



RAPORT ANALITYCZNY

Medialna sprawczość pokolenia Alfa

Raport analityczny na podstawie monografii:

Agnieszka Ogonowska, Agnieszka Walecka-Rynduch

Pokolenie Alfa i media cyfrowe. Teoria i rzeczywistość

Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków 2026

Uwaga: Raport został opracowany jako samodzielny dokument analityczny. Nie zastępuje monografii; porządkuje i syntetyzuje jej argumentację oraz wyniki.

Copyright: Agnieszka Ogonowska & Agnieszka Walecka-Rynduch

Geneza i założenia Raportu

Monografia „Pokolenie Alfa i media cyfrowe. Teoria i rzeczywistość” stanowi pogłębione studium relacji między przemianami środowiska medialnego a codziennymi praktykami dzieci i młodzieży urodzonych w latach 2010–2025. Jej zasadniczym celem jest konfrontacja popularnych wyobrażeń o Generacji Alfa – jako „cyfrowych tubylcach”, pokoleniu „Always on”, „Google Kids” czy „pokoleniu iPhone’a i iPada” – z wynikami badań zastanych oraz z własnym jakościowym badaniem empirycznym. Autorki nie odrzucają znaczenia wysokiej ekspozycji na technologię, ale kwestionują prostą zależność między intensywnością kontaktu z technologią a poziomem kompetencji medialnych.

Książka jest kontynuacją wcześniejszych badań autorek nad rzeczywistymi profilami kompetencji cyfrowych młodych dorosłych i dezinformacją (por. Młodzi dorośli wobec dezinformacji. Katalogi i rzeczywiste profile kompetencji cyfrowych, 2024).

W nowym projekcie punkt ciężkości został przesunięty na młodsze pokolenie oraz na analizę środowisk, w których ich kompetencje powstają: rodziny, szkoły, grupy rówieśniczej i kultury platformowej.

Badanie miało charakter jakościowy, triangulacyjny i indukcyjny. Materiał empiryczny obejmował ponad 70 przedstawicieli Generacji Alfa oraz wypowiedzi pedagogów, psychologa szkolnego i grona pedagogicznego, przy czym „głos dorosłych” pełnił funkcję kontekstualizującą badania głównego nurtu.

Jednym z ważniejszych rezultatów jest model „Kompetencji medialnych 4.0”, zbudowany wokół kategorii medialnej sprawczości. Model łączy sześć wymiarów: funkcjonalny, autonomii, rozwojowy, tożsamościowy, kulturowy i systemowy. Pozwala tym samym odejść od idei kompetencji jako zamkniętego katalogu umiejętności technicznych i traktować ją jako zdolność działania w relacji z innymi ludźmi, instytucjami, platformami, algorytmami i kulturą.

Raport z kolei przedstawia wyniki badań nad medialną sprawczością pokolenia Alfa, rozumianą jako zdolność do podejmowania decyzji, negocjowania znaczeń, zarządzania własną obecnością w środowiskach medialnych oraz regulowania doświadczeń poznawczych, emocjonalnych i społecznych. Podstawę opracowania stanowią badania własne autorek przedstawione całościowo w monografii „Pokolenie Alfa i media cyfrowe. Teoria i rzeczywistość” (2026). Przedstawiona w książce analiza jakościowa pozwoliła zakwestionować stereotyp pokolenia Alfa jako jednorodnej grupy „cyfrowych tubylców”, których wysoka ekspozycja na technologie automatycznie przekłada się na rozwinięte kompetencje medialne. Badani młodzi użytkownicy wykazują znaczną sprawność operacyjną, wykorzystują media do nauki, komunikacji, regulacji emocji i ekspresji twórczej, a także rozwijają strategie zarządzania własną obecnością w sieci. Jednocześnie ich samodzielność jest zróżnicowana, a refleksja nad konsekwencjami działań nie zawsze odpowiada poziomowi umiejętności praktycznych.

Szczególne znaczenie mają cztery ustalenia: bierność medialna może stanowić świadomą strategię ochronną; kompetencje funkcjonalne nie są równoznaczne z pełną autonomią; aktywność twórcza nie musi prowadzić do dążenia do publicznej widzialności i profesjonalizacji; wiedza młodych użytkowników nie zawsze przekłada się na rzeczywisty wpływ społeczny. Rozwijanie medialnej sprawczości wymaga zatem uwzględnienia zarówno zasobów jednostki, jak i relacji rodzinnych, szkolnych i rówieśniczych oraz właściwości środowiska platformowego. Raport postuluje przesunięcie akcentu z kontroli zachowań i rozwijania umiejętności technicznych na wzmacnianie refleksyjnej, relacyjnej i odpowiedzialnej sprawczości medialnej.

Słowa kluczowe: pokolenie Alfa, medialna sprawczość, kompetencje medialne 4.0, autonomia cyfrowa, kultura prefiguratywna, edukacja medialna.

Obraz Generacji Alfa w świetle badań zastanych: od cyfrowej biegłości do medialnej sprawczości

Pokolenie Alfa dorasta w środowisku, w którym media cyfrowe nie stanowią jedynie narzędzi komunikacji czy dostępu do informacji. Są integralnym elementem codzienności: organizują relacje rówieśnicze, wspierają uczenie się, uczestniczą w regulacji emocji, dostarczają możliwości ekspresji i współtworzą warunki konstruowania tożsamości. Z tego względu analiza kompetencji medialnych dzieci i młodzieży wymaga wyjścia poza perspektywę skoncentrowaną na obsłudze urządzeń i aplikacji.

W dyskursie publicznym pokolenie Alfa bywa przedstawiane jako generacja naturalnie kompetentna cyfrowo, swobodnie poruszająca się w środowiskach nowych technologii. Takie ujęcie upraszcza jednak relację między doświadczeniem technologicznym a rzeczywistą zdolnością do świadomego działania. Sprawność w obsłudze aplikacji nie przesądza o umiejętności krytycznej oceny informacji, rozumieniu mechanizmów platform, zarządzaniu prywatnością czy przewidywaniu społecznych i emocjonalnych konsekwencji własnych praktyk.

W badaniach przedstawionych w monografii *Pokolenie Alfa i media cyfrowe*. Teoria i rzeczywistość proponujemy odejście od jednorodnego obrazu „cyfrowych tubylców” na rzecz analizy zróżnicowanych, dynamicznych i kontekstowych profili kompetencji. Centralną kategorią przyjętego ujęcia jest medialna sprawczość, obejmująca zdolność do działania w środowiskach medialnych, podejmowania decyzji, negocjowania znaczeń, konstruowania tożsamości i regulowania własnych doświadczeń oraz emocji.

Sprawczość nie oznacza tu całkowitej niezależności od otoczenia. Przeciwnie, rozwija się w relacji z rodziną, szkołą, grupą rówieśniczą, kulturą medialną i infrastrukturą technologiczną. Możliwości działania młodych użytkowników są zarazem poszerzane przez dostępne narzędzia i ograniczane przez reguły platform, mechanizmy rekomendacji, ekonomię uwagi, presję widzialności oraz nierównomierne wsparcie edukacyjne.

Celem niniejszego raportu jest wyodrębnienie i pogłębienie tego aspektu badań autorek. Nie chodzi o ponowne przedstawienie pełnego modelu kompetencji medialnych 4.0, lecz o odpowiedź na trzy pytania:

1. W jaki sposób medialna sprawczość ujawnia się w codziennych praktykach przedstawicieli pokolenia Alfa?
2. Jakie są jej możliwości i ograniczenia w wymiarze poznawczym, emocjonalnym, twórczym i społecznym?
3. Jakie konsekwencje wynikają z tych ustaleń dla edukacji medialnej, rodziny i instytucji wspierających rozwój młodych użytkowników mediów?

Główna teza raportu zakłada, że medialna sprawczość pokolenia Alfa jest zróżnicowaną, rozwijającą się i zależną od kontekstu zdolnością działania, której nie można utożsamiać ani z samą sprawnością techniczną, ani z intensywnością korzystania z mediów.

Autorki budują pierwszy poziom diagnozy poprzez analizę raportów polskich i zagranicznych. Zestawienie źródeł ma charakter mozaikowy: obejmuje badania akademickie, raporty instytucjonalne, badania marketingowe oraz opracowania organizacji zajmujących się dziećmi i młodzieżą. Wśród przywoływanych źródeł znajdują się m.in. Leader Sheep, NASK „Nastolatki 3.0”, EU Kids Online, Springtide Research Institute, The Annie E. Casey Foundation oraz badania Razorfish/GWI.

Jednym z najważniejszych wniosków przeglądu jest konieczność ostrożnego porównywania wyników. Poszczególne badania różnią się wiekiem respondentów, wielkością i charakterem próby, krajem, czasem realizacji, metodą pomiaru oraz definicją kompetencji. Nie można zatem tworzyć jednego „profilu Alfa” poprzez proste sumowanie wyników. Raporty zastane są wykorzystywane przez nas jako mapa hipotez, które następnie są konfrontowane z materiałem jakościowym pochodzącym z badań własnych autorek.

Tabela nr 1. Badania zastane i implikacje dla badań własnych: wybrane obszary strategiczne

Obszar	Dominujący obraz w badaniach zastanych	Znaczenie dla badań własnych
Technologia	wysoka obecność technologii w codzienności	sprawdzenie, czy obecność przekłada się na kompetencję
Komunikacja	intensywne wykorzystanie komunikatorów i platform	analiza funkcji relacyjnych mediów
Informacja	łatwy dostęp do informacji, ale problemy z oceną wiarygodności	badanie strategii weryfikacyjnych
Rodzina	różne style mediacji rodzicielskiej	analiza „rodzicielskiej membrany”
Szkoła	media często wykorzystywane instrumentalnie	ocena roli szkoły w rozwoju kompetencji
Tożsamość	silna obecność profili, avatarów i autoprezentacji	badanie multiplikacji tożsamości
AI	rosnąca znajomość i wykorzystanie narzędzi AI	włączenie AI do przyszłej edukacji medialnej

W książce pojawia się również krytyczna dyskusja nad figurą/metaforą „globalnego nastolatka”. Globalne platformy rzeczywiście tworzą wspólne repertuary kulturowe („hipermarkety globalnej kultury medialnej”), lecz nie niwelują różnic lokalnych w takim stopniu, aby można było mówić o jednorodnej kohorcie i ujednoliconych wzorcach medialnych. Ten sam TikTok, YouTube czy Discord funkcjonuje inaczej w zależności od rodziny, szkoły, kapitału kulturowego i specyficznych kompetencji użytkownika. W tym sensie globalizacja cyfrowa nie prowadzi do pełnej homogenizacji doświadczeń czy ujednolicenia wzorców korzystania z mediów.

Podstawa empiryczna i sposób analizy

Jak zaznaczono wcześniej, Raport opiera się na jakościowych badaniach własnych autorek opisanych w monografii Pokolenie „Alfa i media cyfrowe. Teoria i rzeczywistość” (Ogonowska i Walecka-Rynduch, 2026). Analiza miała charakter jakościowy, triangulacyjny i indukcyjny. Wykorzystano procedury teorii ugruntowanej, w tym kodowanie otwarte, aksjalne i selektywne, a także metodę stałego porównywania danych. W zarządzaniu materiałem i procesie kodowania zastosowano program MAXQDA Analytics Pro. Analiza pozwoliła przejść od jednostkowych opisów praktyk medialnych do kategorii wyższego rzędu, obejmujących między innymi światy medialne i ich funkcje, poziomy samodzielności, trajektorie kompetencji, tożsamość medialną, kulturę prefiguratywną oraz systemowe uwarunkowania działania. Badania były inspirowane teorią kultury prefiguratywnej M. Mead oraz antropologią codzienności.

Przyjęta perspektywa umożliwia analizę sprawczości nie jako izolowanej właściwości jednostki, ale jako procesu osadzonego w codziennych praktykach i relacjach społecznych. Wyniki należy interpretować z uwzględnieniem ograniczeń badania jakościowego i jego lokalnego kontekstu. Nie stanowią one podstawy do statystycznego uogólniania charakterystyk na wszystkich przedstawicieli pokolenia Alfa. Ich wartość polega na rekonstrukcji sposobów rozumienia mediów, strategii działania i napięć, które mogą stanowić podstawę dalszych badań oraz projektowania interwencji edukacyjnych.

Medialna sprawczość jako kategoria analityczna

Medialną sprawczość definiujemy jako zdolność do działania, podejmowania decyzji, negocjowania znaczeń, konstruowania tożsamości i regulowania doświadczeń w środowiskach medialnych, przy jednoczesnym uwikłaniu w relacje społeczne i uwarunkowania systemowe. Tak rozumiana sprawczość obejmuje więcej niż dostęp do technologii i umiejętność jej obsługi. Dotyczy również sposobu określania własnych celów, wyboru strategii działania, rozpoznawania ograniczeń, reagowania na sytuacje problemowe oraz korzystania ze wsparcia innych osób.

W perspektywie przyjętej w monografii można wyróżnić sześć powiązanych wymiarów kompetencji medialnych 4.0:

Funkcjonalny – wykorzystywanie mediów do komunikacji, budowania relacji, uczenia się, regulacji emocji i ekspresji.

Autonomii – stopień samodzielności w podejmowaniu decyzji, organizowaniu aktywności i regulowaniu korzystania z mediów.

Rozwojowy – zmienność kompetencji oraz nieliniowy charakter ich kształtowania.

Tożsamościowy – zarządzanie profilami, widzialnością, rolami i przynależnością do społeczności.

Kulturowy – uczestnictwo w kulturze prefiguratywnej, w której młodzi użytkownicy przekazują wiedzę starszym.

Systemowy – wpływ rodziny, szkoły, grupy rówieśniczej, platform i mechanizmów technologicznych na możliwości działania.

Wymiary te nie funkcjonują niezależnie, lecz systemowo. Młody użytkownik może na przykład samodzielnie wyszukiwać informacje, a jednocześnie potrzebować wsparcia społecznego w ocenie ich wiarygodności. Może sprawnie zarządzać swoją obecnością w mediach społecznościowych, ale mieć ograniczony wpływ na zasady funkcjonowania platformy. Może również świadomie zrezygnować z publikowania treści, traktując wycofanie jako sposób ochrony własnej prywatności.

Ważnym elementem modelu jest zatem rozróżnienie między posiadaniem kompetencji, możliwością działania i rzeczywistym wpływem. Nie są to pojęcia tożsame. Sprawczość może ujawniać się w indywidualnej samoregulacji, negocjowaniu relacji, twórczości czy wspieraniu innych, ale jej zakres pozostaje zależny od dostępnych zasobów i warunków społeczno-technologicznych.

Jak ujawnia się medialna sprawczość pokolenia Alfa? Wyniki badań

Sprawczość funkcjonalna: media jako środowisko codziennego działania

W badanym materiale media cyfrowe jawią się jako wielofunkcyjne środowisko codzienności. Uczestnicy wykorzystują je do podtrzymywania relacji, poszukiwania informacji, nauki, rozwijania zainteresowań, odpoczynku i regulacji nastroju. Funkcje te przenikają się, dlatego trudno sprowadzić praktyki medialne do prostego podziału na aktywność edukacyjną i rozrywkową. Istotnym przejawem sprawczości jest dobieranie medium do aktualnej potrzeby. Wypowiedzi badanych wskazują, że poszczególne platformy i formaty są wykorzystywane w różnych sytuacjach: do poprawy nastroju, poszukiwania wyjaśnień, kontaktu z rówieśnikami czy rozwijania zainteresowań. Media pełnią więc funkcję zasobów, za pomocą których młodzi organizują część swojego życia społecznego i emocjonalnego. Nie oznacza to jednak, że wybory są zawsze w pełni świadome. Korzystanie z mediów może być zarówno celowe, jak i automatyczne. W sytuacjach nudy, samotności lub braku alternatywnych aktywności telefon staje się niekiedy domyślnym sposobem organizowania czasu. Uczestnicy dostrzegają także zmęczenie, przebodźcowanie i trudności z koncentracją, jednak refleksja nad tymi konsekwencjami nie zawsze prowadzi do trwałej zmiany zachowania. Sprawczość funkcjonalna ma zatem charakter ambiwalentny. Media umożliwiają realizację potrzeb, ale jednocześnie mogą utrwalać wzorce działania, których użytkownik nie zawsze w pełni kontroluje.

Sprawczość autonomiczna: między samosterownością a zewnętrzną regulacją

Materiał empiryczny wskazuje na znaczną samodzielność operacyjną młodych użytkowników. Badani potrafią dobierać narzędzia do określonych zadań, wyszukiwać potrzebne informacje, korzystać z aplikacji oraz organizować własne aktywności medialne. Rozpoznają również niektóre koszty nadmiernego korzystania z mediów i deklarują stosowanie strategii ograniczania aktywności, takich jak przerwy czy czasowa rezygnacja z urządzeń. Jednocześnie autonomia pozostaje nierównomiernie rozwinięta. Samodzielność w obsłudze technologii nie musi oznaczać równie wysokiej zdolności do oceny wiarygodności informacji, przewidywania konsekwencji publikowania treści czy regulowania emocjonalnie angażujących aktywności. Istotną rolę odgrywają rodzice, którzy wprowadzają ograniczenia czasowe, blokady aplikacji lub okresowe zakazy korzystania z urządzeń. Zewnętrzna regulacja może pomagać w organizacji aktywności, ale bywa także źródłem frustracji, konfliktów i poczucia ograniczenia autonomii. Jej znaczenie zależy od sposobu komunikowania zasad, spójności działań dorosłych oraz możliwości stopniowego rozwijania samoregulacji. Wyniki pozwalają opisać samodzielność medialną jako proces negocjowania kontroli. Młodzi użytkownicy nie są ani całkowicie niezależni, ani wyłącznie podporządkowani dorosłym. Funkcjonują pomiędzy samosterownością a zewnętrznym nadzorem, a zakres ich autonomii zmienia się w zależności od sytuacji, rodzaju aktywności i dostępnego wsparcia.

Sprawczość twórcza i tożsamościowa: między ekspresją a kontrolą widzialności

Media cyfrowe tworzą przestrzeń ekspresji, eksperymentowania i rozwijania zainteresowań. W materiale badawczym twórczość nie ogranicza się do publicznego publikowania materiałów. Może obejmować rozwijanie pasji, testowanie pomysłów, tworzenie treści na własny użytek i dzielenie się nimi w ograniczonym gronie odbiorców.

Ważnym elementem sprawczości jest zarządzanie własną obecnością w sieci. Różnicowanie kont i odbiorców wskazuje na świadomość, że komunikacja medialna odbywa się wobec różnych grup, a publikowane treści mogą mieć odmienne znaczenie zależnie od kontekstu. Selektywność, ograniczanie widzialności i oddzielanie przestrzeni prywatnej od publicznej, posiadanie wielu różnych kont i profili w mediach społecznościowych można interpretować jako strategię ochrony autonomii i intymności.

Badani nie traktują również publicznej widzialności jako oczywistego celu. Twórczość cyfrowa nie musi oznaczać aspiracji do kariery influencera. Może służyć uczeniu się, rozwijaniu umiejętności, promocji zainteresowań lub realizacji konkretnych projektów. Wiedza o konkurencji, algorytmach i kosztach emocjonalnych ekspozycji może skłaniać do ograniczania publicznej aktywności.

Szczególnego znaczenia nabiera zatem w tym kontekście rozróżnienie między twórczością a autopromocją. Rezygnacja z publikowania nie musi świadczyć o braku kreatywności, podobnie jak wysoka aktywność publiczna nie przesądza o głębokiej refleksyjności. Sprawczość tożsamościowa polega nie tylko na prezentowaniu siebie, lecz także na podejmowaniu decyzji o tym, co, komu i w jakim zakresie chce się ujawniać. W tym sensie kontrola widzialności stanowi ważny wymiar autonomii medialnej.

Sprawczość epistemiczna i społeczna: wiedza nie zawsze oznacza wpływ

Jednym z istotnych ustaleń badań jest obecność relacji prefiguratywnych, w których młodzi użytkownicy przekazują wiedzę starszym, np. rodzicom lub dziadkom. Dzieci i młodzież mogą pełnić rolę praktycznych ekspertów w zakresie obsługi aplikacji, rozwiązywania problemów technicznych, zasad bezpieczeństwa czy rozpoznawania niektórych zagrożeń informacyjnych. Wiedza medialna staje się w tym przypadku zasobem umożliwiającym wpływanie na otoczenie. Młodzi użytkownicy nie są jedynie odbiorcami edukacji prowadzonej przez dorosłych, lecz mogą również współtworzyć wiedzę i wspierać kompetencje innych członków rodziny, co jest z kolei istotą prefiguratywności w rozumieniu M. Mead.

Odwroćcie kierunku transmisji wiedzy nie oznacza jednak całkowitego odwrócenia hierarchii międzypokoleniowej. Dorosli zachowują władzę wychowawczą i regulacyjną, podczas gdy dzieci mogą dysponować większą wiedzą praktyczną w określonych obszarach technologicznych. Powstaje w ten sposób układ fragmentarycznego autorytetu, w którym kompetencje i uprawnienia do podejmowania decyzji nie zawsze znajdują się po tej samej stronie. Podobna ambiwalencja ujawnia się w odniesieniu do reagowania na szkodliwe treści i zachowania. Rozpoznawanie hejtu, dezinformacji czy innych problematycznych zjawisk nie musi prowadzić do interwencji. Użytkownik może rozumieć mechanizm zjawiska, ale wybierać wycofanie, unikanie konfliktu lub zwrócenie się do osoby dorosłej.

Dlatego należy odróżnić sprawczość epistemiczną – związaną z rozpoznawaniem i interpretowaniem zjawisk – od sprawczości społecznej, która obejmuje podejmowanie działań i wpływanie na sytuację innych osób. Z perspektywy edukacyjnej oznacza to konieczność rozwijania nie tylko wiedzy o zagrożeniach, lecz także umiejętności odpowiedzialnego reagowania, współpracy, udzielania wsparcia i korzystania z dostępnych kanałów pomocy.

Sprawczość systemowa: możliwości działania i granice indywidualnej odpowiedzialności

Medialna sprawczość rozwija się w środowisku, którego reguły nie są w pełni kontrolowane przez młodych użytkowników. Rodzina, szkoła, grupa rówieśnicza oraz platformy cyfrowe tworzą układ wzajemnie oddziałujących czynników, które mogą wzmacniać autonomię lub ją ograniczać. Rodzina może wspierać rozwój kompetencji poprzez dialog, wspólne ustalanie zasad i modelowanie odpowiedzialnych praktyk. Może jednak również ograniczać sprawczość, jeśli korzysta z niespójnych reguł, opiera się wyłącznie na zakazach lub nie dysponuje wystarczającymi kompetencjami do rozumienia środowiska cyfrowego dziecka.

Szkoła może dostarczać wiedzy i rozwijać krytyczne myślenie, ale jej działania bywają ograniczone przez brak systematycznej edukacji medialnej oraz przewagę reaktywnego podejścia do zagrożeń nad długofalowym rozwijaniem kompetencji.

Na poziomie platform istotne znaczenie mają mechanizmy rekomendacji, konkurencja o uwagę, presja widzialności i reguły obiegu treści. Użytkownicy mogą rozpoznawać niektóre z tych mechanizmów, ale nie oznacza to, że mają możliwość ich efektywnej zmiany.

W tym kontekście szczególnie ważna jest asymetria odpowiedzialności. Oczekiwanie, że młody użytkownik samodzielnie rozpozna każde zagrożenie, będzie regulował emocje i kontrolował czas korzystania z mediów, może prowadzić do indywidualizacji problemów wynikających również z właściwości środowiska medialnego.

Rozwijanie sprawczości wymaga więc nie tylko wzmacniania jednostki, ale także odpowiednich warunków społecznych, edukacyjnych i instytucjonalnych. Odpowiedzialność za jakość funkcjonowania młodych ludzi w środowisku cyfrowym nie może spoczywać wyłącznie na nich samych.

Trajektorie sprawczości: dlaczego nie ma jednego typu użytkownika?

W badaniach wyróżniono cztery podstawowe trajektorie kompetencji medialnych: użytkowników biernych, funkcjonalnych, twórczych i profesjonalizujących się. Nie należy traktować ich jako sztywnych kategorii osób ani kolejnych, uniwersalnych etapów rozwoju. Stanowią raczej konfiguracje praktyk, pomiędzy którymi użytkownicy mogą się przemieszczać zależnie od sytuacji, celu i kontekstu.

Trajektoria	Charakterystyka praktyk	Znaczenie dla sprawczości
Użytkownik bierny	Oglądanie, obserwowanie, selektywne wycofanie z publikowania	Może wykazywać sprawczość ochronną, ale nie zawsze podejmuje działania społeczne
Użytkownik funkcjonalny	Wykorzystywanie mediów do nauki, wyszukiwania informacji i realizacji celów	Sprawczość pragmatyczna, niekiedy połączona z refleksją krytyczną
Użytkownik twórczy	Eksperymentowanie, rozwijanie zainteresowań, tworzenie treści	Sprawczość ekspresyjna, poznawcza i tożsamościowa
Użytkownik profesjonalizujący się	Rozwijanie umiejętności z myślą o określonym projekcie, działalności lub potencjalnej karierze	Sprawczość ukierunkowana na cel, wymagająca uwzględnienia kosztów i ograniczeń platform

Na podst.: „Trajektorie rozwojowe kompetencji medialnych”, s. 161–164. Ich zestawienie pojawia się również w tabeli 14, na stronach 180–181.

Trajektorie te mogą współwystępować u jednej osoby. Użytkownik może być twórczy w jednym obszarze, bierny w innym i funkcjonalny w sytuacjach edukacyjnych. Może także rozwijać kompetencje, a następnie świadomie ograniczać określoną aktywność. Najważniejszy wniosek polega na tym, że sprawczość nie jest stałą cechą przypisaną użytkownikowi, lecz zdolnością ujawniającą się w określonych sytuacjach i relacjach. Jej diagnoza wymaga analizy praktyk, motywacji i warunków działania, a nie wyłącznie deklaracji lub pojedynczych wskaźników, takich jak czas ekranowy.

Wnioski: od sprawności operacyjnej do refleksyjnej sprawczości

Przeprowadzone badania pozwalają sformułować pięć zasadniczych wniosków.

Po pierwsze, medialna sprawczość nie wynika automatycznie z wczesnego kontaktu z technologiami. Młodzi użytkownicy dysponują znacznymi zasobami operacyjnymi, ale ich kompetencje są nierównomierne. Sprawność w obsłudze aplikacji może współistnieć z ograniczoną refleksją nad konsekwencjami działań.

Po drugie, sprawczość ma charakter wielowymiarowy. Obejmuje wybór funkcji mediów, regulowanie własnej aktywności, zarządzanie widzialnością, rozwijanie twórczości, ocenę informacji oraz wpływanie na otoczenie. Poszczególne wymiary mogą rozwijać się w różnym tempie.

Po trzecie, sprawczość może przejawiać się również w ograniczaniu aktywności. Selektywność, niepublikowanie treści i rezygnacja z dążenia do popularności mogą stanowić świadome strategie ochrony prywatności, dobrostanu i autonomii. Nie należy automatycznie interpretować ich jako braku kompetencji.

Po czwarte, wiedza nie zawsze przekłada się na działanie. Rozpoznawanie zagrożeń, rozumienie mechanizmów medialnych czy posiadanie praktycznych umiejętności nie gwarantuje interwencji społecznej ani skutecznej samoregulacji.

Po piąte, sprawczość jest relacyjna i systemowa. Jej rozwój zależy od jakości wsparcia rodzinnego, praktyk szkolnych, relacji rówieśniczych oraz właściwości środowiska platformowego. Odpowiedzialność za bezpieczeństwo i dobrostan cyfrowy wymaga współdziałania jednostek i instytucji.

Wyniki wspierają zatem zmianę perspektywy: zamiast pytać wyłącznie, czy młodzi ludzie potrafią korzystać z technologii, należy badać, w jakich warunkach potrafią świadomie wykorzystywać media, rozpoznawać ograniczenia własnej wiedzy, podejmować odpowiedzialne decyzje i wpływać na otoczenie.

Rekomendacje dla edukacji medialnej i instytucji wspierających

Rozwijanie samodzielności zamiast ograniczania się do kontroli

Ograniczenia korzystania z urządzeń mogą być uzasadnione, ale nie zastąpią edukacji prowadzącej do samoregulacji. Warto angażować dzieci i młodzież w ustalanie zasad, analizowanie własnych praktyk oraz poszukiwanie alternatywnych sposobów odpoczynku, komunikacji i regulacji emocji.

Diagnozowanie rzeczywistych praktyk

Programy edukacyjne powinny uwzględniać różnice pomiędzy deklarowaną wiedzą a umiejętnością jej zastosowania. Warto wykorzystywać analizę autentycznych treści, ćwiczenia weryfikacji informacji, zadania związane z prywatnością oraz sytuacje wymagające uzasadnienia decyzji.

Włączanie młodych w proces edukacyjny

Potencjał kultury prefiguratywnej można wykorzystywać poprzez projekty, w których uczniowie współtworzą materiały edukacyjne, dzielą się wiedzą i uczestniczą w diagnozowaniu problemów czy wyzwań środowiska medialnego. Nie oznacza to przenoszenia na nich odpowiedzialności za edukację dorosłych, lecz uznanie ich wiedzy i doświadczeń za istotny zasób.

Wzmacnianie współpracy szkoły i rodziny

Spójność zasad, dialog międzypokoleniowy i rozwijanie kompetencji dorosłych są warunkami skutecznego wsparcia młodych użytkowników. Szkoła i rodzina powinny współpracować nie tylko w sytuacjach kryzysowych, lecz także w rozwijaniu krytycznej refleksji, komunikacji i dobrostanu cyfrowego.

Uwzględnianie systemowych uwarunkowań mediów

Edukacja medialna powinna obejmować mechanizmy działania platform, rekomendacji, ekonomii uwagi i zarządzania widzialnością. Młodzi użytkownicy potrzebują wiedzy nie tylko o tym, jak bezpiecznie korzystać z mediów, lecz także o tym, jak środowisko medialne wpływa na dostępne wybory i zachowania.

Rozwijanie zróżnicowanych ścieżek edukacyjnych

Nie wszyscy młodzi potrzebują takich samych działań. Programy powinny uwzględniać różne trajektorie kompetencji, doświadczenia rodzinne i potrzeby uczniów. Punktem wyjścia powinna być lokalna diagnoza praktyk i zasobów, a nie założenie o jednolitym poziomie kompetencji całego pokolenia.

Podsumowanie

Medialna sprawczość pokolenia Alfa jest kategorią pozwalającą opisać młodych użytkowników w sposób bardziej złożony niż tradycyjny podział na osoby kompetentne i niekompetentne, aktywne i bierne czy bezpieczne i zagrożone. Ujawnia się w praktykach codziennych, decyzjach dotyczących obecności w sieci, sposobach wykorzystywania mediów do nauki i regulacji emocji, zarządzaniu tożsamością oraz relacjach z innymi użytkownikami.

Badania pokazują, że młodzi ludzie dysponują znacznymi zasobami operacyjnymi i potrafią wykorzystywać media do realizacji różnorodnych celów. Jednocześnie ich samodzielność pozostaje niejednorodna, a refleksyjność, samoregulacja i zdolność do interwencji społecznej nie zawsze rozwijają się równolegle z umiejętnościami technicznymi.

Najważniejszym wyzwaniem jest zatem nie tyle zapewnienie młodym ludziom dostępu do technologii, ile stworzenie warunków do rozwijania świadomej, krytycznej i odpowiedzialnej sprawczości. Wymaga to połączenia edukacji medialnej, wsparcia psychologicznego, współpracy międzypokoleniowej oraz refleksji nad systemowymi uwarunkowaniami funkcjonowania platform.

Medialna sprawczość nie oznacza pełnej kontroli nad środowiskiem cyfrowym. Oznacza zdolność do świadomego działania w jego granicach, rozpoznawania tych granic, korzystania ze wsparcia i współtworzenia bardziej odpowiedzialnej kultury medialnej.

W tym sensie przejście od kontroli do sprawczości stanowi istotny kierunek rozwoju edukacji medialnej 4.0.

Struktura analizy empirycznej: Kody i subkategorie

Graf 1. Rodzaje kompetencji i zachowań przedstawicieli pokolenia alfa obrazujące jego medialną sprawczość



Graf wygenerowany na podstawie danych jakościowych (MAXQDA) z przeprowadzonej analizy empirycznej.
Na podstawie publikacji A. Ogonowska, A. Walecka-Rynduch, *Pokolenie Alfa i media cyfrowe. Teoria i rzeczywistość*, Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków 2026.

Kontekstualizacja wyników badań własnych w świetle współczesnych analiz pokolenia Alfa

Ostatnim elementem prezentowanego Raportu jest odniesienie wyników przeprowadzonych przez nas badań do innych analiz obecnych we współczesnym dyskursie naukowym i edukacyjnym, które - ze względu na czas publikacji - nie zostały uwzględnione w książce *Pokolenie Alfa i media cyfrowe. Teoria i rzeczywistość* (Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków 2026). Zestawienie tych opracowań pozwala osadzić nasze ustalenia w szerszym kontekście badawczym, a zarazem wskazać obszary wymagające dalszych analiz.

Jednym z istotnych punktów odniesienia jest raport Alpha Insights. Raport o Pokoleniu Alfa, opublikowany 15 września 2026 roku przez [Fundację Półtorej Minuty \(2026\)](#). Opracowanie to łączy przegląd blisko 70 badań z Polski i świata z wynikami własnego badania jakościowego przeprowadzonego wśród 17 nastolatków w wieku 13–16 lat. Jego celem jest skonfrontowanie utrwalonych wyobrażeń o pokoleniu Alfa z wynikami badań oraz doświadczeniami samych młodych ludzi.

Z punktu widzenia naszych analiz szczególnie interesujące są ustalenia dotyczące sposobów korzystania z narzędzi cyfrowych i oceny wiarygodności dostępnych za ich pośrednictwem informacji. Autorzy raportu wskazują, że Google i narzędzia sztucznej inteligencji są często wykorzystywane przez młodych ludzi, lecz stosunkowo rzadko traktowane jako wiarygodne źródła wiedzy. Młodzi poszukują w nich przede wszystkim szybkich odpowiedzi, co nie musi oznaczać przypisywania tym narzędziom statusu autorytetu poznawczego. Obserwacja ta stanowi ważny punkt wyjścia do dalszych badań nad przemianami autorytetu, zaufania do źródeł informacji oraz sposobami weryfikowania wiedzy w środowisku cyfrowym.

Wspólnym obszarem problemowym, łączącym wyniki Alpha Insights z ustaleniami przedstawionymi w naszym Raporcie, jest zatem kwestia autorytetów pokolenia Alfa oraz kompetencji jego przedstawicieli w zakresie krytycznej oceny i weryfikacji informacji. W naszych badaniach przedstawicielki i przedstawiciele tego pokolenia osadziłyśmy w perspektywie kultury prefiguratywnej, w której tradycyjny kierunek przekazywania wiedzy i kompetencji między pokoleniami ulega odwróceniu lub istotnemu przekształceniu. Perspektywa ta skłania do rewizji tradycyjnych sposobów definiowania i oceniania kompetencji cyfrowych, komunikacyjnych oraz społecznych młodych ludzi. W przypadku pokolenia Alfa ekspert nie jest bowiem wyłącznie zewnętrznym obserwatorem i interpretatorem rzeczywistości, lecz staje się również uczestnikiem relacji, której dynamikę sam musi rozpoznawać i rozumieć.

W analizowanych przez nas obszarach tematycznych podkreślałyśmy znaczenie krytycznego myślenia, weryfikowania fałszywych informacji oraz rozpoznawania rzeczywistych profili kompetencji cyfrowych młodych ludzi, funkcjonujących w złożonym i wymagającym środowisku medialnym. Jednocześnie zwracałyśmy uwagę na kształtowanie się relacji zaufania wobec agentów sztucznej inteligencji oraz na możliwość przypisywania im funkcji poznawczych tradycyjnie wiązanych z autorytetami. Zestawienie naszych ustaleń z wynikami Alpha Insights wskazuje na potrzebę dalszego badania tego, w jaki sposób młodzi ludzie rozpoznają autorytety, oceniają wiarygodność źródeł i podejmują decyzje na podstawie informacji uzyskiwanych za pośrednictwem technologii. Istotne jest przy tym rozróżnienie między częstotliwością korzystania z narzędzi cyfrowych, zaufaniem do generowanych przez nie odpowiedzi a rzeczywistą umiejętnością ich krytycznej weryfikacji.

Kolejnym ważnym punktem odniesienia jest [Ogólnopolskie Badanie Higieny Cyfrowej Dorosłych](#) – długofalowa inicjatywa badawcza realizowana od 2022 roku przez Fundację „Instytut Cyfrowego Obywatelstwa” we współpracy z Fundacją Orange. Badanie dostarcza wiedzy na temat praktyk korzystania z technologii przez osoby dorosłe, które – rozpatrywane w perspektywie kultury prefiguratywnej – mogą stanowić istotny kontekst dla analizowania wzorców zachowań medialnych kształtujących się u młodszych pokoleń. Nie oznacza to bezpośredniego przenoszenia ustaleń dotyczących dorosłych na dzieci i młodzież, lecz uwzględnienie szerszego środowiska społecznego, w którym rozwijają się ich nawyki i strategie korzystania z mediów.

Istotnym walorem tego nurtu badań jest perspektywa prozdrowotna i behawioralna. Analizowane są związki między korzystaniem z technologii a zdrowiem fizycznym i psychicznym, z uwzględnieniem takich zagadnień, jak stres cyfrowy, sen i przebudźcowanie. Przedmiotem zainteresowania są również codzienne nawyki związane z higieną cyfrową, między innymi odkładanie telefonu przed snem czy kontrolowanie powiadomień. Wyniki tych badań poszerzają perspektywę interpretacyjną naszych analiz, pozwalając uwzględnić znaczenie środowiska rodzinnego i społecznego oraz praktyk osób dorosłych dla kształtowania cyfrowej codzienności młodego pokolenia. Higiena cyfrowa i dobrostan nie powinny być bowiem analizowane wyłącznie jako rezultat indywidualnych decyzji młodych użytkowników, lecz także w odniesieniu do wzorców zachowań, norm i warunków funkcjonowania ich otoczenia.

Szczególnie istotnym punktem odniesienia dla naszych analiz jest raport [Internet dzieci 2026](#), zaprezentowany 15 czerwca 2026 roku w Sejmie RP. Opracowanie łączy monitoring rzeczywistych zachowań najmłodszych użytkowników internetu z analizą ekspercką dotyczącą konsekwencji ich aktywności cyfrowej. Tegoroczna edycja rozszerza perspektywę badawczą: poza korzystaniem z poszczególnych aplikacji i czasem ekranowym uwzględnia również narzędzia sztucznej inteligencji, ekonomię uwagi, mechanizmy projektowania angażujących produktów cyfrowych oraz zagadnienia związane ze zdrowiem publicznym i funkcjonowaniem społeczeństwa.

Dane przedstawione w raporcie wskazują na dużą skalę obecności dzieci w środowisku cyfrowym. Według opublikowanych wyników z tzw. mediów społecznościowych korzysta 60% dzieci i młodzieży poniżej 15. roku życia, a 43% badanych w wieku 7–14 lat używa najpopularniejszego chatbota AI. Autorzy zwracają również uwagę na kontakt dzieci z reklamami alkoholu oraz na mechanizmy platform, które mogą zwiększać intensywność korzystania z usług cyfrowych. Ustalenia te są istotne dla badań nad medialną sprawczością pokolenia Alfa, ponieważ pozwalają rozpatrywać aktywność dzieci w kontekście nie tylko ich indywidualnych kompetencji i wyborów, lecz także architektury środowiska technologicznego, w którym funkcjonują.

Autorzy raportu podkreślają, że analiza zachowań najmłodszych użytkowników internetu wymaga uwzględnienia właściwości platform i usług cyfrowych, w tym mechanizmów rekomendacji algorytmicznych, automatycznego odtwarzania treści, nieskończonego przewijania oraz systemów powiadomień. Rozwiązania te mogą wpływać na sposób organizowania aktywności użytkowników i utrudniać świadome zarządzanie czasem spędzanym w sieci. W perspektywie naszych badań szczególnie ważne staje się zatem pytanie o zakres sprawczości dzieci w środowisku projektowanym przez platformy, a także o warunki rozwijania autonomii, krytycznego myślenia i umiejętności świadomego zarządzania własną aktywnością medialną.

Wnioski płynące z raportu Internet dzieci 2026 należy rozpatrywać również na tle innych badań dotyczących funkcjonowania dzieci i młodzieży w środowisku cyfrowym, w tym [raportów NASK](#) poświęconych aktywności nastolatków, badania Sprawdzian 13+, opracowań Fundacji Dajemy Dzieciom Siłę oraz [badań dotyczących higieny cyfrowej i aktywności fizycznej młodzieży w Polsce](#). Zestawienie tych źródeł może pomóc w identyfikowaniu powtarzających się tendencji i różnic między grupami wiekowymi, a także w określaniu obszarów wymagających dalszej eksploracji. Przy porównywaniu wyników konieczne jest jednak uwzględnienie odmienności metodologicznych, zakresu badanych populacji i przyjętych wskaźników.

Wyniki raportu Internet dzieci 2026 wykazują zbieżność z obserwacjami uzyskanymi w toku naszych wywiadów pogłębionych. Szczególnie istotna jest możliwość zestawienia doświadczeń i praktyk młodych użytkowników z mechanizmami komercyjnego angażowania ich uwagi oraz algorytmicznego organizowania ich aktywności. Perspektywa ta wnosi istotny wkład w debatę nad psychospołecznym portretem pokolenia dorastającego w warunkach intensywnej mediatyzacji, komercjalizacji i algorytmizacji codzienności. Nabiera ona dodatkowej znaczenia w kontekście współczesnej infosfery, w której dezinformacja, manipulacja i postprawda stanowią istotne wyzwania dla procesów poznawczych i społecznych. Zbieżność ustaleń nie oznacza przy tym, że badania te mierzą dokładnie te same zjawiska; stanowi raczej przesłankę do dalszego porównywania wyników oraz pogłębiania interpretacji.

Raport „Diagnoza Młodzieży 2026” to kompleksowe opracowanie przygotowane na zlecenie Ministerstwa Edukacji Narodowej przez ekspertów Polskiego Towarzystwa Polityki Społecznej (PTPS). Przedstawia najważniejsze współczesne wyzwania rozwojowe i społeczne młodego pokolenia w ośmiu obszarach: rodzina i środowisko wychowawcze, tożsamość i relacje, zdrowie i kapitał psychologiczny, cyfrowy ekosystem życia, edukacja i rozwój zaangażowanie obywatelskie, praca i kompetencje zawodowe, samodzielność finansowa i mieszkaniowa (ORE, 2026). Wskazano w nim, co istotne z punktu widzenia naszego badania, „młodzież jest zanurzona w cyfrowym środowisku od wczesnego dzieciństwa bez adekwatnej ochrony i przygotowania”. Medialna sprawczość pokolenia Alfa powinna zatem być ściśle połączona i rozpatrywana z projektami edukacji medialnej i ochroną małoletnich w sieci.

Analiza współczesnego dyskursu dotyczącego rozwoju medialnego i kompetencji cyfrowych pokolenia Alfa stanowi ważne zadanie badawcze, ale również element odpowiedzialności środowiska naukowego i edukacyjnego. W świetle przywołanych opracowań oraz wyników naszych badań można wskazać trzy wzajemnie powiązane obszary, wokół których warto koncentrować dalsze analizy: higienę cyfrową i dobrostan, krytyczne myślenie oraz edukację medialną. Nie są to odrębne pola problemowe, lecz wymiary wzajemnie się warunkujące. Praktyki higieny cyfrowej wiążą się z dobrostanem i sposobami regulowania własnej aktywności; krytyczne myślenie wspiera ocenę wiarygodności informacji i rozpoznawanie mechanizmów manipulacji; edukacja medialna zaś może tworzyć warunki do rozwijania kompetencji, autonomii i sprawczości niezbędnych do funkcjonowania w złożonym środowisku cyfrowym. Przygotowane przez nas raporty stanowią próbę włączenia się w tę debatę oraz rozwijania ram interpretacyjnych umożliwiających wielowymiarową analizę tych procesów.

Raport Medialna sprawczość pokolenia Alfa, rozpatrywany na tle przywołanych opracowań, wskazuje na użyteczność zaproponowanych przez nas modeli teoretycznych w analizie współczesnej infosfery i doświadczeń medialnych młodego pokolenia. Pozwala również wyodrębnić kilka istotnych obszarów problemowych. Pierwszy dotyczy trudności w rozpoznawaniu zaawansowanych form manipulacji wizualnej i audiowizualnej, w tym deepfake’ów, oraz innych narzędzi wykorzystywanych w działaniach dezinformacyjnych. Zagadnienia te bezpośrednio wiążą się z rozwojem krytycznego myślenia i kompetencji w zakresie oceny wiarygodności informacji.

Drugi obszar obejmuje dominację czasu ekranowego nad innymi formami aktywności oraz możliwe przekształcenia codziennych nawyków, w tym rodzinnych sposobów spędzania czasu. Problematyka ta kieruje uwagę ku higienie cyfrowej i dobrostanowi, przy czym wymaga uwzględnienia zróżnicowania praktyk medialnych oraz ich społecznych i rodzinnych uwarunkowań. Trzeci obszar wiąże się z przemianami edukacji formalnej, zwłaszcza z rozwijaniem poczucia sprawczości i autonomii, wzmacnianiem kompetencji medialnych oraz tworzeniem warunków sprzyjających dobrostanowi psychicznemu dzieci i młodzieży.

Wskazane obszary nie wyczerpują złożoności doświadczeń medialnych pokolenia Alfa, wyznaczają jednak istotne kierunki dalszych badań i działań edukacyjnych. Ich wspólnym mianownikiem jest potrzeba odejścia od uproszczonego postrzegania kompetencji cyfrowych jako zestawu umiejętności technicznych na rzecz ujęcia uwzględniającego relacje społeczne, uwarunkowania poznawcze, praktyki codzienne oraz warunki instytucjonalne. Dopiero taka perspektywa pozwala analizować medialną sprawczość młodych ludzi nie tylko w kategoriach tego, co potrafią zrobić z technologią, lecz także tego, w jaki sposób rozumieją jej działanie, oceniają jej konsekwencje i podejmują świadome decyzje w środowisku cyfrowym.

Bibliografia

- Ogonowska, A. (2025). Rodzicielska membrana i domowa kultura cyfrowa. Przypadek pokolenia Alfa. *Studia Edukacyjne*, 77, 7–24.
- Ogonowska, A., & Walecka-Rynduch, A. (2026). *Pokolenie Alfa i media cyfrowe. Teoria i rzeczywistość*. Kraków: Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego.
- Fundacja Półtorej Minuty (2026). *Alfa Insights. Raport o Pokoleniu Alfa*. Dostępne online: <https://api.ngo.pl/media/get/286478> (także: <https://www.poltorejminuty.pl/raport>).
- Instytut Cyfrowego Obywatelstwa & Fundacja Orange (2022–2026). *Ogólnopolskie Badanie Higieny Cyfrowej Dorosłych*. Dostępne online: <https://cyfroweobywatelstwo.pl/badania/>
- Fundacja Instytut Cyfrowego Obywatelstwa (2026). *Raport „Internet dzieci 2026”*. Dostępne online: <https://higienacyfrowa.pl/publikacje/internet-dzieci/>
- NASK (2025). *Nastolatki 3.0. Raport z ogólnopolskiego badania uczniów*. Dostępne online: https://www.nask.pl/media/2025/09/Nastolatki_RAPORT-2.pdf
- Media Panel (2026). *Rozmowa o dzieciach, platformach algorytmicznych i odpowiedzialności za bezpieczeństwo w sieci*. Dostępne online: <https://media-panel.pl/pl/aktualnosci/rozmowa-o-dzieciach-platformach-algorytmicznych-i-odpowiedzialnosci-za-bezpieczenstwo-w-sieci/45>
- Polskie Towarzystwo Polityki Społecznej / MEN / ORE (2026). *Raport „Diagnoza Młodzieży 2026”*. Dostępne online: <https://ore.edu.pl/2026/03/raport-diagnoza-mlodziezy-2026/>