

Received: 01.11.2023

Accepted: 08.05.2024

Published: 30.04.2025

Barbara Małgorzata Walas^{1,2}

Children's loneliness in the media world: a modern phenomenon

Zjawisko osamotnienia dzieci w świecie mediów

¹ Institute of Pedagogy, University of Zielona Góra, Zielona Góra, Poland² Municipal Kindergarten No. 1, Kozuchów, Poland

Correspondence: Barbara Małgorzata Walas, Wołodyjowskiego 15, 67-100 Nowa Sól, Poland, e-mail: b.walas@o2.pl

 <https://doi.org/10.15557/PiPK.2024.0043>

ORCID iD

Barbara Małgorzata Walas <https://orcid.org/0000-0003-2140-9318>

Abstract

Childhood today should be seen through two lenses: the virtual world and the real world. These worlds intertwine so closely that it is often impossible to distinguish one from the other. Unrestricted access to new technologies has transformed the nature of childhood. Increasingly, younger children are now shaping their perception of the world through constant exposure to media. When analysing a child's development, interaction with parents is the most crucial factor. Shared time is essential for building relationships and fostering the child's understanding of the world around them. This article addresses the important issue of loneliness in young children. Mental well-being, a pillar of self-acceptance, is a key element of personal development. The recent COVID-19 pandemic has disrupted the sense of security globally. The aim of these theoretical considerations is to highlight the issue of loneliness experienced by children when interacting with new technologies, which often plays a crucial role in the development of addictions. In a world dominated by media, which are both ever-popular and easily accessible, there is a significant risk that inappropriate behaviours may emerge in the youngest. These behaviours can hinder the development of a healthy self-image. The balance of children's coexistence in the modern world depends not only on the children themselves but also on their parents and teachers. Media education plays a crucial role both in the family environment and in preschool and school settings.

Keywords: children, media, media education, loneliness

Streszczenie

Dzisiejsze dzieciństwo należy rozważać dwukierunkowo, biorąc pod uwagę światy wirtualny i realny, które przenikają się w sposób często uniemożliwiający postawienie między nimi granicy. Nieograniczony dostęp do nowych technologii spowodował, że dzieciństwo zmieniło swój wymiar. Coraz młodsze dzieci kształtują swoje rozumienie świata w obecności mediów. Z analizy rozwoju dziecka wynika, że najważniejsza dla niego jest interakcja z rodzicem. Wspólnie spędzony czas ma ogromne znaczenie w budowaniu relacji i wiedzy o otaczającym dziecko świecie. Artykuł dotyczy istotnego zagadnienia, jakim jest uczucie osamotnienia u małych dzieci. Dobrostan psychiczny, będący filarem samoakceptacji każdego człowieka, jest ważnym elementem rozwoju osobistego. Pandemia COVID-19 zaburzyła poczucie bezpieczeństwa. Celem rozważań teoretycznych jest konieczność zwrócenia uwagi na występującą wśród dzieci samotność w kontaktach z nowymi technologiami, bardzo często będącą załączkiem rozwoju uzależnień. W świecie zdominowanym przez media, przez ich popularność i nieustanną dostępność do nich, istnieje realne zagrożenie rozwijania się u najmłodszych nieodpowiednich zachowań. Zachowania te prowadzą do nieumiejętnego budowania obrazu własnego „ja”. Równowaga współistnienia dzieci we współczesnym świecie zależy nie tylko od nich samych, ale również od ich rodziców i nauczycieli. Edukacja medialna nabiera w tym przypadku ogromnego znaczenia zarówno w środowisku rodzinnym, jak i przedszkolnym czy szkolnym.

Słowa kluczowe: dzieci, media, edukacja medialna, osamotnienie

SOLITUDE AND LONELINESS – A THEORETICAL PERSPECTIVE

New technologies are shaping contemporary childhood. Unlimited access to media tools connected to the Internet is creating a virtualised reality. The global society of the “global village” (McLuhan, 1962)* has created cyberspace, which is considered an additional social realm where contemporary children have been functioning since birth (Zacher, 2006). The time spent on family interactions has shrunk to the size of a smartphone. This device, enabling constant online access, has replaced the television, telephone, and computer, transforming the way we spend our free time (Spitzer, 2021). Increasingly, too, new technologies are used as a “digital nanny” for preschool-aged children. Electronic devices often take the place of parental interaction at home, allowing parents to rest or attend to household and work responsibilities (Walas, 2022). Children most often use these devices alone, frequently in solitude. Sendyk (2011) observed that “for a child, solitude always brings a sense of loneliness”. The rapid progress of technology and the accelerated pace of modern life have led to a decline in interpersonal connections, intensifying feelings of loneliness (Gajda, 1987; Kozielecki, 1996). Maciarz (1992) observed that “a sense of loneliness hinders the fulfilment of children’s need for security and exacerbates their neurotic anxiety and neurotic processes”. According to Maslow, the satisfaction of the need for safety – encompassing stability, dependence, care, freedom from fear and anxiety, and support from a caregiver – forms the foundation for a child’s healthy development. This aligns with the principle of hierarchy of needs, which asserts that each need must be fulfilled before progressing to the next. In another instance, it can be argued that “a man who is thwarted in any of his basic needs may fairly be envisaged simply as a sick man” (Maslow, 1990).

Loneliness is a mental state arising from an inadequate quantity and quality of social and emotional interactions (Peplau and Perlman, 1982). It places a psychological burden on an individual and may consequently lead to detrimental “psychological deformations” (Szyszkowska, 1979). Failure to meet a child’s psychological needs within the family can result in a state of “emotional hunger” (Gawęcka, 2004). A child’s loneliness – also referred to as psychological solitude – is never their own choice (Pałgan, 2016). Its consequences include minimal communication with the child, a lack of understanding of their developmental, educational, and emotional needs, and misinterpretation of their reactions and behaviours. This can result in frequent conflicts between the child and the parent, disrupting family relationships and educational experiences, and possibly escalating to instances of violence (Herzberger, 2002; Maciarz, 1991).

* The term “global village” was introduced in 1962 by Herbert Marshall McLuhan in his book *The Gutenberg Galaxy*.

MEDIA EDUCATION – A CONSCIOUS ELEMENT OF EDUCATION

The media environment, together with family and educational settings, is instrumental in shaping an individual’s development from an early age. Children develop their identities in ways that align with the contemporary world, exploring the new reality independently and on their own terms (Shapiro, 2018). The outbreak of the COVID-19 pandemic triggered a digital flood of information and images, both globally and in Poland, which has not only transformed education but also profoundly impacted individual lives since 25 March 2020 (Ptaszek et al., 2020; Pyżalski, 2020). Remote work and remote education, also in preschool settings, have exacerbated issues such as addiction, loneliness, and even peer rejection (Bąk, 2015; Fundacja Dbam o mój zasięg, 2016; Fundacja UNAWĘZA, 2023; Lange, 2019; NASK, 2023).

Children are not guided by adults on how to navigate their lives online, leaving them feeling lost and uncertain about how to engage with the digital world beyond their smartphone screens (Shapiro, 2018). Socrates stated that true knowledge is the awareness of ignorance. Adults who recognise their lack of knowledge in the use and applications of new technologies can turn to media education resources to explore their role in family and educational contexts (Izdebska, 2004, 2007; Nowicka, 2015; Nowicka and Walas, 2020; Osmańska-Furmanek and Furmanek, 2006; Walas, 2021). Media education focuses on teaching about the media not only to understand their nature and impact but also to use them thoughtfully and effectively in educational and teaching settings (Strykowski, 2002). The primary goal of media education is to highlight the role of media in culture and to familiarise individuals with the opportunities and methods for using them in the processes of education and self-education. It is the ability to use information technology as a tool supporting intellectual development (Osmańska-Furmanek and Furmanek, 2006). Human reactions demonstrate that media are more than mere tools. Media can: 1) invade our personal space; 2) have personalities that align with our own; 3) evoke emotional responses, require concentration, pose threats, influence memory, and alter the perception of what is considered natural (Reeves and Nass, 2020). Baron-Polańczyk (2019) emphasised the crucial role of parents and teachers in educating children about new technologies at the early stages of life and learning.

REFLECTIVE INSIGHTS FROM RESEARCH

Research on how children use new technologies reveals that they have nearly unrestricted access to electronic devices, not only within their homes but also in their private rooms. In most households, the absence of clear guidelines for media device usage results in young children spending as much as four hours a day in front of screens. Frequently, children are exposed to age-inappropriate

content, including scenes of violence or aggression, and they often lack parental supervision during their media exploration due to parents being preoccupied with work or household responsibilities. Family leisure time increasingly revolves around passive engagement with modern technology, such as playing video games or watching films. Most children learn to use new technologies without guidance from their caregivers, which often results in exposure to age-inappropriate content, such as pornography (Walas, 2022). Unrestricted screen time and excessive use of modern technologies contribute to an increase in addictions and are linked to depression, suicide, and other individual and social behavioural issues, including eating disorders (Furmanek, 2005; Izdebska, 2007; Ogonowska, 2018; Spitzer, 2013).

Healthy brain development requires a balance between external stimuli and social interactions (Small and Vorgan, 2011). Adults should make an effort to encourage children to spend time with them, rather than solely with their mobile devices (Alter, 2018; Council on Communications and Media, 2011; Desmurget, 2012; Spitzer, 2013). We live in a thoroughly modern world, and striking the right balance between the time devoted to children and the use of new technologies demands discipline, consistency, and wisdom (Pyżalski et al., 2019). For the well-being of children and their mental balance, as well as for our own, it is important to encourage them to spend more time in the real world – surrounded by nature, genuine emotions, and meaningful experiences. This will help prevent feelings of loneliness and foster a sense of happiness. The most valuable thing that can be shared is time together.

Conflict of interest

The author does not declare any financial or personal links with other persons or organisations that might adversely affect the content of the publication or claim any right to the publication.

Funding/Support and role of the sponsor

Organiser of the National Conference on Clinical Psychology of Children and Adolescents – Institute of Psychology, University of Zielona Góra, Al. Wojska Polskiego 69, 65-762 Zielona Góra, Poland.

Author contribution

Original concept of study; collection, recording and/or compilation of data; analysis and interpretation of data; writing of manuscript; critical review of manuscript; final approval of manuscript: BMW.

References

- Alter A: Uzależnienia 2.0. Dlaczego tak trudno się oprzeć nowym technologiom. Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków 2018.
- Baron-Polańczyk E: Boty, trolle i fake news – uważaj, kto cię uczy! Edukacja – Technika – Informatyka 2019; 2: 218–226.
- Bąk A: Korzystanie z urządzeń mobilnych przez małe dzieci w Polsce. Wyniki badania ilościowego. Fundacja Dzieci Niczyje, Warszawa 2015. Available from: <https://fdds.pl/co-robimy/raporty-z-badan/2015/korzystanie-z-urzadzen-mobilnych-przez-male-dzieci-w-polsce-2015.html> [cited: 24 June 2023].
- Council on Communications and Media: Media use by children younger than 2 years. Pediatrics 2011; 128: 1040–1045.
- Desmurget M: Teleoglupianie. O zgubnych skutkach oglądania telewizji (nie tylko przez dzieci). Wydawnictwo Czarna Owca, Warszawa 2012.
- Fundacja Dbam o Mój Zasięg: Ogólnopolskie badania fonoholizmu – infografiki z wynikami. 2016. Available from: <https://dbamomoj-zasieg.pl/materialy-pomocnicze/> [cited: 23 June 2023].
- Fundacja UNAWEZA: Raport „MŁODE GŁOWY. Otwarcie o zdrowiu psychicznym”. 2023. <https://www.unaweza.org/aktualnosci/mlode-glowy-raport-z-badan/> [cited: 22 June 2023].
- Furmanek M: Media i multimedia jako środowisko edukacyjno-wychowawcze dziecka. In: Izdebska J, Sosnowski T (eds.): Komputer i Internet w życiu dziecka i obraz jego dzieciństwa. Wydawnictwo Trans Humana, Białystok 2005.
- Gajda J: Samotność i kultura. Wydawnictwo Instytut Wydawniczy Związków Zawodowych, Warszawa 1987.
- Gawęcka M: Poczucie osamotnienia dziecka w rodzinie własnej. MADO, Toruń 2004.
- Herzberger S: Przemoc domowa. Perspektywa psychologii społecznej. Wydawnictwo PARPA, Warszawa 2002.
- Izdebska J: Dziecko w świecie mediów elektronicznych. Teoria, badania, edukacja medialna. Wydawnictwo Uniwersyteckie Trans Humana, Białystok 2007; 60: 228–229.
- Izdebska J: Rodzinna edukacja medialna dziecka. In: Strykowski W, Skrzydlewski W (eds.): Kompetencje medialne w społeczeństwie wiedzy. Wydawnictwo eMPI2, Poznań 2004.
- Kozielecki J: Człowiek wielowymiarowy. Wydawnictwo Żak, Warszawa 1996.
- Kulewska A: Osamotnienie – choroba XXI wieku zabijająca po cichu. Available from: <http://www.psychologia.net.pl/artukul.php?level=774> [cited: 20 June 2023].
- Lange R (ed.): Rodzice „Nastolatów 3.0”. Raport z ogólnopolskiego badania społecznego. NASK – Państwowy Instytut Badawczy, Warszawa 2019. Available from: <https://archiwum.nask.pl/download/30/3594/RAPORTDOROSLI3ONLINEp-skompresowany.pdf> [cited: 25 June 2023].
- Maciarz A: Cechy rodzin dzieci z poczuciem sieroctwa duchowego. Probl Opiek-Wychow 1992; 8: 182.
- Maciarz A: Sieroctwo duchowe dzieci. Probl Opiek-Wychow 1991; 6: 242–244.
- Maslow AH: Motywacja i osobowość. Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 1990: 76–101.
- McLuhan HM: The Gutenberg Galaxy. The making of typographic man. Routledge & Kegan Paul, London 1962.
- NASK: Nastolatki 3.0. Raport z ogólnopolskiego badania uczniów i rodziców. NASK – Państwowy Instytut Badawczy Warszawa 2023 Available from: <https://nask.pl/magazyn/nastolatki-3-0-raport-z-ogolnopolskiego-badan-uczniow-i-rodzicow/> [cited: 25 June 2023].
- Nowicka E, Walas B: Wczesna edukacja medialna. In: Baron-Polańczyk E, Klementowska A (eds.): Wyzwania i dylematy edukacyjno-zawodowe. Vol. 6, Wydział Nauk Społecznych UZ, Zielona Góra 2020: 41–47.
- Nowicka E: Rola rodziców i nauczycieli w edukacji medialnej. Dyskursy Młodych Andragogów 2015; 16: 203–216.
- Ogonowska A: Uzależnienia medialne. Uwarunkowania, leczenie, profilaktyka. Wydawnictwo Edukacyjne, Kraków 2018.

- Osmańska-Furmanek W, Furmanek M: Pedagogika mediów. In: Śliwerski B (ed.): Pedagogika, subdyscypliny wiedzy pedagogicznej. Vol. 3, Gdańskie Wydawnictwo Pedagogiczne, Gdańsk 2006: 295–311.
- Pałgan I: Dziecko głodne oparcia i wartość. *Społecz Eduk* 2016; 1: 275–288.
- Peplau LA, Perlman D: Perspectives on loneliness. In: Peplau LA, Perlman D (eds.): *Loneliness: A Source Book of Current Theory, Research and Therapy*. Wiley, New York, 1982: 135–151.
- Ptaszek G, Stunża GD, Pyżalski J et al.: Edukacja zdalna: co stało się z uczniami, ich rodzicami i nauczycielami. Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 2020.
- Pyżalski J: Edukacja w czasach pandemii wirusa COVID-19. Wydawnictwo Edukacja, Warszawa 2020.
- Pyżalski J, Zdrodowska A, Tomczyk Ł et al.: Polskie badanie EU Kids Online 2018. Najważniejsze wyniki i wnioski. Wydawnictwo Naukowe UAM, Poznań 2019.
- Reeves B, Nass C: Media i ludzie. Państwowy Instytut Wydawniczy, Warszawa 2000.
- Sendyk M: Osamotnienie jako konsekwencja zaburzeń więzi emocjonalnych w rodzinie. *Wychowanie w Rodzinie* 2011; 4: 139–150.
- Shapiro J: Nowe cyfrowe dzieciństwo. Jak wychowywać dzieci, by radziły sobie w usieciowionym świecie. Wydawnictwo Mamania, Warszawa 2018.
- Small G, Vorgan G: iMózg. Jak przetrwać technologiczną przemianę współczesnej umysłowości. Wydawnictwo Vesper, Poznań 2011.
- Spitzer M: Cyfrowa demencja. W jaki sposób pozbawiamy rozumu siebie i swoje dzieci. Wydawnictwo Dobra Literatura, Słupsk 2013.
- Spitzer M: Epidemia smartfonów. Czy jest zagrożeniem dla zdrowia, edukacji i społeczeństwa? Wydawnictwo Dobra Literatura, Słupsk, Warszawa 2021.
- Strykowski W: Pedagogika i edukacja medialna w społeczeństwie informacyjnym. In: Juszczyk S (ed.): *Edukacja medialna w społeczeństwie informacyjnym*. Wydawnictwo Adam Marszałek, Toruń 2002: 13–24.
- Szyszkowska M: Przewyciężanie osamotnienia. In: Dąbrowski K (ed.): *Zdrowie psychiczne*. Państwowe Wydawnictwo Naukowe, Warszawa 1979: 417–422.
- Walas B: Cyfrowa rzeczywistość dzieci przedszkolnych. In: Adamowicz M, Kataryńczuk-Mania L, Nyczaj-Drąg M (eds.): *Edukacja dziecka szansą na budowę kapitału społecznego*. Wydawnictwo Adam Marszałek, Toruń 2021: 87–102.
- Walas B: Rzeczywistość medialna dzieci przedszkolnych. Nieopublikowana praca doktorska. Promotor dr hab. Baron-Polańczyk E, prof. UZ, promotor pomocniczy dr Nowicka E. Zielona Góra 2022.
- Zacher LW: Powiększona przestrzeń społeczna w nowych kontekstach i uwarunkowaniach techniczno-kulturowych. *Transformacje* 2006; 1–4: 35–56.