



Wychowanie przez przyrodę – wybrane współczesne aspekty

STRESZCZENIE

CEL NAUKOWY: Celem artykułu jest przedstawienie dobroczynnego wpływu przyrody na (młodego) człowieka, który współcześnie bardzo silnie jest zanurzony w świecie wirtualnym. Dzisiaj występuje potrzeba wychowania do interakcji z przyrodą. Teoretyczny namysł opiera się na założeniu, że kontakt z przyrodą stanowi czynnik minimalizujący zagrożenia związane z nowymi mediami.

PROBLEM I METODY BADAWCZE: Problematyka badawcza ujęta została w postaci następujących pytań: Jaką wartość ma przyroda dla człowieka funkcjonującego w społeczeństwie cyfrowo-informacyjnym? Jak współcześnie wychowywać najmłodsze pokolenie do kontaktu z przyrodą? Wykorzystana została metoda analizy i syntezy literatury oraz posłużono się wynikami badań, które są istotne dla badanego problemu.

PROCES WYWODU: Punktem wyjścia do podjętych analiz są wyniki badań empirycznych wskazujące na: nadmierne korzystanie z nowych mediów elektronicznych, cyfrowe zmęczenie dzieci i młodzieży oraz pozytywny wpływ przyrody. W toku analiz ukazano, iż konieczna jest dzisiaj równowaga między technologią a przyrodą, pojawiają się zatem nowe zadania w obszarze wychowania przez przyrodę.

WYNIKI ANALIZY NAUKOWEJ: Refleksja nad podjętą problematyką wskazuje na wieloaspektowy wpływ przyrody na człowieka. Dokonana analiza ujawniła, że przyroda pomaga zachować równowagę psychiczną, fizyczną i duchową oraz uniknąć przemęczenia cyfrowego, dlatego ważny jest proces wychowania uzupełniony o wymiar przyrody.

WNIOSKI, INNOWACJE, REKOMENDACJE: Dostrzeżono potrzebę wychowania dzieci i młodzieży do bezpośredniego kontaktu z przyrodą. Zaproponowano i przedstawiono wychowawczą triadę – wychowanie w przyrodzie, dla przyrody i przez przyrodę, która winna być realizowana przez wszystkie środowiska wychowawcze. Ponadto zauważono potrzebę synergii mediów z przyrodą w dobie społeczeństwa medialnego w celu zachęcenia dzieci do przebywania pośród przyrody. Zaprezentowano cyberpark jako przykład ww. synergii.

→ **SŁOWA KLUCZOWE:** PRZYRODA, WYCHOWANIE PRZEZ PRZYRODĘ, CYBERPARK, HIGIENA CYFROWA

ABSTRACT

Education through Nature – Selected Contemporary Aspects

RESEARCH OBJECTIVE: The aim of the article is to present the beneficial influence of nature on (young) people who are very much immersed in the virtual world today. Today there is a need to educate people to interact with nature. The theoretical reflection is based on the assumption that contact with nature is a factor that minimizes the risks associated with new media.

THE RESEARCH PROBLEM AND METHODS: The research issues were formulated in the form of the following questions: What is the value of nature for a human functioning in a digital-information society? How to educate the youngest generation to contact with nature today? The method of analysis and synthesis of the literature was used and the results of research relevant to the problem under study were used.

THE PROCESS OF ARGUMENTATION: The starting point for the undertaken analyzes are the results of empirical studies indicating: excessive use of new electronic media, digital fatigue of children and adolescents and the positive influence of nature. In the course of the analyzes it was shown that a balance between technology and nature is necessary today, therefore new tasks appear in the field of education – education through nature.

RESEARCH RESULTS: Reflection on the undertaken issues indicates the multifaceted influence of nature on humans. The analysis revealed that nature helps to maintain mental, physical and spiritual balance and to avoid digital fatigue, therefore the upbringing process supplemented with the dimension of nature is important.

CONCLUSIONS, INNOVATIONS, AND RECOMMENDATIONS: The need to educate children and young people for direct contact with nature was noticed. An educational triad was proposed and presented – education in, for and through nature, which should be implemented by all educational environments. Moreover, the need for media synergy with nature was noticed in the media society era in order to encourage children to be in nature. Cyberpark was presented as an example of the above-mentioned synergy.

→ **KEYWORDS:** NATURE, EDUCATION THROUGH NATURE, CYBERPARK, DIGITAL HYGIENE

Wprowadzenie

Pandemia koronawirusa wymusiła wyjątkową sytuację na całym świecie. Ograniczenia dotknęły prawie każdy element życia ludzkiego, w tym także edukację. Po raz pierwszy w Polsce wprowadzono obowiązkowe zdalne nauczanie, które umożliwiło nauczycielom prowadzenie działań edukacyjnych w formie zapośredniczonej. Była to (i jest nadal) trudna sytuacja dla dzieci i młodzieży nie tylko ze względu na nową formę nauczania, ale także zależała ona od trzech elementów (Pyżalski, 2020):

1. kontekstu społecznego, czyli sytuacji odosobnienia, różnych ograniczeń narzuconych przez państwo, ciągłych informacji o sytuacji w kraju i za granicą;
2. kontekstu rodzinnego, czyli sytuacji panującej w domu;
3. cech osobowości młodego człowieka, czyli jego poziomu wrażliwości oraz dojrzałości, a także mechanizmów obronnych.

Przeprowadzone badania dotyczące zdalnego nauczania w Polsce (Ptaszek, Bigaj, Dębski, Pyżalski i Stunża, 2020) ukazały ogromne przemęczenie cyfrowe nie tylko dzieci, ale również rodziców i nauczycieli. Wszystkie te grupy twierdzą, że ich kondycja psychiczna i fizyczna jest gorsza niż przed pandemią. Największe obniżenie samopoczucia deklarują nauczyciele, aż 65,3% czuje się gorzej psychicznie, a 67,7% twierdzi, że czuje się gorzej fizycznie. Prawie jedna trzecia badanych uczniów odczuwa często lub cały czas smutek, przygnębienie i samotność. Również czas spędzany przed komputerem w tygodniu i w weekendy znacznie się wydłużył, prawie połowa uczniów i nauczycieli korzysta dziennie z Internetu powyżej 6 godzin lub więcej. Przekłada się to na nadużywanie mediów cyfrowych w tym wyjątkowym czasie przez wszystkie pokolenia. Wśród tych osób obserwuje się „przemęczenie, przeładowanie informacjami, niechęć do korzystania z komputera i Internetu oraz rozdrażnienie z powodu ciągłego używania technologii informacyjno-komunikacyjnych” (Ptaszek, Bigaj, Dębski, Pyżalski i Stunża, 2020, s. 9). Są to objawy zmęczenia cyfrowego, któremu pomóc może higiena cyfrowa¹ realizowana na różnych polach, w tym także w obszarze edukacji. Należy jednak zaznaczyć, na co wskazują badania naukowe i obserwacja rzeczywistości społecznej, że nadmierne korzystanie z mediów nie dotyczy tylko czasu pandemii. Potwierdzają to opisywane w literaturze zjawiska: cyfrowe dzieciństwo, medializacja, usieciowienie rodziny (Biernat, 2014), nastolatki 3.0, sieciaki, wirtualna generacja (NASK, 2016).

Jednym ze sposobów na poprawienie samopoczucia i utrzymanie zdrowia psychicznego oraz fizycznego jest przebywanie pośród przyrody. Ludziom od dawna jest znana terapia, która nie powoduje żadnych skutków ubocznych i poprawia funkcjonowanie poznawcze. Ta terapia to po prostu interakcja z naturą/przyrodą (Berman, Jonides i Kaplan, 2009). Podczas trudnej sytuacji pandemii COVID-19 utrzymanie, a nawet odzyskanie dobrego samopoczucia, wspomagała obserwacja ptaków. Wykazały to badania przeprowadzone przez S. Murawiec i P. Trojanowskiego. Jeden z badanych stwierdził, że pójście na obserwację ptaków dało mu poczucie, że coś „żywego, śpiewającego, tętniącego życiem jest wokół. Jakby mnie to otuliło i dało poczucie spokoju. Pomyślałem, że mimo koszmarów z tym wirusem wokół toczy się życie. To mnie uspokoiło, wyciszyło, jakbym był czymś otulony” (Murawiec i Trojanowski, 2020, s. 95). Kontakt z przyrodą

¹ Higiena cyfrowa to „zespół działań i czynności zmierzających do optymalizacji indywidualnego zdrowia somatycznego, psychicznego oraz społecznego w zakresie korzystania z technologii informacyjno-komunikacyjnych. Jej poziom uzależniony jest od samoregulacji i kontroli związanej z używaniem Internetu oraz cyfrowych narzędzi ekranowych, alternatywy dla świata cyfrowego, jak również rozwiniętej sieci oparcia społecznego. Higiena cyfrowa może być rozumiana jako postawa życiowa wynikająca z kreatywnego i odpowiedzialnego używania zasobów sieci” (Ptaszek, Bigaj, Dębski, Pyżalski i Stunża, 2020, s. 12).

dał wielu osobom poczucie, że pomimo koronawirusa istnieje miejsce pełne spokoju, które jest stabilne i trwa bez względu na okoliczności.

Celem tego artykułu jest przedstawienie pozytywnego wpływu przyrody na człowieka, który współcześnie bardzo silnie jest zanurzony w świecie wirtualnym. Dzisiaj występuje potrzeba wychowania do interakcji z przyrodą, która stanowi czynnik minimalizujący zagrożenia związane z nowymi mediami. Mają one bardzo duży wpływ m.in. na mózg człowieka. Zbyt częste ich używanie może obniżyć jego sprawność. Co więcej, media rozpraszają, dekoncentrują i uzależniają. Ich idealnym przeciwieństwem jest przyroda, która umożliwia powrót do stanu wypoczynku, relaksu. Dlatego przyroda może być postrzegana jako swoiste antidotum na problemy nadmiernego kontaktu z cyfrowymi mediami. Tkwią bowiem w przyrodzie „siły” zdolne w różny sposób wzmacniać fizycznie, psychicznie i duchowo człowieka. Wykorzystana została metoda analizy i syntezy literatury oraz posłużono się wynikami z interdyscyplinarnych badań, które są istotne dla badanego problemu.

Pozytywny wpływ przyrody

Wielu naukowców dostrzega pozytywny wpływ przyrody na życie człowieka. Do tej grupy należą Lucy E. Keniger, Kevin J. Gaston, Katherine N. Irvine i Richard A. Fuller, którzy w swoich badaniach wykazali ogromne korzyści płynące z interakcji z naturą. U takich osób polepsza się samopoczucie, zwiększa samoocena, poprawia się nastrój i redukuje niepokój czy frustracja; poznawczo zwiększa się wydajność mózgu, poprawia się uwaga; pod względem fizjologicznym redukuje się stres, obniża ciśnienie krwi, zmniejsza się prawdopodobieństwo występowania chorób, a zwłaszcza problemów sercowo-naczyniowych i związanych z układem oddechowym (Fuller, Gaston, Irvine i Keniger, 2013). Przebywanie pośród przyrody oraz oglądanie jej zdjęć, jak dowodzą inne badania, poprawia zdolności ukierunkowanej uwagi i funkcjonowanie poznawcze człowieka (Berman i in., 2009).

Mieszkańcy dzielnic miejskich, w których nie ma parku ani za dużo przyrody, częściej wykazują objawy przewlekłego stresu i są słabszego zdrowia niż osoby, które mają w mieście dostęp do natury/przyrody (Berg, Hartig i Staats, 2007). W serii eksperymentów wykonywanych przez badaczy z Uniwersytetu Kalifornijskiego w Berkeley udowodniono wpływ natury na chęć bycia hojnym, ufnym i pomocnym dla innych. Naukowcy pokazali badanym sceny przyrodnicze, a następnie obserwowali, jak zachowują się podczas grania w dwie gry ekonomiczne: grę dyktatora i grę zaufania. Mierzyły one hojność i zaufanie gracza. Osoby, które oglądały piękniejsze sceny natury, w grze zachowywały się hojniej i bardziej ufnie niż te, które widziały mniej piękne sceny (Iyer, Keltner, Koleva, Piff i Zhang, 2014).

Psychologiczna reakcja na naturę/przyrodę dotyczy przede wszystkim uczucia przyjemności, rozluźnienia oraz zmniejszenia negatywnych emocji. Według badań przeprowadzonych przez Lissę Tyrväinen każdy powinien przebywać minimum pięć godzin

w miesiącu pośród przyrody, aby zapobiec przygnębieniu (Williams, 2016). John B. Furnass stwierdził, że doświadczenie natury może wzmocnić działanie prawej półkuli mózgu i przywrócić harmonię funkcji mózgu jako całości, dlatego ludzie spacerujący w otoczeniu przyrody mają odczucie, że „oczyszczają głowę” (Brown, Leger, Maller, Pryor i Townsend, 2005). Badania przeprowadzone przez naukowców w Szwajcarii wykazały, że u osób, które podejmowały aktywność fizyczną w parkach, następowało zmniejszenie bólu głowy wywołanego stresem. Co ciekawe, efekt był taki sam dla środowiska parkowego i leśnego, pomimo bardzo odmiennych cech biologicznych tych środowisk. Pośrednia interakcja z przyrodą, taką jak widok z okna lub obraz natury, może również zmniejszyć fizjologiczne skutki stresu (Fuller i in., 2013). Według badań Yoshifumi Miyazaki już dwadzieścia minut patrzenia na zieleń sprawia, że zawartość kortyzolu spada o 13,4% (za: Fabjański, 2012).

Przebywanie ze zwierzętami, a nawet oglądanie rybek w akwarium, również wpływa na ludzi bardzo korzystnie, gdyż obniża ciśnienie krwi, cholesterol i redukuje stres. Także obecność roślin w salach szpitalnych skutkuje redukcją niepokoju, mniejszym stopniem odczuwania bólu niż u pacjentów, którzy roślin nie mieli w sali. Eksploracje empiryczne pokazały, że nawet kilka drzew może mieć znaczenie. Badania przeprowadzone wśród mieszkańców wieżowców w Chicago wykazały, że ci, którzy mieli widok z okna na rosnące drzewo, byli mniej agresywni i rzadziej stosowali przemoc w porównaniu do sąsiadów, których okna wychodziły na bloki czy pusty plac. Powyższe badania były przeprowadzone na naturze udomowionej, czyli na zwierzętach, roślinach domowych i parkach. Jeśli kontakt z otaczającą przyrodą tak dobrze wpływa na człowieka, to dużo silniejszy wpływ ma zanurzenie w świecie dzikiej przyrody. Obecnie ludzie używają najczęściej tylko zmysłu wzroku, korzystając z technologii cyfrowo-informacyjnych, dlatego kontakt z przyrodą jest dla nich tak dobroczynny, gdyż oznacza jednoczesne użycie wszystkich zmysłów. Uważliwając każde z nich, można osiągnąć optymalny stan uczenia się.

Natura/przyroda to także lekarstwo na zmęczenie umysłu. Kontakt z nią zwiększa przepustowość mózgu. Już po godzinie spędzonej w lesie czas koncentracji zwiększa się o jedną piątą, poprawia się także pamięć i zdolność abstrakcyjnego myślenia (Fabjański, 2012). Poprzez kontakt z przyrodą poprawia się wydajność umysłowa. Wykazały to badania przeprowadzone przez Ruth Ann Atchley, Davida L. Strayera, Paula Atchleya, którzy wykazali, że zanurzenie się w przyrodzie przy jednoczesnym odłączeniu się od mediów i technologii przez cztery dni zwiększa wydajność w zakresie kreatywnego rozwiązywania problemów o 50% (Atchley, Atchley i Strayer, 2012). Wyniki tych badań potwierdzają, że spędzając czas w naturalnym otoczeniu, można osiągnąć korzyści poznawcze. Okazuje się, że

przyroda jest paliwem dla ducha. Gdy czujemy się pozbawieni sił, często sięgamy po kubek kawy, jednak badania wykazują, że znacznie lepszym sposobem na dodanie sobie energii jest kontakt z naturą (za: Dawid-Mróz, 2018).

Również lekarze dostrzegają dobroczynny wpływ natury/przyrody na stan zdrowia fizycznego i psychicznego człowieka, dlatego np. w Finlandii przepisują chorym spacer

po lesie. Ciekawą propozycją terapii są proponowane przez Japończyków „shinrin-yoku”, czyli kąpiele leśne, które od lat 80. XX w. są w zakresie publicznego systemu opieki zdrowotnej. Określa się je jako „swobodne przebywanie wśród drzew, którego istotą jest pozbycie się konkretnych oczekiwań i nastawienie na czystą przyjemność” (Clifford, 2018, s. 9). Również doktor Nooshin Razani ze szpitala dziecięcego UCSF Benioff w Kalifornii w ramach pilotażowego projektu przepisuje swoim pacjentom recepty na spędzanie czasu w parku. Natomiast w Korei Południowej zaczynają powstawać lecznicze lasy, w których ludzie mogą „dać wytchnienie” przeciążonym mózgom (Williams, 2016).

W badaniu dotyczącym zdrowia psychicznego i społecznego dzieci Cecily Maller wykazała, że bezpośredni kontakt z naturą, wspierany przez zajęcia przyrodnicze w szkołach, ma pozytywny wpływ na poczucie własnej wartości i dobre samopoczucie psychiczne (Fuller i in., 2013). Howard Frumkin stwierdził, że zabawa

w otoczeniu przyrody wydaje się wyjątkowo korzystna. Po pierwsze dzieci są bardzo aktywne, gdy bawią się na dworze – wielki plus w erze siedzącego trybu życia i epidemii nadwagi (Louv, 2014, s. 70).

Dzieci potrzebują przyrody do prawidłowego rozwoju nie tylko fizycznego i psychicznego, ale także do prawidłowego rozwoju zmysłów, do aktywności twórczej i uczenia się (Louv, 2014). Przyroda pobudza zmysły i stanowi naturalny pomost pomiędzy swobodną zabawą a formalną nauką. „Naturalne przestrzenie i materiały stymulują nieograniczoną wyobraźnię dziecka i wspomagają jego pomysłowość i inwencję twórczą, co można zaobserwować w niemal każdej grupie dzieci bawiących się w otoczeniu przyrody” (Louv, 2014, s. 112).

Przyroda nie tylko pomaga zachować dobre zdrowie, stymuluje umysł, ale także daje gotową wiedzę, „kontakt z przyrodą pomaga dzieciom zrozumieć zasady naturalnych systemów poprzez bezpośrednie ich doświadczenie. Mogą poznać takie podstawowe zjawiska, jak sieci zależności, obiegi materii i energii oraz procesy ewolucyjne. Uczą się, że przyroda opiera się na jedynym w swoim rodzaju procesie regeneracji” (Louv, 2014, s. 118). Badania wykazały, że im więcej czasu dzieci spędzają na zewnątrz, tym mniej odczuwają psychiczny niepokój; spacer do lasu czy parku przynajmniej raz w tygodniu poprawia zdrowie psychiczne uczniów (Klichowski i Patricio, 2016).

Wychowanie przez przyrodę – istota, cele i zadania

Przedstawione powyżej badania oraz ich wyniki wskazują na dobroczynny wpływ przyrody na współczesnego człowieka w obliczu informacyjnego nadmiaru wynikającego z silnego zanurzenia w świecie wirtualnym. Aby jednak najmłodsze pokolenie chciało skorzystać z wartościowego wpływu przyrody, musi zostać odpowiednio przygotowane, wychowane do interakcji z przyrodą. Wychowanie rozumiane jako „wspólna wędrówka wychowawcy i wychowanka ku prawdzie, dobru i pięknie” (Gadacz, 2005, s. 217)

wymaga obecności, uwagi, przewodnictwa i zaangażowania ze strony opiekunów, co dzisiaj sprawia trudność („tabletowe” dzieci). Powinno się ono odbywać we wszystkich środowiskach wychowawczych na trzech płaszczyznach. Proces ten obejmuje swoistą triadę oddziaływań: w przyrodzie, dla przyrody i przez przyrodę, a celem jest kształtowanie dojrzałej osobowości poprzez zanurzenie w przyrodzie, gdzie możliwe jest doświadczenie, przeżywanie i odczuwanie, jak również poznawanie przyrody i jej praw w perspektywie aksjologicznej i antropologicznej.

Dzisiaj bowiem wychowywanie młodych tylko do tego, aby spędzali czas pośród przyrody, jest niewystarczające, ponieważ bardzo często zdarzają się sytuacje, że ludzie chodzą po górach czy spędzają czas w lesie, a wcale przyrody nie doceniają i nie korzystają z jej wartości. Wręcz przeciwnie – zaśmiecają ją, niszczą drzewa, kwiaty itp., a zdobycie szczytu górskiego to tylko element promocji siebie w mediach społecznościowych czy też mody. Dlatego ważne jest wychowanie dla przyrody, aby dzieci umiały o nią dbać i ją szanowały, potrafiły troszczyć się o środowisko naturalne, co może być źródłem poczucia „bycia potrzebnym” i budowania interakcji z przyrodą. Aby to było możliwe, musi najpierw wystąpić wychowanie w przyrodzie, ujmowane jako bycie blisko z przyrodą poprzez bezpośredni kontakt i obcowanie z nią, uwrażliwianie na jej piękno, ponieważ nie można się troszczyć o coś, czego się nie zna i nie docenia, z czym nie ma się bezpośrednich interakcji. Dzieci powinny poprzez przebywanie pośród przyrody – poznać ją i jej wartość, otworzyć się na jej piękno. Efektem tych dwóch płaszczyzn wychowania jest ostatni element, czyli wychowanie przez przyrodę. Jeśli dziecko zainteresuje się i będzie przebywać w przyrodzie, to dzięki niej zyska nowe doświadczenia i przeżycia, podejmie wysiłek zmiany siebie i pracy nad sobą, proces samowychowania i samokształcenia poprzez przyrodę i pod wpływem przyrody. Przyroda pomaga zrozumieć świat i siebie, może się stać czynnikiem wzmacniającym wartość i godność osoby, utrwałać jej niepowtarzalność, rozwijać podmiotowość, rozumność, kreatywność, dać poczucie spełnienia, samorealizacji i ekspresji oraz sprzyjać dojrzałości osobowej. Wychowanie przez przyrodę to swoista „szkoła życia”, dzięki której można u wychowanka rozwinąć różne kompetencje dotyczące podejmowania decyzji, działania, kontroli własnego zachowania, bycia bezinteresownym oraz gotowym do poświęceń i wyrzeczeń. Przebywanie pośród przyrody może być miejscem autentycznego rozwoju człowieczeństwa, „stawania się” człowiekiem.

Wychowanie w przyrodzie i dla przyrody powinno rozpocząć się od najmłodszych lat w każdej rodzinie poprzez ukazywanie jej piękna i wartości oraz bogatej oferty spędzania czasu wolnego pośród niej. Można zacząć od małych wypraw do parku, na łąkę, czy chociażby poprzez wizytę w ZOO, ale potrzebna jest fizyczna obecność rodziców-przewodników, którzy zachęcą, pokażą i wyjaśnią oraz będą uwrażliwiać na przyrodę. Warto też z naturą powiązać nowe, ciekawe doświadczenia, by później po latach dzieci mogły wspominać i do nich powracać, że np. przeżyły pierwszą burzę poza domem, spały w namiocie.

Odpowiedzialność za wychowanie w przyrodzie, które odbywa się przez spędzanie czasu na łonie przyrody i w bezpośrednim kontakcie z nią, nie spoczywa tylko na

rodzicach, ale także na instytucjach edukacyjnych. Jest dużo różnorodnych form aktywności, które to umożliwiają: spacery, wycieczki, obozy, kolonie, organizowanie gier terenowych czy podchodów, lekcje przyrodnicze prowadzone przez leśników czy innych edukatorów. Do tych form aktywności należą także „Zielone Szkoły” (zdarzają się również „Zielone Przedszkola”), czyli wyjazdy szkolne w ciekawe miejsca, które umożliwiają spędzanie czasu pośród przyrody i z przyrodą. Ważne jest, by organizować „Zielone Szkoły” tak, jak sugeruje nazwa – w kontakcie z naturą. Dla niektórych dzieci taki wyjazd szkolny może być jedyną okazją spędzenia czasu w interakcji z przyrodą. Ważne jest, aby podczas tych aktywności dzieci wcieliły się w „odkrywców, którzy mogą ujawnić wszelkie swoje zainteresowania i krytycznie penetrować świat poprzez dowolne strategie uczenia się” (Bałachowicz, Klichowska i Kruszwicka, 2020, s. 142). Dzięki wytworzeniu pozytywnych doświadczeń dzieci będą chciały wracać do nich i do wspomnień związanych z przebywaniem pośród przyrody.

Nie ulega wątpliwości, że ważne i potrzebne jest kształtowanie przez instytucje edukacyjne określonych postaw i zachowań u dzieci związanych z przebywaniem blisko przyrody, aby później potrafiły ją docenić, ponieważ „jeśli pomożesz dzieciom pokochać naturę, będą się o nią troszczyć, bo każdy dba o to, co kocha” (McGurk, 2018, s. 158). Może się to dokonać np. poprzez udział w akcjach organizowanych przez lasy państwowe czy w kampanii promującej zabawę na świeżym powietrzu „Outdoor Classroom Day”. Wydaje się, że nie trzeba wiele, aby dzieci zachęcić do przebywania pośród przyrody i jej poznawania, ponieważ „natura automatycznie wzbudza zainteresowanie, nie trzeba dzieciom prawie kazać” (McGurk, 2018, s. 176).

Wychowanie najmłodszego pokolenia dla przyrody, w przyrodzie i przez przyrodę prowadzi do zachowań i postaw proekologicznych u dzieci, które wówczas z chęcią będą dbały o to, aby nie zaśmiecać, nie niszczyć przyrody. Wtedy również takie akcje, jak sprzątanie świata, w których udział biorą szkoły, będą miały większy sens i znaczenie dla najmłodszych. Ważne jest także, aby uświadamiać dzieciom wielką wartość i dobroczynny wpływ przyrody na człowieka oraz fakt, że bez niej życie jest niemożliwe. Jeśli dziecko nie „dotknie” natury/przyrody, nie poczuje jej i nie zazna wszystkimi zmysłami, ochrona przyrody i szacunek do żywych stworzeń będą dla niego tylko teoretyczną abstrakcją. Dzieci, jeśli nie pocują więzi z przyrodą, nie będą miały motywacji, by segregować śmieci czy wyłączać światło, gdy wychodzą z pokoju. Żadne fakty i wyjaśnienia naukowe nie zmotywują ich do tego, aby zmieniły swoje postępowanie, należy dać dzieciom szansę i okazję do przeżywania, odczuwania i przywiązania się do przyrody (Głowacka, 2013), dlatego tak ważne jest najpierw wychowanie w przyrodzie. Bardzo dobrze obrazuje to wychowanie sytuacja w Szwecji, w której kultura koncentruje się na życiu blisko przyrody oraz jest ona nieodłącznym elementem życia ludzi. Dzięki tej ogromnej zażyłości z naturą Skandynawia jest światowym liderem w zakresie recyklingu (McGurk, 2018).

Cyberpark – przykład synergii mediów i przyrody

W obecnym ciągłym przemęczeniu cyfrowym ważne jest ukazywanie przyrody jako elementu synergicznego do mediów. Tego rodzaju podejście „poprawia inteligencję, myślenie kreatywne i produktywność” (McGurk, 2018, s. 308), dlatego są podejmowane próby tworzenia przedmiotów ITC (Information and Communications Technology) zachęcających do aktywności fizycznej i spędzania czasu na zewnątrz. Przykładem mogą być cyberparki, będące formą inteligentnej edukacji. Cyberparki to otwarte przestrzenie publiczne, (tj. park, plac ogrodowy, plac itp. lub naturalna przestrzeń wprowadzona w otoczenie miejskie, miejski las, chroniony krajobraz itp.) z rozszerzonym wymiarem cyfrowym (ludzie używają tam smartfonów, tabletów, wi-fi). Mają to być miejsca edukacyjne, które łączą w sobie naturę z nowoczesną technologią (Bonanno, Costa, Klauser, Klichowski i Lange, 2015). Ich twórcy dążą do przekształcenia przestrzeni publicznych w interaktywne i immersyjne środowiska uczenia się, pomagające w zwiększaniu umiejętności społecznych, komunikacyjnych i ewentualnie współpracy. Cyberpark to odpowiedź na nowe kulturowe potrzeby edukacji, które wymagają uczenia się w odniesieniu do natury oraz uczenia się przez doświadczenia związane z naturą (Klichowski i Patricio, 2016).

Nowoczesne technologie wykorzystywane w cyberparku mają na celu zachęcenie ludzi do przejścia z wirtualnego życia do prawdziwego życia w społeczeństwie. Pomysłodawcy tego projektu chcą uwolnić dzisiejszego człowieka z życia wyłącznie w wirtualnej przestrzeni i trybie siedzącym. Dlatego technologie informacyjno-cyfrowe są idealnym narzędziem zachęcającym ludzi do spędzania większej ilości czasu na świeżym powietrzu. Z punktu widzenia kognitywnej neuronauki takie połączenie nie jest w 100% dobre dla mózgu, ale na pewno lepiej wpływa na niego niż korzystanie z mediów w domu. Takie połączenie może zachęcać młode pokolenie do wychodzenia z domu, a także dawać radość z przebywania na świeżym powietrzu (Raiyn, 2015).

Uwagi końcowe

Dzisiaj mamy do czynienia z coraz silniejszym przenikaniem się świata wirtualnego i realnego, i co więcej proces ten będzie się nasilał (Pawiak, 2019). Szczególnie dotyczy to młodego pokolenia doświadczającego „coraz głębszej immersji – zanurzenia w wirtualność” (Morbiter, 2017, s. 212). W tej perspektywie naukowcy wskazują, że współczesny człowiek potrzebuje odnaleźć równowagę pomiędzy technologią a naturą/przyrodą, w czym ma pomóc również kształcenie i wychowanie, eksponując szanse i minimalizując zagrożenia związane z mediami elektronicznymi oraz promując wartość przyrody. Z teoretycznych i empirycznych analiz wynika, że przyroda jest niezbędnym składnikiem w wychowaniu młodych ludzi, gdyż wpływa na osobę wieloaspektowo. Człowiek może w niej wypocząć, poprawić zdrowie fizyczne i psychiczne. Może też nabyć określone kompetencje związane z emocjonalną stabilizacją, zarządzaniem czasem, sprawnością działania, kreatywnością, współdziałaniem i współpracą z innymi. Kontakt z przyrodą

może pomóc człowiekowi zrozumieć świat i siebie, bo człowiek jest jej częścią. Jeśli osoba w młodości będzie miała bezpośredni kontakt z przyrodą i dostrzeże jej wartość, w swoim dorosłym życiu zadba o środowisko naturalne, co jest bardzo ważne, biorąc pod uwagę stan naszej planety.

Kształtowanie synergii między mediami i przyrodą, co wydaje się ważnym współczesnym wyzwaniem zarówno społecznym, kulturowym, jak i edukacyjnym, wymaga ograniczenia kontaktu z mediami ekranowymi i zwiększenia kontaktu z przyrodą, dlatego ważne jest przesunięcie form aktywności z medialnych na aktywności związane z rozwojem fizycznym, poznawczym i duchowym, co może się dokonywać pośród przyrody. Wiąże się to ze zjawiskiem „schłodzenia medialnego środowiska” (Morbitzer, 2017, s. 211), powrotem dzieci i młodzieży ze świata wirtualnego do realnego, co często jest trudną decyzją, wymuszoną przez rodziców czy opiekunów.

Aby zapobiec szkodom wyrządzanym przez cyfrowe życie, warto

pokazywać alternatywę – wyraźnie wskazać, że można inaczej: 1) bez całodobowej dostępności, 2) bez tysiąca „znajomych”, których nie znamy i których wiadomości docierają do nas tylko wtedy, kiedy chce tego komputer, 3) bez bycia kontrolowanym przez urządzenie, które wiele potrafi i które dzień i noc dyktuje nam, co powinniśmy robić (...). Wystarczy raz pójść na wędrowkę, kajak czy rower albo nawet przenocować w namiocie bez cyfrowego towarzysza w jakiegokolwiek postaci. Od razu widać, jak inaczej oddziałuje na nas świat! A jeżeli wytrzymamy trzy dni, pojawią się całkiem nowe doznania. A po tygodniowej cyfrowej abstynencji nie możemy już zrozumieć, dlaczego w „normalnym życiu” robimy sobie taką krzywdę (Spitzer, 2016, s. 358-359).

Bibliografia

- Atchley, R.A., Strayer, D.L. i Atchley, P. (2012). Creativity in the Wild: Improving Creative Reasoning through Immersion in Natural Settings. *PLoS ONE*, 7(12), 1-3.
- Bałachowicz, J., Klichowska, A. i Kruszwicka, A. (2020). Jak dziecko poznaje przyrodę? W: W.H. Krauze-Sikorska i M. Klichowski (red.), *Pedagogika dziecka. Podręcznik akademicki*. Poznań: Wydawnictwo Naukowe UAM.
- Berg, E.A., Hartig, T. i Staats, H. (2007). Preference for Nature in Urbanized Societies: Stress, Restoration, and the Pursuit of Sustainability. *Journal of Social Issues*, Vol. 63, No. 1, 79-96.
- Berman, G.M., Jonides, J. i Kaplan, S. (2009). The Cognitive Benefits of Interacting with Nature. *Psychological Science*, No. 19, 1207-1212.
- Biernat, T. (2014). Czy istnieje rodzina ponowoczesna? *Pedagogika Christiana*, 2/34, 183-195.
- Bonanno, P., Costa, S.C., Klauser, R.F., Klichowski, M. i Lange, M. (2015). CyberParks as a New Context for Smart Education: Theoretical Background, Assumptions, and Pre-service Teachers' Rating. *American Journal of Educational Research*, Vol. 3. No. 12A, 1-10.
- Brown, P., Leger, L., Maller, C., Pryor, A. i Townsend, M. (2005). Healthy nature healthy people: 'contact with nature' as an upstream health promotion intervention for populations. *Health Promotion International*, Vol. 21, No. 1, 45-54.
- Clifford, A.M. (2018). *Kąpiele leśne: Jak czerpać zdrowie z natury*. Białystok: Wydawnictwo KobiECE.
- Dawid-Mróz, M. (2018). *Deficyt natury, czyli przyroda na receptę. Ty też jej potrzebujesz!*. Pozyskano z: <http://manufaktura-radosci.pl/deficyt-natury-czyli-przyroda-na-recepte> (dostęp: 20.09.2020).

- Fabjański, M. (2012). *Witamina N, czyli co zrobić z deficytem natury*. Pozyskano z: <https://www.focus.pl/artykul/witamina-n-czyli-co-zrobic-z-deficytem-natury?page=1> (dostęp: 20.09.2020).
- Fuller, R., Gaston, K., Irvine, K. i Keniger, L. (2013). What are the Benefits of Interacting with Nature? *International Journal of Environmental Research and Public Health*, no. 10, 921-924.
- Gadacz, T. (2005). Wychowanie jako spotkanie osób. W: F. Adamski (red.), *Wychowanie personalistyczne. Wybór tekstów*. Kraków: Wydawnictwo WAM.
- Głowacka, M. (2013). *Czas na edukatorów ekologicznych*. Pozyskano z: <https://dzikiezycie.pl/archiwum/2012/stycz-2013/czas-na-edukatorow-ekologicznych/page:5> (dostęp: 20.09.2020).
- Iyer, R., Keltner, D., Koleva, S., Piff, K.P. i Zhang, W.J. (2014). An occasion for unselfing: Beautiful nature leads to prosociality. *Journal of Environmental Psychology*, 37, 61-72.
- Klichowski, M. i Patricio, C. (2016). Does the human brain really like ICT to ols and being outdoors? A brief overview of the cognitive neuroscience perspective of the CyberPark concept, W: A. Zammit i T. Kenna (red.), *Enhancing Places through Technology. Proceedings from the ICiTy conference*. Malta: Edições Universitárias Lusófonas.
- Louv, R. (2014). *Ostatnie dziecko lasu. Jak uchronić nasze dzieci przed zespołem deficytu natury*. Warszawa: Grupa Wydawnicza Relacja.
- McGurk, A.L. (2018). *Nie ma złej pogody na spacer. Tajemnica szwedzkiego wychowania dzieci*. Kraków: Wydawnictwo Literackie.
- Morbitzer, J. (2017). Edukacja medialna (małego) dziecka. W: J. Pyżalski (red.), *Małe dzieci w świetle technologii informacyjno-komunikacyjnych. Pomiędzy utopijnymi szansami a przesadzonymi zagrożeniami*. Łódź: Wydawnictwo „Eter”.
- NASK. *Nastolatki 3.0. Wybrane wyniki ogólnopolskiego badania uczniów w szkołach*. (2016). Pozyskano z: www.akademia.nask.pl (dostęp: 05.09.2020).
- Pawiak, A.M. (2019). Wybrane przestrzenie życia rodzinnego w kontekście nowomediwnym. *Horizonty Wychowania*, 18(48), 11-21.
- Ptaszek, G., Bigaj, M., Dębski, M., Pyżalski, J. i Stunża, G.D. (2020). *Zdalna edukacja – gdzie byliśmy, dokąd idziemy? Wstępne wyniki badania naukowego „Zdalne nauczanie a adaptacja do warunków społecznych w czasie epidemii koronawirusa”*. Warszawa.
- Pyżalski, J. (2020). *Edukacja w czasach pandemii wirusa COVID-19. Z dystansem o tym, co robimy obecnie jako nauczyciele*. Warszawa: Wydawnictwo EduAkcja.
- Raiyn, J. (2015). Modern Information and Communication Technology and their Application in Cyberparks. *Journal of Multidisciplinary Engineering Science and Technology*, Vol. 2, 2178-2183.
- Spitzer, M. (2016). *Cyberchoroby. Jak cyfrowe życie rujnuje nasze zdrowie*. Słupsk: Wydawnictwo Dobra Literatura.
- Williams, F. (2016). *Call to wild*. Pozyskano z: <https://www.nationalgeographic.com/magazine/2016/01/call-to-wild/> (dostęp: 20.09.2020).

Copyright and License



This article is published under the terms of the Creative Commons Attribution – NoDerivs (CC BY- ND 4.0) License <http://creativecommons.org/licenses/by-nd/4.0/>