technologii opartych na sztucznej inteligencji, nie jest z natury ani dobre, ani złe. Wszystko zależy od tego, w jaki sposób i w jakim celu są one wykorzystywane. Mogą one znacząco wzbogacić życie, ale także stanowić źródło problemów, jeśli korzysta się z nich bezrefleksyjnie lub nadmiernie.

Rodzina pełni kluczową rolę w rozwoju dziecka, co niewątpliwie wiąże się z jego dostępem do nowoczesnych technologii. To w rodzinie dziecko zdobywa pierwsze doświadczenia związane z nawiązywaniem relacji z innymi ludźmi w świecie realnym, rozpoznawaniem i wyrażaniem emocji. Badania wskazują, że silne bezpośrednie więzi emocjonalne z rodzicami wpływają na kształtowanie zdrowego obrazu siebie oraz umiejętności radzenia sobie ze stresem i trudnościami życiowymi. Osiągnięcie dojrzałości emocjonalnej jest budowane przez poczucie więzi z rodziną. Rodzinna atmosfera, zdrowe relacje emocjonalne między rodzicami oraz rodzicami a dziećmi (również indywidualnie z ojcem i matką) oraz rodzeństwem są podstawowym podłożem zdrowego

rozwoju psychicznego i przygotowania do funkcjonowania w społeczeństwie¹. Rodzina stanowi podstawowe środowisko wychowawcze,

w sposób zamierzony i niezamierzony, zracjonalizowany i spontaniczny oddziałuje na osobowość dziecka, wytycza i utrwała zestaw wartości, które w procesie interioryzacji stają się azymutami, ukierunkowującymi aktywność dziecka i postępowanie przez całe życie².

W perspektywie wychowawczej rodzina ma za zadanie również poszerzać wiedzę z zakresu życia realnego i wirtualnego, dbać o rozwój zainteresowań, wprowadzać w życie społeczne i przygotować do pracy zawodowej³.

Skoro rodzina jest fundamentalnym środowiskiem wychowawczym młodego człowieka, to rodzice odpowiadają za pierwsze kontakty dziecka ze światem wirtualnym, to oni najpierw decydują, pokazują i ograniczają korzystanie z technologii przez ich dzieci⁴. Relacje i postawy rodzicielskie mogą być pozytywne, jak i negatywne, czyli zarówno wspierające, jak i ograniczające rozwój dziecka⁵. To, w jaki sposób rodzice będą podchodzić do kwestii związanych z używaniem mediów przez ich dzieci, zależy od wielu czynników⁶. Dzieci korzystają z technologii w coraz młodszym wieku. Rodzice są odpowiedzialni za ilość czasu, jaki jest przeznaczony dla dziecka na kontakt z mediami, oraz jakość treści, do jakich mogą mieć dostęp ich dzieci. Celem artykułu jest wskazanie, jakie korzyści i zagrożenia niesie za sobą korzystanie z nowoczesnych technologii oraz znalezienie odpowiedzi na problem badawczy: czy relacje i postawy w rodzinie współoddziałują na korzystanie przez dzieci i młodzież z mediów społecznościowych i sztucznej inteligencji?

1. Relacje i postawy rodzicielskie

Rodzina to podstawowe środowisko, w jakim wychowuje się młody człowiek, a relacje, które w niej występują, mają duży wpływ na jego rozwój. Wśród postaw i relacji rodzicielskich wyróżniamy pozytywne i negatywne. Pozytywne charakteryzują się otwartą

1 D. Goleman, *Inteligencja społeczna*, tłum. A. Jankowski, Poznań 2007, s. 220–243.

2 M. Winiarski, *Rodzina – ujęcie genetyczno-funkcjonalne*, w: *Elementarne pojęcia pedagogiki społecznej i pracy socjalnej*, red. D. Lalak, T. Pilch, Warszawa 1999, s. 241.

3 M. Winiarski, *Rodzina*, s. 241.

4 M. Dinleyici i in., *Media Use by Children, and Parents' Views on Children's Media Usage*, „Interactive Journal of Medical Research”, 5 (2016), nr 2, art. e18, <https://doi.org/10.2196/ijmr.5668>.

5 M. Plopa, *Psychologia rodziny: teoria i badania*, Kraków 2011, s. 13–46.

6 P. Nikken, M. Schols, *How and Why Parents Guide the Media Use of Young Children*, „Journal of Child and Family Studies”, 24 (2015), s. 3434–3435, <https://doi.org/10.1007/s10826-015-0144-4>.

komunikacją, akceptacją dziecka takim, jakie ono jest, oraz odpowiednim do wieku poziomem wymagań. Rodzic nie powinien być ani za bardzo wymagający, ani nadopiekuńczy. Jedną z najbardziej negatywnych postaw jest niekonsekwencja, kiedy to sposób, w jaki dziecko jest traktowane, zależy od humoru rodzica. Negatywną postawą jest także odrzucenie, zarówno fizyczne, jak i emocjonalne. Taki rodzic nie chce mieć kontaktu ze swoim dzieckiem i nie okazuje mu czułości ani wsparcia⁷. Natomiast wsparcie oraz stopień kontroli rodzicielskiej są związane z dobrostanem dziecka. Nieadekwatny poziom kontroli rodziców prowadzi u młodzieży do problemów z zachowaniem. Słaba jakość komunikacji, np. krytyka i niekonsekwencja, znacząco obniża samoocenę i jakość życia u dzieci⁸.

Do podstawowych funkcji rodziny zalicza się funkcje: biologiczną, ekonomiczną, opiekuńczo-wychowawczą, emocjonalną, socjalizacyjną, rekreacyjną i kulturową. Funkcja biologiczna odnosi się do możliwości podtrzymywania ciągłości rodziny poprzez pojawianie się potomstwa i wychowanie oraz zapewnienie odpowiednich warunków do rozwoju dzieci przez dostęp do żywności i opieki medycznej, a więc spełnienie podstawowej potrzeby bezpieczeństwa. Rodzina jest jednostką ekonomiczną, która odgrywa kluczową rolę w zaspokajaniu potrzeb materialnych przez dostarczanie zasobów niezbędnych do życia, takich jak: żywność, odzież, mieszkanie, środki na edukację. Jednym z wiodących zadań rodziny jest zapewnienie opieki i wychowania dzieci. Ta funkcja odnosi się nie tylko do spełniania podstawowych potrzeb, ale również kształtowania osobowości młodych ludzi. Rodzina przekazuje normy społeczne, wzorce zachowań oraz wartości. Funkcja emocjonalna odnosi się do tworzenia i utrzymywania więzi uczuciowych między członkami rodziny, kształtując w nich poczucie przynależności. Rodzina jest pierwszym środowiskiem, w którym dziecko kształtuje tożsamość, uczy się współpracy z innymi i nabywa umiejętności niezbędnych do funkcjonowania w szerszym społeczeństwie. Jest więc środowiskiem, w którym dokonuje się proces socjalizacji. Rodzina powinna zapewnić swoim członkom możliwość wspólnego spędzania czasu, relaksu i rozrywki, wzmacniając więzi psychiczne i przyczyniając się do dobrostanu psychicznego jej członków. Rodzina odgrywa kluczową rolę w przekazywaniu tradycji, zwyczajów, religii i innych elementów dziedzictwa kulturowego, co jest istotne dla kształtowania się świadomości kulturowej⁹.

7 M. Plopa, *Psychologia rodziny*, s. 13–46.

8 E.I. Lorenzo-Blanco, C.B. Bares, J. Delva, *Parenting, Family Processes, Relationships, and Parental Support in multiracial and multiethnic Families: An Exploratory Study of Youth Perceptions*, „Family Relations”, 62 (2013), nr 1, s. 125–139, <https://psycnet.apa.org/doi/10.1111/j.1741-3729.2012.00751.x>.

9 A. Tyszka, *Rodzina we współczesnym świecie*, Poznań 2002, s. 27–49.

Pozytywne relacje i postawy rodzicielskie są parasolem ochronnym przed wieloma zagrożeniami. Rodzice, którzy rozmawiają ze swoimi dziećmi, znają ich problemy, są w stanie odpowiednio wcześniej na nie zareagować i im pomóc. Najbardziej pozytywną postawą rodzica jest akceptacja. Rodzic toleruje i kocha swoje dziecko za to, jakie ono jest. Kolejna ważna postawa to odpowiedni poziom wymagania i kontroli ze strony rodziców – rodzic nie powinien być za bardzo wymagający ani dawać dziecku zbyt dużej swobody. Poziom wymagań zależny jest od wieku i stopnia rozwoju dziecka¹⁰. Warto zwrócić uwagę, że wymagania mogą dotyczyć także czasu, jaki dziecko poświęca na używanie telefonu lub gier komputerowych. Kontrola rodzicielska zmienia się w tym zakresie i jest uzależniona od indywidualnych potrzeb dziecka. Rodzice kontrolują czas oraz rodzaj mediów (granie w gry, oglądanie bajek), z których korzysta dziecko. Warto też zwrócić uwagę, że dzieci naśladują swoich opiekunów, dlatego im więcej z mediów korzysta rodzic, tym więcej będzie także korzystało dziecko. Ponadto to właśnie rodzice wprowadzają dziecko w świat medialny, wspólnie korzystając z mediów razem z dzieckiem. Jak się okazuje, stopień i częstotliwość korzystania z mediów przez dziecko może być zależny od płci rodzica, jego wykształcenia i innych zmiennych. Matki są bardziej konsekwentne w kwestii kontroli od ojców, a rodzice z wyższym wykształceniem – bardziej otwarci na korzystanie z nowych technologii przez ich dzieci¹¹. Korzystanie z social mediów przez rodziców może być formą kontaktu i wsparcia dla ich dzieci. Rodzice mogą czerpać z Internetu wiedzę, nawiązywać nowe znajomości i dzielić się doświadczeniem z innymi rodzicami.

Nowe technologie otwierają przed dziećmi różne możliwości¹². Rodzice posiadają niejednorodną wiedzę i przekonania dotyczące tego, w jakim wieku i z jakich urządzeń mogą korzystać ich dzieci¹³. Postrzeganie postaw rodzicielskich przez dzieci może mieć wpływ na ich problematyczne korzystanie z mediów. Najczęściej to skrajne postawy, np. nadmierna opiekuńczość lub odrzucenie, powodują u dzieci podwyższony lęk, brak dojrzałości i zaufania, co w dalszej perspektywie może doprowadzić do zachowań związanych z uzależnieniem od mediów¹⁴. Rodzina natomiast jest pierwotnym czyn-

-
- 10 S. Gwiazdowska-Stańczak, *Postrzeganie własnej rodziny przez adolescentów*, „Studia Pedagogiczne”. Problemy społeczne, edukacyjne i artystyczne, 2018, nr 32, s. 193–210.
 - 11 P. Nikken, M. Schols, *How and Why Parents Guide the Media Use*, s. 3434–3435.
 - 12 D.M. Haslam, A. Tee, S. Baker, *The Use of Social Media as a Mechanism of Social Support*, „Journal of Child and Family Studies”, 26 (2017), s. 2026–2037, <https://doi.org/10.1007/s10826-017-0716-6>.
 - 13 M. Dinleyici i in., *Media Use by Children*.
 - 14 K. Komsta-Tokarzewska, *Podmiotowe i rodzinne czynniki ryzyka uzależnienia od Internetu w grupie kobiet i mężczyzn. Ujęcie psychopedagogiczne*, „Roczniki Teologiczne”, 66 (2019) z. 10, s. 111–125, <http://dx.doi.org/10.18290/rt.2019.66.10-8>.

nikiem chroniącym dziecko przed ryzykiem uzależnienia¹⁵, dlatego powinna stosować profilaktykę w postaci edukacji medialnej, która wspomaga rozwój dziecka w świecie mediów oraz promuje zachowania prozdrowotne zarówno w obszarze fizycznym, jak i psychicznym¹⁶. Profilaktykę i edukację medialną powinna prowadzić również szkoła, a działania edukacyjne objąć także rodziców, ponieważ to głównie w domu dziecko ma dostęp do mediów i korzysta z nich.

2. Używanie nowoczesnych technologii w rodzinie

Jednym z najważniejszych wymiarów kształtujących dobre relacje w rodzinie jest pozytywna komunikacja¹⁷. Jeżeli rodzice nie słuchają swoich dzieci, nie rozmawiają z nimi, osłabiają przez to wspólne relacje. Zaburzone relacje w rodzinie czynią osoby bardziej podatnymi na uzależnienia od Internetu¹⁸. Nieprawidłowe funkcjonowanie rodziny oraz konflikty w niej występujące mogą wiązać się z problematycznym używaniem nowych technologii¹⁹. Za niestosowne treści przekazywane przez media i nowe technologie odpowiadają ich nadawcy, ale nie tylko. Jeżeli z mediów i Internetu korzysta dziecko, odpowiedzialność za dostępne mu treści ponosi także rodzic. Jedną z najważniejszych form zapobiegania negatywnym skutkom treści agresywnych, nieodpowiednich czy szkodliwych dla dzieci jest kontrola rodzicielska. Odpowiedzialność rodzica oraz wychowanie medialne jest najważniejszym elementem profilaktyki korzystania z nowych technologii przez dzieci i młodzież²⁰.

Warto również zwrócić uwagę na system wartości, jaki przyjmuje rodzina. Może on stanowić formę wspierającą lub ograniczającą dla dziecka. Może nieść za sobą chęć po-

-
- 15 S. Dzierżyńska-Breś, *Rodzic jako uczestnik profilaktyki uzależnień w szkole*, w: *Profilaktyka zachowań ryzykownych – dobre praktyki i dowody naukowe*, red. M. Muskała, H. Karaszewska, Poznań 2023, s. 7–9.
 - 16 R. Matusiak, *Edukacja medialna jako forma kształtowania postaw prozdrowotnych i przeciwdziałania uzależnieniu od mediów*, „Kwartalnik Naukowy Fides et Ratio”, 32 (2017), nr 4, s. 176–184.
 - 17 E. Okoniewska, S. Gwiazdowska-Stańczak, *Wybrane psychologiczne aspekty macierzyństwa. Warsztaty wzmacniające kompetencje społeczne kobiet*, Piotrków Trybunalski 2022, s. 13–22.
 - 18 Ö. Şenormancı i in., *Attachment and Family Functioning in Patients with Internet Addiction*, „General Hospital Psychiatry”, 36 (2014), nr 2, s. 203–207.
 - 19 J.-Y. Yen i in., *Family Factors of Internet Addiction and Substance Use Experience in Taiwanese Adolescents*, „CyberPsychology and Behavior”, 10 (2007), nr 3, s. 323–329, <https://doi.org/10.1089/cpb.2006.9948>.
 - 20 A. Baładynowicz, *Przemoc w mediach a edukacja i wychowanie młodzieży*, w: *Człowiek w wielkiej sieci*, red. M. Walancik, D. Sarzała, Warszawa 2011, s. 15–42.

mocy i proponowania alternatywnych zachowań, np. wobec nadużywania e-medium, lub wręcz współuczestniczenie lub nakłanianie do życia w sieci komputerowej²¹.

Obecnie zarówno dzieci, młodzież, jak i dorośli żyją w świecie szybko postępującej technologii i z pewnością nie są już w stanie całkowicie się od niej odciąć. Warto zwrócić uwagę, ile czasu rodzina poświęca na kontakt z mediami. W badaniu przeprowadzonym wśród 2300 rodziców dzieci do 8 roku życia wyróżniono trzy główne modele: model intensywny – ok. 33% rodzin – w domu jest dużo sprzętu elektronicznego, często stale włączony telewizor jako tło; dzieci i dorośli oglądają to samo i spędzają przed ekranami średnio 5 godzin dziennie. Model umiarkowany – ok. 45% rodzin – rodzina korzysta z nowych technologii, ale również ze świata offline; dzieci spędzają przed ekranem mniej niż 3 godziny. Model oszczędny – 16 % rodzin – na oglądanie telewizji rodzina poświęca mniej niż godzinę dziennie²². W celu zbadania symptomów dysfunkcyjnego korzystania z Internetu można posłużyć się testem psychologicznym IAT (Internet Addiction Test) autorstwa Kimberly Young. Jest to najczęściej używane narzędzie pomiarowe w badaniach dotyczących tego problemu, zaś jego właściwości psychometryczne zostały potwierdzone w wielu próbach. Test składa się z opisu 20 symptomów nadużywania Internetu. Badany ma za zadanie określić, jak często obserwuje u siebie dane zachowanie. W teście można osiągnąć wynik od 0 do 100 punktów. Przy pomocy wyników uzyskanych dzięki IAT można wyróżnić 4 typy użytkowników Internetu w zależności od zdobytych przez respondentów punktów: osoby niewykazujące symptomów nadużywania Internetu (0–19), osoby nieznacznie wykazujące symptomy nadużywania Internetu (20–39), osoby zagrożone nadużywaniem Internetu (40–69) oraz osoby z objawami nadużywania Internetu (70–100). Pierwsze dwie kategorie to osoby funkcjonalnie korzystające z Internetu, natomiast dwie kolejne – korzystające dysfunkcyjnie²³.

3. Sztuczna inteligencja – wsparcie czy zagrożenie?

John McCarthy w 1956 roku użył jako pierwszy terminu sztuczna inteligencja (SI) w swojej koncepcji o „myślących maszynach”. Od tego czasu omawiana nazwa nabrała

-
- 21 E. Okoniewska, *Psychologiczna decyzja podejmowania pracy poniżej swoich kwalifikacji w kontekście wartości*, „Kultura i Wartości”, 2019, nr 27, s. 213–233, <http://dx.doi.org/10.17951/kw.2019.27.213-233>.
 - 22 Y.T. Uhls, *Cyfrowi rodzice. Dzieci w sieci. Jak być czujnym, a nie przeczułym?*, tłum. I. Grzegorzółka, Kraków 2016, s. 113–118.
 - 23 K.S. Young, *Clinical Assessment of Internet-Addicted Clients*, w: *Internet Addiction: A Handbook and Guide to Evaluation and Treatment*, red. K.S. Young, C.N. de Abreu, Hoboken, NJ 2011, s. 19–34.

szerszego znaczenia. Mimo że nie ma całkowitej zgodności między ekspertami, najczęściej SI rozumie się jako zaprojektowane przez człowieka skomplikowane systemy, które bez nadzoru działają racjonalnie, tj. w sposób sensowny z perspektywy ludzkiej²⁴. Szybki rozwój technik informacyjnych i komputerowych sprawił, że w ciągu ostatnich lat SI znalazła trwałe miejsce w codziennym życiu człowieka. Jej zastosowanie widzimy już w komunikacji, wojskowości i marketingu. Zdaniem ekspertów już za niedługo SI również zagości na stałe w takich branżach, jak: medycyna, energetyka, edukacja czy rolnictwo. Obok aspektów gospodarczych rozwój SI wpływa równie intensywnie na aspekty psychologiczne naszego życia.

Wyniki badania wpływu SI na współczesnego człowieka ujawniły, że najczęstsze wizje świata z SI wywołują niepokój²⁵. Jedną z wizji wskazywała na obawę, że nadmierne poleganie na SI i maszynach zastąpi zapotrzebowanie na ludzkich pracowników, zawieranie romantycznych związków oraz kontakty towarzyskie. Takie emocjonalne pobudzenie zwiększa skuteczność rozprzestrzeniania się wszelkich informacji, a adaptacyjne możliwości SI wydają się wątpliwe, gdy wiedza na temat jej mechanizmów jest znana i manipulowana. Sztuczna inteligencja wprawdzie przedstawia nowy scenariusz dla ludzkości, jednak pomimo popularnych negatywnych przekonań, niekoniecznie stanowi ona egzystencjalne zagrożenie²⁶.

Sztuczna inteligencja oddziałuje także na relacje międzyludzkie i związki uczuciowe. Poczucie osamotnienia ma wiele negatywnych konsekwencji, m.in. wzrost egocentryzmu, wrogości i impulsywności, także wśród dzieci i młodzieży. Warto zwrócić uwagę na to, że same relacje przez Internet nie zastępują kontaktu w świecie rzeczywistym i nie zapobiegają samotności. Jednak poprzez mądre korzystanie z możliwości, jakie daje SI, zyskujemy narzędzia do podtrzymywania relacji z osobami, które z różnych przyczyn nie mogą być umacniane w sposób bezpośredni²⁷. Niektórzy uczeni sądzą również, że w niedalekiej przyszłości może pojawić się technologia, która będzie propagować pożądane wzorce zachowań w relacjach międzyludzkich, np. przypominająca o konieczności odwiedzenia rodziców czy przyjaciół. Stosowanie SI daje

24 R. Lange, *Sztuczna inteligencja w społeczeństwie i gospodarce. Raport z badań społecznych*, Warszawa 2019, s. 3–29.

25 S. Cave, K. Coughlan, K. Dihal, "Scary Robots": Examining Public Responses to AI, „Proceedings of the AIES”, 2019, s. 331–337, <https://doi.org/10.1145/3306618.3314232>.

26 E. Gent, *AI: Fears of "playing God"*, „Engineering & Technology”, 10 (2015), nr 2, s. 76–79, <https://doi.org/10.1049/et.2015.0210>.

27 M. Torczyńska, *Sztuczna inteligencja i jej społeczno-kulturowe implikacje w codziennym życiu*, „Kultura i Historia”, 2019, nr 2, s. 106–125.

możliwość pielęgnacji dotychczasowych relacji oraz zawierania nowych, przez co pomaga w zmniejszaniu poczucia samotności i odizolowania²⁸.

Ze względu na silną ingerencję SI w codzienne życie ludzi możliwa jest obserwacja i analiza wpływów, jakie na nich wywiera. Jednym z godnych omówienia fenomenów powiązanych zarówno z tematem SI, jak i psychologicznymi mechanizmami funkcjonowania człowieka jest tak zwany efekt Elizy. Jego nazwa pochodzi od nazwy stworzonego przez Josepha Weizenbauma w 1966 roku programu, którego zadaniem było udzielanie użytkownikom pomocy w zakresie psychoterapii²⁹. „Eliza” działała w sposób wyjątkowo prosty – podczas komunikowania się z ludźmi korzystała ze słów i zdań umieszczonych wcześniej w specjalnie przygotowanej bazie wzorców odpowiedzi. Wielu użytkowników przyznawało się do poczucia więzi emocjonalnej z maszyną, do czego odnosi się właśnie wcześniej wspomniany efekt. Przypisywali oni szczególne znaczenie działaniom wykonywanym przez maszynę – jej doborze słów i „ludzkiej” naturze odpowiedzi, przez co mieli wrażenie, że „Eliza” faktycznie była zdolna do samodzielnego myślenia. Efekt Elizy miał jednak znaczenie tylko wtedy, gdy ludzie nie mieli świadomości tego, że rozmawiali właśnie z maszyną, a nie z człowiekiem. W przeciwnym wypadku efekt nie zachodził³⁰. Bazując na tym fenomenie, można wywnioskować, że ludzie – być może nawet ci świadomi faktu, że wchodzą w interakcję z maszyną, a nie z drugim człowiekiem – są w stanie traktować twory SI z taką samą emocjonalną czułością, jaką darzą innych ludzi³¹.

Z drugiej zaś strony SI może być w stanie wspomóc ludzi podczas panującego obecnie kryzysu samotności. Zbyt długa deprywacja kontaktów międzyludzkich może doprowadzić w konsekwencji do, między innymi, licznych zaburzeń w sferze przeżyć psychicznych, doznań zmysłowych i postaw wobec otaczającego świata³². Dzięki wykorzystaniu sztucznej inteligencji potrzeba bliskości u osób samotnych mogłaby być skutecznie zaspokajana przy minimalnym nakładzie zasobów, bez konieczności angażowania się w podróże, randki czy podobne aktywności. Należy jednak pamiętać, że

28 J. Cacioppo, S. Cacioppo, *Do You Feel Lonely? You are Not Alone: Lessons from Social*, „Frontiers for Young Minds”, 1 (2013), art. 9, <https://doi.org/10.3389/frym.2013.00009>.

29 M.H. Kupniewski, *Cyberpsychologia czy psychologia cybernetyki?*, „Studia de Cultura”, 10 (2018), s. 19–26, <https://doi.org/10.24917/20837275.10.4.2>.

30 W. Susłow, E. Sokołowska-Katzer, *Interaktywne ćwiczenia ESL z wirtualnym rozmówcą – warunki, doświadczenia, szanse*, 2007, http://dlibra.tu.koszalin.pl/Content/1273/2007_ICE.pdf [dostęp: 16.06.2025].

31 K. Merrill Jr., J. Kim, C. Collins, *AI Companions for Lonely Individuals and the Role of Social Presence*, „Communication Research Reports”, 39 (2022), nr 2, s. 93–103.

32 B. Skibińska, „Skazani na samotność? O konsekwencjach izolacji społecznej w wybranych jej kontekstach”, „Studia Edukacyjne”, 2017, nr 44, s. 265–284, <https://doi.org/10.14746/se.2017.44.16>.

ostatecznie, pomimo licznych powodzeń, SI nigdy nie będzie w stanie w pełni zastąpić kontaktu z drugim człowiekiem³³.

Ludzie często projektują cechy ludzkie na systemy SI, przypisując im intencje, emocje i zdolności rozumienia. Ten proces, znany jako antropomorfizacja, wpływa na nasze zaufanie do SI oraz naszą gotowość do nawiązywania relacji z nimi. Wyniki badania wykazały, że uczestnicy przejawiali większe zaufanie do rozmówcy, gdy ten zachowywał się jak człowiek, niż wtedy, gdy występował w wersji maszynowej. Ponadto uczestnicy byli bardziej skłonni podejmować współpracę i ryzyko w przypadku interakcji z interlokutorem antropomorfizowanym. Wnioski z tego badania sugerują, że antropomorfizacja SI ma istotny wpływ na nasze zaufanie do niej i relacje z nią. Badanie to również podkreśla znaczenie ludzkich cech i zachowań w interakcjach z SI i wskazuje, że odpowiednie projektowanie SI z uwzględnieniem antropomorfizacji może poprawić odbiór i relacje użytkowników z tymi systemami³⁴. Badania prowadzone na osobach w izolacji społecznej, gdzie istniała możliwość konwersacji z SI wskazały, że takie rozwiązanie zapewnia im spersonalizowane wsparcie i towarzystwo. Badanie to akcentuje możliwości konwersacyjnych systemów SI w redukowaniu poczucia izolacji społecznej i samotności wśród osób doświadczających odosobnienia. Technologie te mogą wspierać dobrostan psychiczny oraz budowanie relacji społecznych, dostarczając wsparcia i wirtualnego towarzystwa³⁵.

4. Wsparcie udzielane dzieciom przez rodziców w procesie korzystania z nowoczesnych technologii i rozwiązań opartych na sztucznej inteligencji

Rozwój cybernetyki następuje w bardzo szybkim tempie. Skutki jej oddziaływania na dzieci, młodzież, osoby dorosłe, jak i cały system rodzinny w kontekście czasowym to temat, który niezmiennie będzie potrzebował coraz to głębszej analizy. Warto już dzisiaj zwrócić uwagę na to, jak wspierać rozwój dziecka bez nadmiernego sięgania po media społecznościowe i technologie oparte na SI? Przykładami dobrych praktyk jest skupienie rodziny na wzmacnianiu relacji i więzi, które buduje poczucie bezpie-

33 K. Merrill Jr, J. Kim, C. Collins, *AI Companions*, s. 93–103 i n.

34 A. Machigashi, T. Tsumura, S. Yamada, *Experimental Investigation of Trust in Anthropomorphic Agents as Task Partners*, w: *Proceedings of the 10th International Conference on Human-Agent Interaction (HAI '22)*. Association for Computing Machinery, New York 2022, s. 302–305, <https://doi.org/10.1145/3527188.3563921>.

35 J.O. Alotaibi, A.S. Alshahre, *The Role of Conversational AI Agents in Providing Support and Social Care for Isolated Individuals*, „Alexandria Engineering Journal”, 108 (2024), s. 273–284, <https://doi.org/10.1016/j.aej.2024.07.098>.

czeństwa i przynależności, w tym spędzanie jakościowego wspólnego czasu: wspólne posiłki, rozmowy czy spacer. Ważne jest podkreślanie rodzinnych „rytuałów”, takich jak wieczorne czytanie książek, wspólne gotowanie, świętowanie małych sukcesów. Czytanie i opowiadanie rozwija język, wyobraźnię i koncentrację dziecka, a co za tym idzie wzmacnia jego rozwój intelektualny.

Rodzic już od najmłodszych lat swego dziecka powinien stosować uważne słuchanie, które uczy dziecko, że jego emocje i potrzeby są ważne dla rodzica i w konsekwencji nie szuka wsparcia w innych zamiennikach, takich jak długotrwałe oglądanie bajek czy gry na telefonie. Istotne z punktu widzenia aktywności rodzinnych poza światem online jest spędzanie wspólnego czasu w kontakcie z naturą, rozbudzanie ciekawości małego na każdym etapie jego rozwoju w postaci spacerów, obserwacji przyrody, pracy w ogrodzie; stawianie na aktywność fizyczną w wolnym czasie dziecka: wspólne bieganie, jazda na rowerze, taniec, zabawy ruchowe. Efektywnym pomysłem jest również wzmacnianie zadań rozwijających kreatywność i ekspresję dziecka. Wśród zadań, które wymagają cierpliwości oraz ćwiczą wyobraźnię przestrzenną i zdolności manualne są: puzzle, gry planszowe, łamigłówki, zabawy plastyczne i muzyczne, takie jak: rysowanie, malowanie, granie na instrumentach, śpiewanie.

Dziecko powinno otrzymać od rodzica wyraźny komunikat odnośnie do ograniczenia ekranów i mediów, następnie proponowaną alternatywę zastępczych aktywności, a przede wszystkim rodzic powinien być przykładem, ponieważ dzieci obserwują, jak dorośli korzystają z nowych technologii.

Kluczowe jest, aby dziecko doświadczało różnorodnych bodźców i miało bezpieczne, wspierające otoczenie. Technologia może być dodatkiem, ale nie powinna zastępować relacji i realnych doświadczeń. Dorośli, jak zauważa Dominik Batorski³⁶, powinni być świadomi wpływu własnych nawyków na dzieci i modelować zdrowe podejście do korzystania z technologii. Z kolei Michał Klichowski³⁷, badacz wpływu cyborgizacji na życie ludzi, sugeruje, że wprowadzenie sztucznej inteligencji jest dobrym rozwiązaniem tylko i wyłącznie przy jednoczesnej edukacji społeczeństwa. Można przypuszczać, że wówczas negatywne konsekwencje wejścia sztucznej inteligencji w życie człowieka występowałyby w mniejszym stopniu albo byłyby mniej odczuwalne. Gdyby rozwinąć świadomość wśród ludzi w tym zakresie, to z pewnością mentalność człowieka nie ucierpiałaby tak jak bez rozwinięcia tej świadomości.

36 D. Batorski, *Korzystanie z Korzystanie z Technologii Informacyjno-komunikacyjnych*, „Contemporary Economics”, 5 (2011), nr 3, s. 299–327.

37 M. Klichowski, *People Copy the Actions of Artificial Intelligence*, „Frontiers in Psychology”, 11 (2020), s. 1–7, <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01130>.

Zakończenie

Kwestią wiodącą dotyczącą używania nowoczesnych technologii jest współdziałanie z dzieckiem, co świadczy o zaangażowaniu w dobro dziecka, sprawy rodziców i domu, odpowiednio do możliwości rozwojowych dziecka. Rodzice prezentujący taką postawę będą czerpać autentyczną przyjemność ze wspólnego spędzania czasu i wykonywania obowiązków, będą aktywni i gotowi do wspierania dziecka w jego zadaniach rozwojowych. Dziecko będzie wytrwałe, ufnie oraz zdolne do kooperacji³⁸. Pożądana jest postawa akceptująca, która oznacza pełne przyjęcie przez rodzica dziecka takim, jakie ono jest, ze wszystkimi cechami jego wyglądu fizycznego i możliwościami psychicznymi. Rodzice reprezentujący taką postawę darzą swoje dziecko szczerą sympatią, okazując mu miłość, lubią z nim kontakt, są wrażliwi na jego potrzeby, stawiając na pierwszym miejscu zaspokojenie potrzeby bezpieczeństwa dziecka. Dziecko wychowane przez rodziców reprezentujących taki styl jest otwarte, odważne, ma łatwość w nawiązywaniu relacji, w tym trwałych więzi emocjonalnych. Z drugiej strony reprezentowane w rodzinie postawy odrzucającej dotyczą traktowania dziecka jako ciężaru i są związane z dużym dystansem uczuciowym. Rodzice nie okazują uczuć pozytywnych, a jedynie te negatywne, są w stosunku do dziecka nadmiernie krytyczni, roszczeniowi i stosują liczne zakazy, nakazy oraz surowe kary. W reakcji na taką postawę dziecko będzie agresywne, sfrustrowane, nieposłuszne, w obawie przed zachowaniem rodziców będzie stosowało kłamstwa i prezentowało zachowania antyspołeczne.

W obecnych czasach nie ma już możliwości odcięcia dzieci od świata technologii cyfrowych, rozwoju sztucznej inteligencji. Kluczowe jest świadome podejście, czyli korzystanie w sposób zrównoważony i odpowiedzialny. Ważne jest, aby dbać o równowagę między czasem spędzonym w świecie online a życiem w świecie rzeczywistym, unikać nadmiernego zaangażowania w media, a także stale rozwijać swoje umiejętności krytycznego myślenia i analizy treści. W ten sposób można czerpać korzyści z mediów i technologii, jednocześnie minimalizując ryzyko ich negatywnego wpływu na życie dzieci i osób dorosłych. W dobie powszechnej digitalizacji mediów i życia społecznego niezwykle istotne staje się wprowadzenie zdrowych zasad korzystania z technologii. Dobre praktyki stosowane w rodzinie pomagają uniknąć negatywnych skutków nadmiernego korzystania z mediów społecznościowych i sztucznej inteligencji, a jednocześnie umożliwiają pełne wykorzystanie potencjału dzieci.

38 M. Ziemska, *Postawy rodzicielskie*, wyd. 3, Warszawa 2009, s. 1–120.

References/Bibliografia

OPRACOWANIA

- Alotaibi J.O., Alshahre A.S., *The Role of Conversational AI Agents in Providing Support and Social Care for Isolated Individuals*, „Alexandria Engineering Journal”, 108 (2024), s. 273–284, <https://doi.org/10.1016/j.aej.2024.07.098>.
- Baładynowicz, A., *Przemoc w mediach a edukacja i wychowanie młodzieży*, w: *Człowiek w wielkiej sieci*, red. M. Walancik, D. Sarzała, Warszawa 2011, s. 15–42.
- Batorski D., *Korzystanie z Korzystanie z Technologii Informacyjno-komunikacyjnych*, „Contemporary Economics”, 5 (2011), nr 3, s. 299–327.
- Cacioppo J., Cacioppo S., *Do You Feel Lonely? You are Not Alone: Lessons from Social*, „Frontiers for Young Minds”, 1 (2013), art. 9, <https://doi.org/10.3389/frym.2013.00009>.
- Cave S., Coughlan K., Dihal K., *“Scary Robots”: Examining Public Responses to AI*, „Proceedings of the AIES”, 2019, s. 331–337, <https://doi.org/10.1145/3306618.3314232>.
- Dinleyici M. i in., *Media Use by Children, and Parents’ Views on Children’s Media Usage*, „Interactive Journal of Medical Research”, 5 (2016), nr 2, art. e18, <https://doi.org/10.2196/ijmr.5668>.
- Dzierżyńska-Breś S., *Rodzic jako uczestnik profilaktyki uzależnień w szkole*, w: *Profilaktyka zachowań ryzykownych – dobre praktyki i dowody naukowe*, red. M. Muskała, H. Karaszewska, Poznań 2023, s. 7–9.
- Gent E., *AI: Fears of “playing God”*, „Engineering & Technology”, 10 (2015), nr 2, s. 76–79, <https://doi.org/10.1049/et.2015.0210>.
- Goleman D., *Inteligencja społeczna*, tłum. A. Jankowski, Poznań 2007.
- Gwiazdowska-Stańczak S., *Postrzeganie własnej rodziny przez adolescentów*, „Studia Pedagogiczne”. Problemy społeczne, edukacyjne i artystyczne”, 32 (2018), s. 193–210.
- Haslam D.M., Tee A., Baker S., *The Use of Social Media as a Mechanism of Social Support*, „Journal of Child and Family Studies”, 26(2017), s. 2026–2037, <https://doi.org/10.1007/s10826-017-0716-6>.
- Klichowski M., *People Copy the Actions of Artificial Intelligence*, „Frontiers in Psychology”, 11 (2020), s. 1–7, <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01130>.
- Komsta-Tokarzewska K., *Podmiotowe i rodzinne czynniki ryzyka uzależnienia od Internetu w grupie kobiet i mężczyzn. Ujęcie psychopedagogiczne*, „Roczniki Teologiczne”, 66 (2019), z. 10, s. 111–125, <https://dx.doi.org/10.18290/rt.2019.66.10-8>.
- Kupniewski M.H., *Cyberpsychologia czy psychologia cybernetyki?*, „Studia de Cultura”, 10 (2018), s. 19–26, <https://doi.org/10.24917/20837275.10.4.2>.
- Lange R., *Sztuczna inteligencja w społeczeństwie i gospodarce. Raport z badań społecznych*, Warszawa 2019.
- Lorenzo-Blanco E.I., Bares C.B., Delva J., *Parenting, Family Processes, Relationships, and Parental Support in multiracial and multiethnic Families: An Exploratory Study of Youth Perceptions*, „Family Relations”, 62 (2013), nr 1, s. 125–139, <https://psycnet.apa.org/doi/10.1111/j.1741-3729.2012.00751.x>.
- Matusiak R., *Edukacja medialna jako forma kształtowania postaw prozdrowotnych i przeciwdziałania uzależnieniu od mediów*, „Kwartalnik Naukowy Fides et Ratio”, 32 (2017), nr 4, s. 176–184.
- Maehigashi A., Tsumura T., Yamada S., *Experimental Investigation of Trust in Anthropomorphic Agents as Task Partners*, w: *Proceedings of the 10th International Conference on Human-Agent Interaction (HAI '22)*. Association for Computing Machinery, New York 2022, s. 302–305, <https://doi.org/10.1145/3527188.3563921>.

- Merrill Jr K., Kim J., Collins C., *AI Companions for Lonely Individuals and the Role of Social Presence*, „Communication Research Reports”, 39 (2022), nr 2, s. 93–103, <https://doi.org/10.1080/08824096.2022.2045929>.
- Nikken P., Schols M., *How and Why Parents Guide the Media Use of Young Children*, „Journal of Child and Family Studies”, 24 (2015), s. 3423–3435, <https://doi.org/10.1007/s10826-015-0144-4>.
- Obermeyer Z. i in., *Dissecting Racial Bias in an Algorithm Used to Manage the Health of Populations*, „Science”, 336 (2019), nr 6464, s. 447–453, <http://dx.doi.org/10.1126/science.aax2342>.
- Okoniewska E., Gwiazdowska-Stańczak S., *Wybrane psychologiczne aspekty macierzyństwa. Warsztaty wzmacniające kompetencje społeczne kobiet*, Piotrków Trybunalski 2022.
- Okoniewska E., *Psychologiczna decyzja podejmowania pracy poniżej swoich kwalifikacji w kontekście wartości*, „Kultura i Wartości”, 27 (2019), s. 213–233, <http://dx.doi.org/10.17951/kw.2019.27.213-233>.
- Plopa M., *Psychologia rodziny: teoria i badania*, Kraków 2011.
- Şenormancı Ö. i in., *Attachment and Family Functioning in Patients with Internet Addiction*, „General Hospital Psychiatry”, 36 (2014), nr 2, s. 203–207, <https://doi.org/10.1016/j.genhosppsych.2013.10.012>.
- Skibińska B., *„Skazani na samotność? O konsekwencjach izolacji społecznej w wybranych jej kontekstach*, „Studia Edukacyjne”, 2017, nr 44, s. 265–284, <https://doi.org/10.14746/se.2017.44.16>.
- Torczyńska M., *Sztuczna inteligencja i jej społeczno-kulturowe implikacje w codziennym życiu*, „Kultura i Historia”, 2019, nr 36 (2), s. 106–126.
- Tyszka A., *Rodzina we współczesnym świecie*, Poznań 2002.
- Uhls Y.T., *Cyfrowi rodzice. Dzieci w sieci. Jak być czujnym, a nie przeczulonym?*, tłum. I. Grzegorzka, Kraków 2016.
- Winiarski M., *Rodzina – ujęcie genetyczno-funkcjonalne*, w: *Elementarne pojęcia pedagogiki społecznej i pracy socjalnej*, red. D. Lalak, T. Pilch, Warszawa 1999, s. 241–256.
- Yen J.-Y. i in., *Family Factors of Internet Addiction and Substance Use Experience in Taiwanese Adolescents*, „CyberPsychology and Behavior”, 10 (2007), nr 3, s. 323–329, <https://doi.org/10.1089/cpb.2006.9948>.
- Young K.S., *Clinical Assessment of Internet-Addicted Clients*, w: *Internet Addiction: A Handbook and Guide to Evaluation and Treatment*, red. K.S. Young, C.N. de Abreu, Hoboken, NJ 2011, s. 19–34.
- Ziemska M., *Postawy rodzicielskie*, wyd. 3, Warszawa 2009.

NETOGRAFIA

- Susłow W., Sokołowska-Katzer E., *Interaktywne ćwiczenia ESL z wirtualnym rozmówcą – warunki, doświadczenia, szanse*, 2007, http://dlibra.tu.koszalin.pl/Content/1273/2007_ICE.pdf [dostęp: 18.06.2023].