

# Uzależnienia behawioralne

## Mechanizmy cyberzaburzeń



# DZIECKO W „PĘDZĄCYM” ŚWIECIE

Wszechobecność technologii  
cyfrowych

Zalew informacyjny

Zmian dobowej organizacji czasu

Nowe przekazy i obrazy

Odejście od zasad  
aksjologicznych

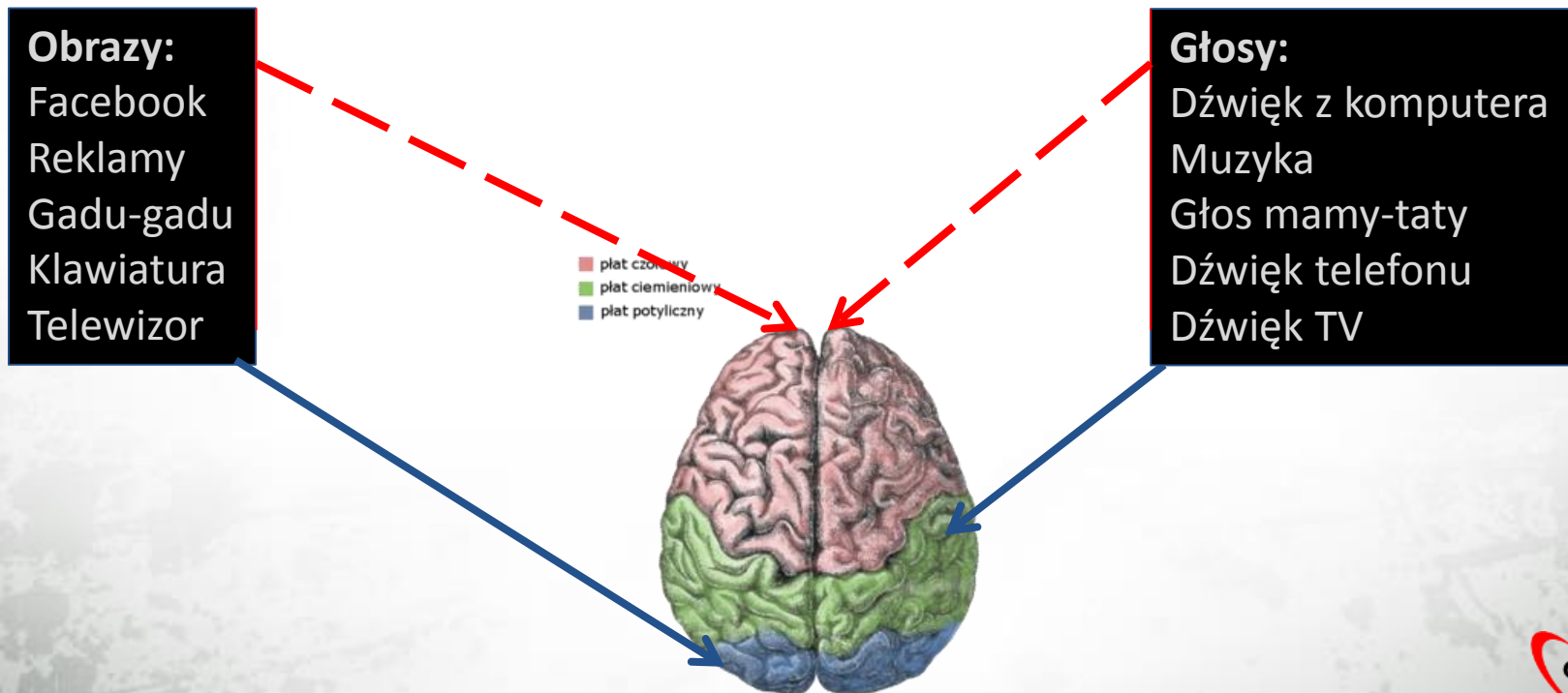
Nowe metody pobudzania

**WYNIK:**  
**„inny  
człowiek”**  
(Cyfrowi Tubylcy,  
Młodzi „Dorośli”)



# Czego nie wiedzą dzieci?

Głowa to nie śmietnik – ma swoją pojemność



# Czego nie wiedzą dzieci?

Głowa to nie śmietnik – ma swoją pojemność

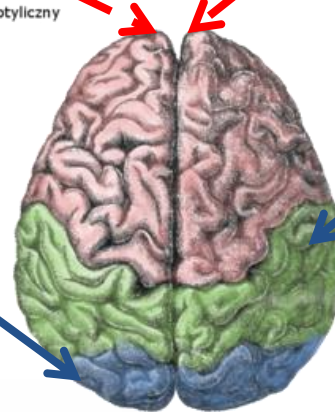
## Obrazy:

Facebook  
Reklamy  
Gadu-gadu  
Klawiatura  
Telewizor

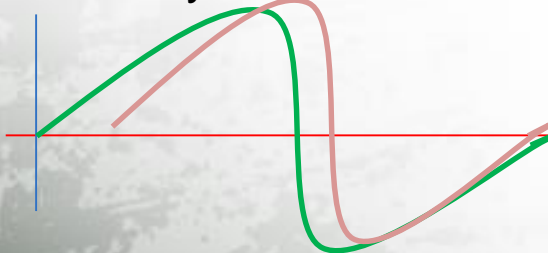
## Głosy:

Dźwięk z komputera  
Muzyka  
Głos mamy-taty  
Dźwięk telefonu  
Dźwięk z TV

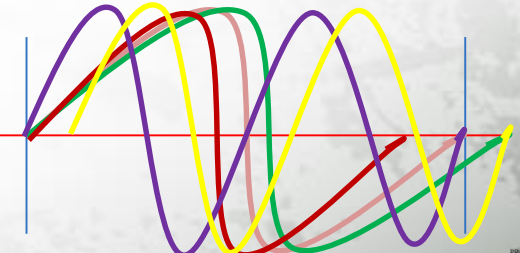
■ płat czołowy  
■ płat ciemieniowy  
■ płat potyliczny



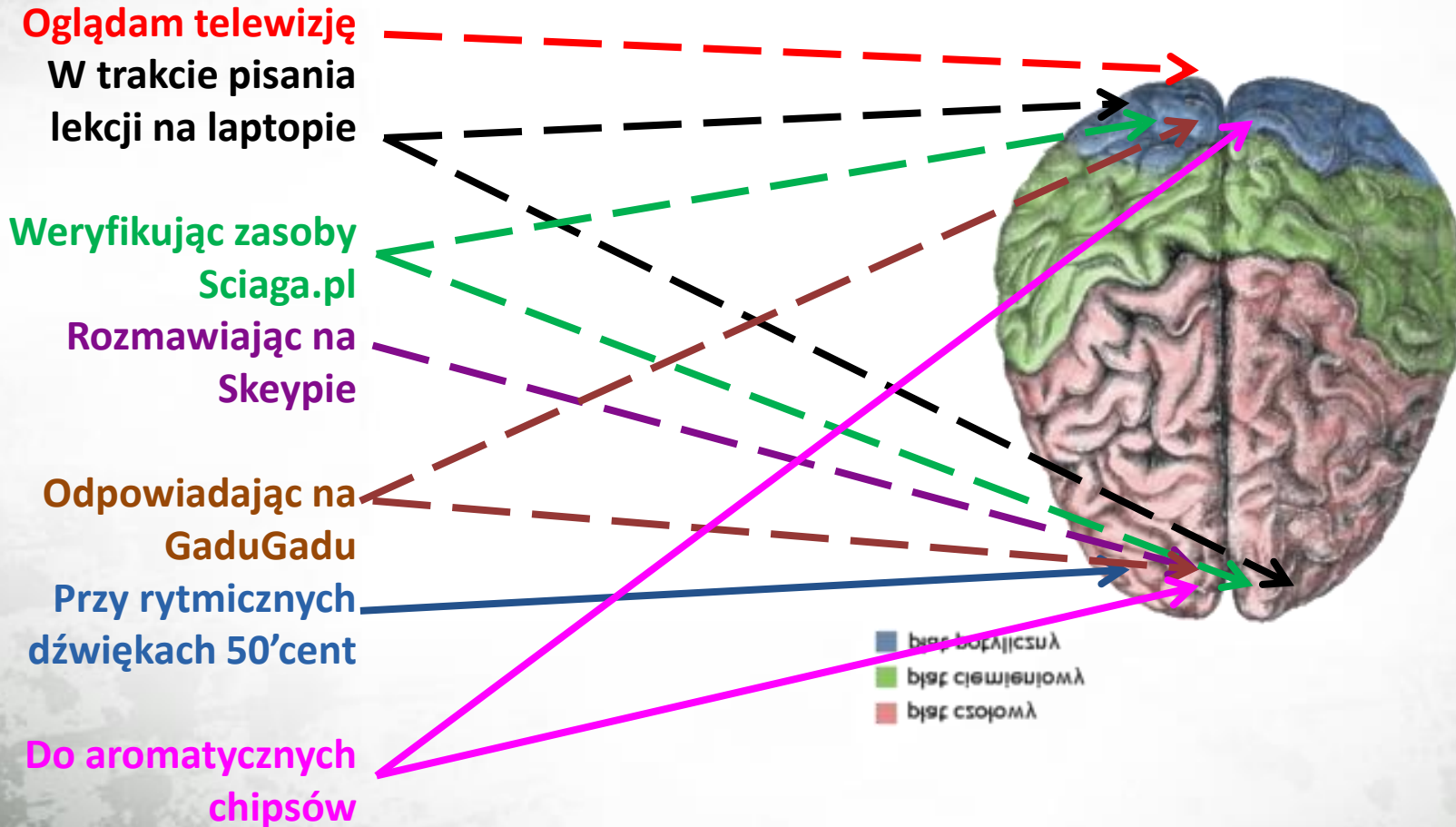
My



Nasze dzieci



# Cybertechnologie a praca mózgu



# Czego nie lubi mózg?

W  
J  
E  
D  
N  
Y  
M  
C  
Z  
A  
S  
I  
E

Telewizor

Muzyka

Rozmowa

Internet

Gra KOMUTEROWA

Komunikator

Czytanie

■ płat czołowy  
■ płat ciemieniowy  
■ płat potyliczny





# Środowisko życia

1. **Ogromne nasycenie multimediami**
2. **Dzieci niemal rodzą się przy mediach cyfrowych**
3. **Socjalizacja przy TV**
4. **Dziecko jako adresat coraz szerszego przekazu cyfrowego**
5. **„Style pack” – metoda presji reklamowej**



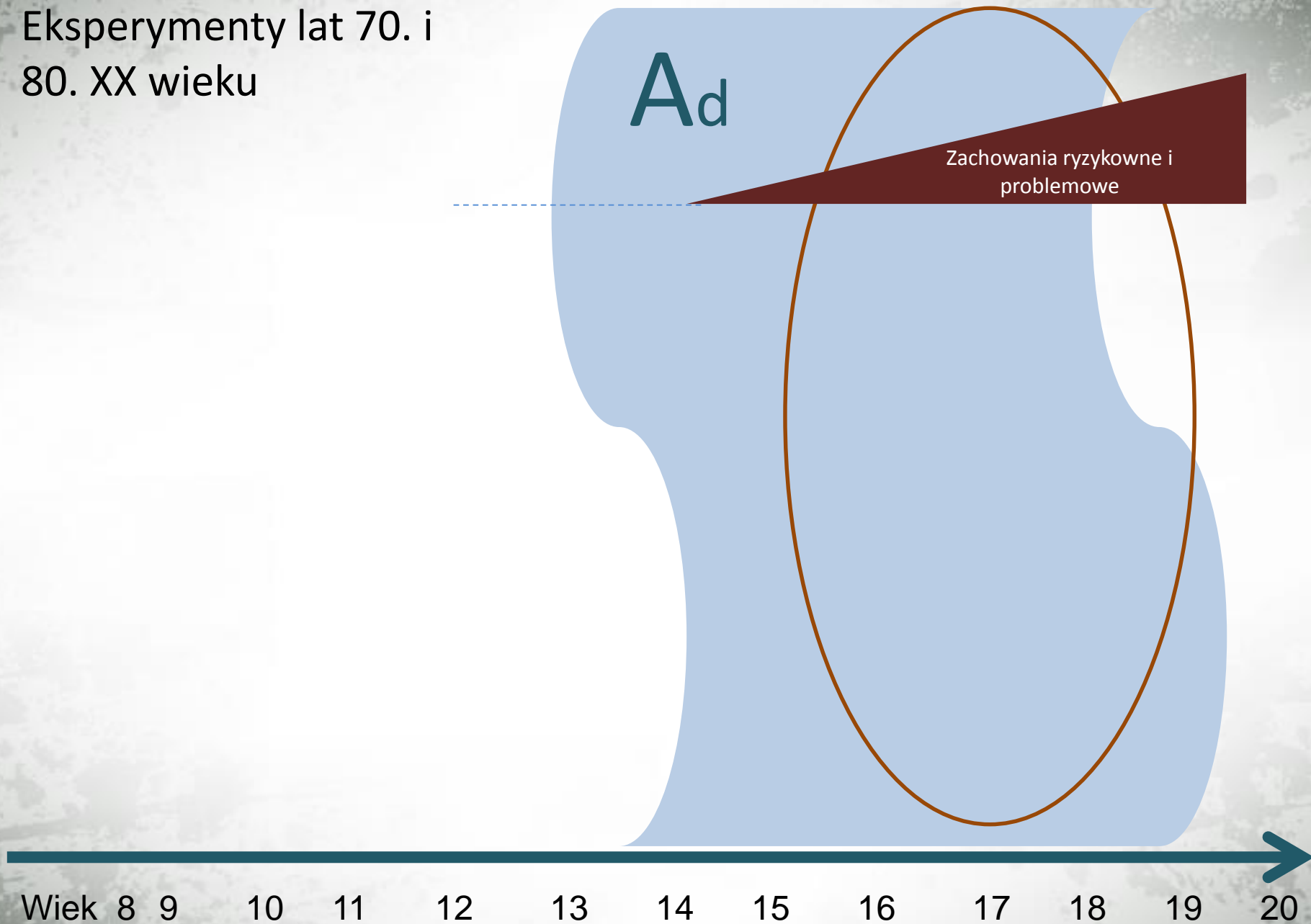
# Środowisko życia

1. Krótki żywot nowości – konieczność nieustannej zmiany
2. Jeśli nie masz – wyklucasz się
3. Nieustanna zmiana

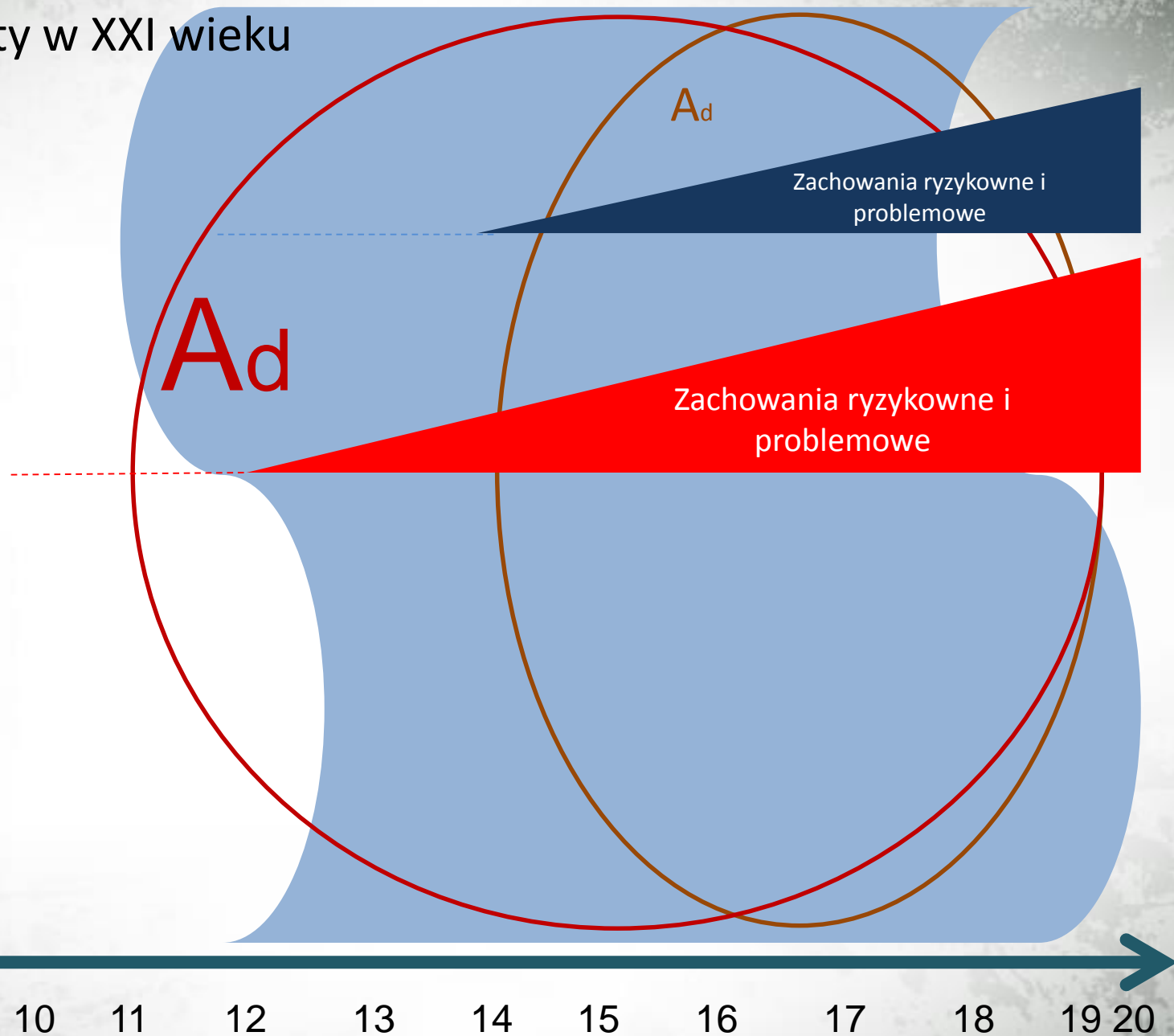
**Płynna rzeczywistość**



# Eksperymenty lat 70. i 80. XX wieku



# Eksperymenty w XXI wieku

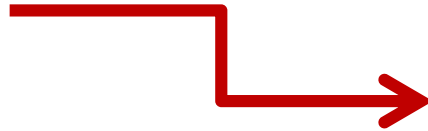


# Zmiana progu adolescencji

**dzieci**

**młodzież**

**dorośli**



# Zmiana progu adolescencji

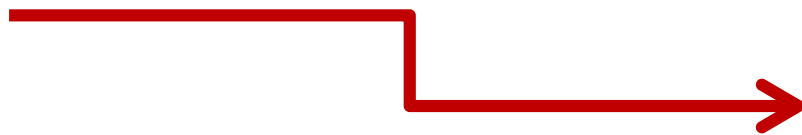
**dzieci**

**młodzież**

**dorośli**

**dzieci**

**dorośle dzieci - dorośli**



# Przyczyny przyspieszenia adolescencyjnego

- 1. Chemia w żywności + ogromne ilości cukrów (200-700% RDA)**
- 2. Silne pobudzanie OUN przez multimedia (2,5-7h)**
- 3. Dojrzewanie w świecie pełnym erotyki i agresji (24%)**
- 4. Nowa organizacja doby**



# Rozwój dziecka 6-16 lat (pola zagrożeń - zaburzeń)

**Socjalizacja przy  
telewizorze.  
Udział w życiu  
dorosłych.  
Pozyskiwanie  
dziecka przez  
kupowanie.**

Wiek 6 lat 7 lat 8 lat 9 lat 10 lat 11 lat 12 lat 13 lat 14 lat 15 lat 16 lat





# Rozwój dziecka 6-16 lat (pola zagrożeń - zaburzeń)

Socjalizacja przy telewizorze.  
Udział w życiu dorosłych.  
Pozyskiwanie dziecka przez kupowanie.

**Wiek** 6 lat 7 lat 8 lat 9 lat 10 lat 11 lat 12 lat 13 lat 14 lat 15 lat 16 lat

Pierwsze gry  
elektroniczne.

Pierwsze  
samodzielne  
kontrakty z  
komputerem i  
Internetem.

Zasypianie po  
21.00.

Chemia  
wzmocnienia.



# Rozwój dziecka 6-16 lat (pola zagrożeń - zaburzeń)

Socjalizacja przy  
telewizorze.  
Udział w życiu  
dorosłych.  
Pozyskiwanie  
dziecka przez  
kupowanie.

**Samodzielny  
komputer-Internet.  
„Strzelanki –  
„kompasy” agresji.  
Weekendowe  
bezgraniczne  
@@@@.  
Częste  
funkcjonowanie w  
sferach dorosłych.**

Wiek 6 lat 7 lat 8 lat 9 lat 10 lat 11 lat 12 lat 13 lat 14 lat 15 lat 16 lat

Pierwsze gry  
elektroniczne.  
Pierwsze  
samodzielne  
kontrakty z  
komputerem i  
Internetem.  
Zasypianie po 21.00.  
Chemia  
wzmocnienia.



# Rozwój dziecka 6-16 lat (pola zagrożeń - zaburzeń)

Socjalizacja przy telewizorze. Udział w życiu dorosłych. Pozyskiwanie dziecka przez kupowanie.

Samodzielny komputer-Internet. „Strzelanki – „kompasy” agresji. Weekendowe bezgraniczne @@@. Częste funkcjonowanie w sferach dorosłych.

Wiek 6 lat 7 lat 8 lat 9 lat 10 lat 11 lat 12 lat 13 lat 14 lat 15 lat 16 lat

Pierwsze gry elektroniczne. Pierwsze samodzielne kontrakty z komputerem i Internetem. Zасыпianie po 21.00. Chemia wzmocnienia.

Przyspieszona adolescencja  
Samodzielność w SIECI  
„Zabijanie” dla zabawy – silne „kompasy” agresji  
Cybererotyka  
Nowe typy chemii wzmocnienia  
Pierwsze eksperymenty



# Rozwój dziecka 6-16 lat (pola zagrożeń - zaburzeń)

Socjalizacja przy telewizorze. Udział w życiu dorosłych. Pozyskiwanie dziecka przez kupowanie.

Samodzielny komputer-Internet. „Strzelanki – „kompasy” agresji. Weekendowe bezgraniczne @@@. Częste funkcjonowanie w sferach dorosłych.

Eksplozja adolescencji  
Przygotowanie do „dorosłości” w gimnazjum.  
Tryby wieczornocne. Opuszczanie wychowawcze. Brak nawyków pracy.

Wiek 6 lat 7 lat 8 lat 9 lat 10 lat 11 lat 12 lat 13 lat 14 lat 15 lat 16 lat

Pierwsze gry elektroniczne.  
Pierwsze samodzielne kontrakty z komputerem i Internetem.  
Zасыpianie po 21.00.  
Chemia wzmocnienia.

Przyspieszona adolescencja  
Samodzielność w SIECI  
„Zabijanie” dla zabawy – silne „kompasy” agresji  
Cybererotyka  
Nowe typy chemii wzmocnienia  
Pierwsze eksperymenty



# Rozwój dziecka 6-16 lat (pola zagrożeń - zaburzeń)

Socjalizacja przy telewizorze. Udział w życiu dorosłych. Pozyskiwanie dziecka przez kupowanie.

Samodzielny komputer-Internet. „Strzelanki – „kompasy” agresji. Weekendowe bezgraniczne @@@. Częste funkcjonowanie w sferach dorosłych.

Eksplzja adolescencji Przygotowanie do „dorosłości” w gimnazjum. Tryby wieczornocne. Opuszczanie wychowawcze. Brak nawyków pracy.

Wiek 6 lat 7 lat 8 lat 9 lat 10 lat 11 lat 12 lat 13 lat 14 lat 15 lat 16 lat

Pierwsze gry elektroniczne. Pierwsze samodzielne kontrakty z komputerem i Internetem. Zасыpianie po 21.00. Chemia wzmocnienia.

Przyspieszona adolescencja Samodzielność w SIECI „Zabijanie” dla zabawy – silne „kompasy” agresji Cybererotyka Nowe typy chemii wzmocnienia Pierwsze eksperymenty

„Samodzielność i samorządność”, tryb wieczornocny, krótki sen, poszukiwanie pobudzenia i wzmocnienia, aktywność seksualna, burze neurohormonalne

# Książka a ekran komputera

Informacje  
statyczne

Nieustanny ruch – szybkość  
kolor  
Krótkie interwały  
Umysł w stanie nieustannej  
gotowości do zmian  
Wymóg błyskawicznych reakcji

Każdy ruch, nowy dźwięk,  
modyfikacja barwy głosu –  
aktywizacja komórek OUN +  
nowe połączenia



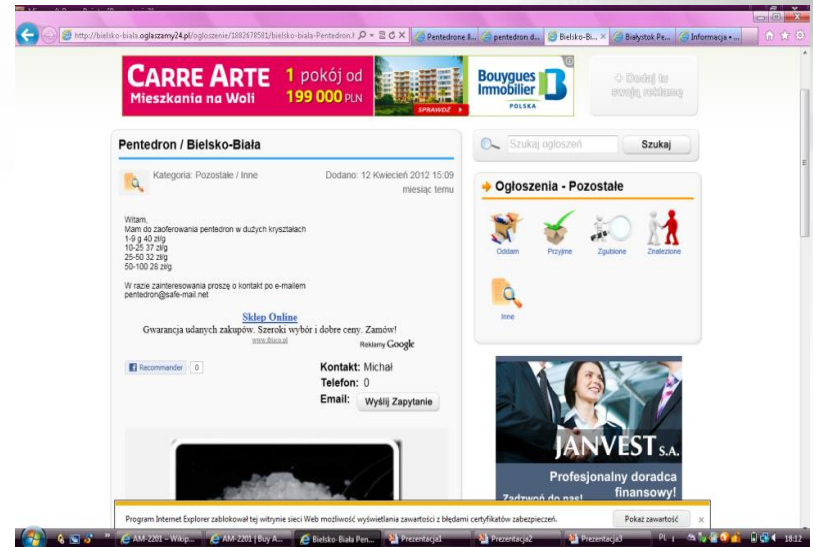


# Książka a ekran komputera

Aaaaaaaaaaaaaa

bbbbbbbbbbbbbbb ccccccccccccccccccc  
dddddddddd eeeeeeeeeeeeeeeeeee fffffff  
ggggggggg hhhhhhhh i jjjjjjjjjjjjjjjjjj  
kkkkkkkkkk llllllllllllllllllllll tttttttttt mmmm  
nnnnnnnnnnnnnnnnnnn ooooo  
ppppppppppppppppppppp rrrrrrrrrrrrrrrrr  
ssssssssssssss ttttt u  
wwwwwwwwwwwwwwwwww ZZZZ

Do przodu i do tyłu  
Dwukolorowy  
Linearny  
Monotonny  
Jedna akcja  
Nuda – jesienny deszcz

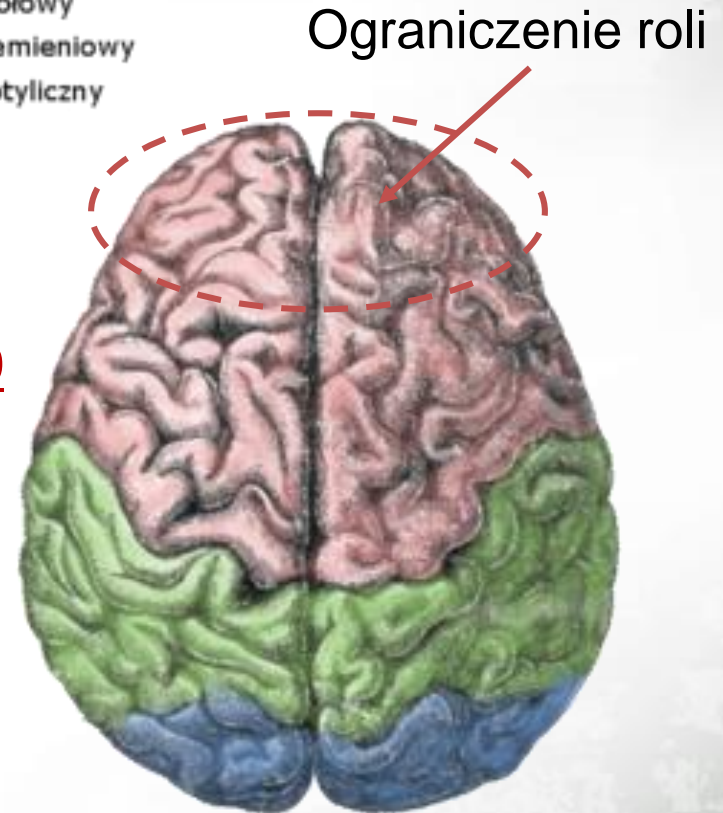


Wielokierunkowa  
Wielokolorowy + blask  
Ikona za ikoną  
Okna do nowych treści  
Dodatkowe sygnały  
Wiele akcji  
Dynamika

# Co wiemy?

- Jesteśmy uczestnikami informacyjnej powodzi - włączamy **tryb awaryjny** – spłylenie analizy (mniej empatii i tolerancji)
- Przegrywają reakcje głębokie, zwyciężają reakcje pierwotne (więcej emocji)

■ płat czołowy  
■ płat ciemieniowy  
■ płat potyliczny



# Nowa wiedza

**Człowiek jest w stanie  
zapamiętać istotę**

**ok. 30-40%**

**dostarczanej mu wiedzy**



# **Książka – 1 strona:**

**1600-1800 liter – czytamy: 3-4  
minuty**

# **Strona Internetowa:**

**400-1000 liter – czytamy: 3-4  
minuty**



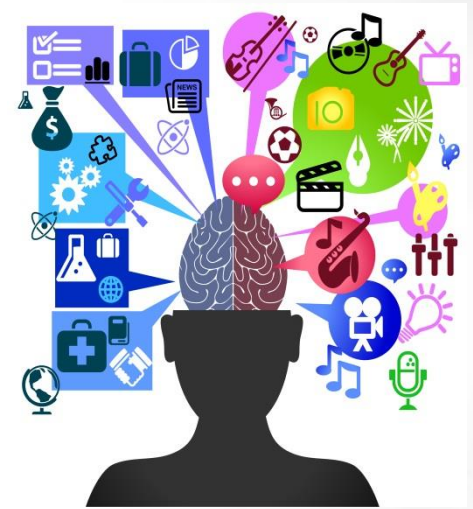
# Eksperyment

**Książka – 1 strona:**  
**1600-1800 liter, 1-2 grafiki**



# Eksperyment

**Strona www:**  
**600-1000 liter, 8-9 grafik,**  
**sceny ruchome**







# Wynik



**Więcej źródeł wiedzy**  
**Więcej informacji**

**Szybsze zmiany**  
**Krótsze skrypty wiedzy**



# Mechanizm wzmacniający zaburzenia – dyskusja z Naturą

Kluczowa strategia „nowego myślenia”

- dyskusja nad porządkiem moralnym
- strategia na zmianę obyczajową  
i nadanie jej statusu prawnego

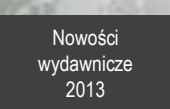
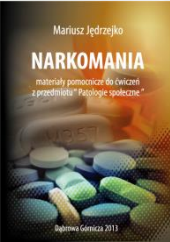


## Kluczowe problemy prezentowane w wykładzie:

- Co jest przyczyną nasilania się zjawiska zaburzeń zachowania, zachowań ryzykownych i uzależnień?
- Dlaczego coraz więcej młodych ludzi ryzykuje?
- Czy odrzucanie aksjologii w wychowaniu i podejścia antropologicznego w ocenie dewiacji ma wpływ na rozwój „pokolenia ryzyka”?

## Hipotezy:

1. „Płynna nowoczesność” – ponowoczesność wprowadza do relacji międzyludzkich te same mechanizmy jakie utrwaliła w wymianie handlowej (ryнку): zmienność, relatywizm, indywidualizm, konsumeryzm.
2. Jesteśmy świadkami wdrażania strategii rewolucji obyczajowej.
3. Uczyniliśmy z dzieci dorosłych.



# Co determinuje zaburzenia i uzależnienia?



## Neurohormony

- przyjemności (dopamina – hormon nagrody),
- poprawę nastroju (serotonina),
- pobudzenia (acetylocholina, adrenalina, noradrenalina),
- osłabienia poczucia bólu (endorfiny).



# Na czym polega mechanizm **starych** uzależnień?

bodźce  
zewnętrzne



bodźce  
wewnętrzne

- = **stan psychiczny**
1. Odprężenie
  2. Przyjemne emocje

wynik

**przyjemność  
afektywna**





# Na czym polega mechanizm starych uzależnień?



= odprężenie,  
przyjemne emocje

+

**tolerancja  
afektywna**

+

**przyzwyczajenie**



# Na czym polega mechanizm starych uzależnień?



bodźce  
zewnętrzne

The diagram illustrates a psychological mechanism. On the left, a series of grey arrows of varying lengths point towards the right, with the text 'bodźce zewnętrzne' (external stimuli) written inside them. In the center, there is an illustration of a man in a suit sitting at a desk with a computer monitor. Below this, a large black arrow curves upwards and to the right, containing the text 'bodźce wewnętrzne' (internal stimuli). To the right of the diagram, the text '= krótkie odprężenie, krótkie przyjemne emocje' is written in black, followed by a red plus sign, and then 'dysforie, lęki, depresje' in red.



= **krótkie** odprężenie,  
**krótkie** przyjemne  
emocje

+

**dysforie,  
lęki, depresje**



# MECHANIZM UZALEŻNIENIA

1. POWTARZALNOŚĆ REAKCJI
2. ZWIĄZEK: substancja – reakcja
3. TERAPIA: całkowita eliminacja substancji – **alkoholik nie może pić trochę, narkoman trochę brać...**
4. ABSTYNNENCJA: na całe życie

# Nowe uzależnienia

bodźce

zewnętrzne:

- substancja
- czynność



1. Długotrwałe stany przyjemności
2. Długotrwałe „wytrzymywanie” bodźcowania
3. New drugs – krótkie intensywne działanie
4. Wielka zmienność reakcji
5. Brak testów
6. Silne reakcje psychiczne



# Mózg i multimedia



# Mariusz Jędrzejko

kontakt: [edu@mcpu.edu.pl](mailto:edu@mcpu.edu.pl)

tel. 602-100-020

