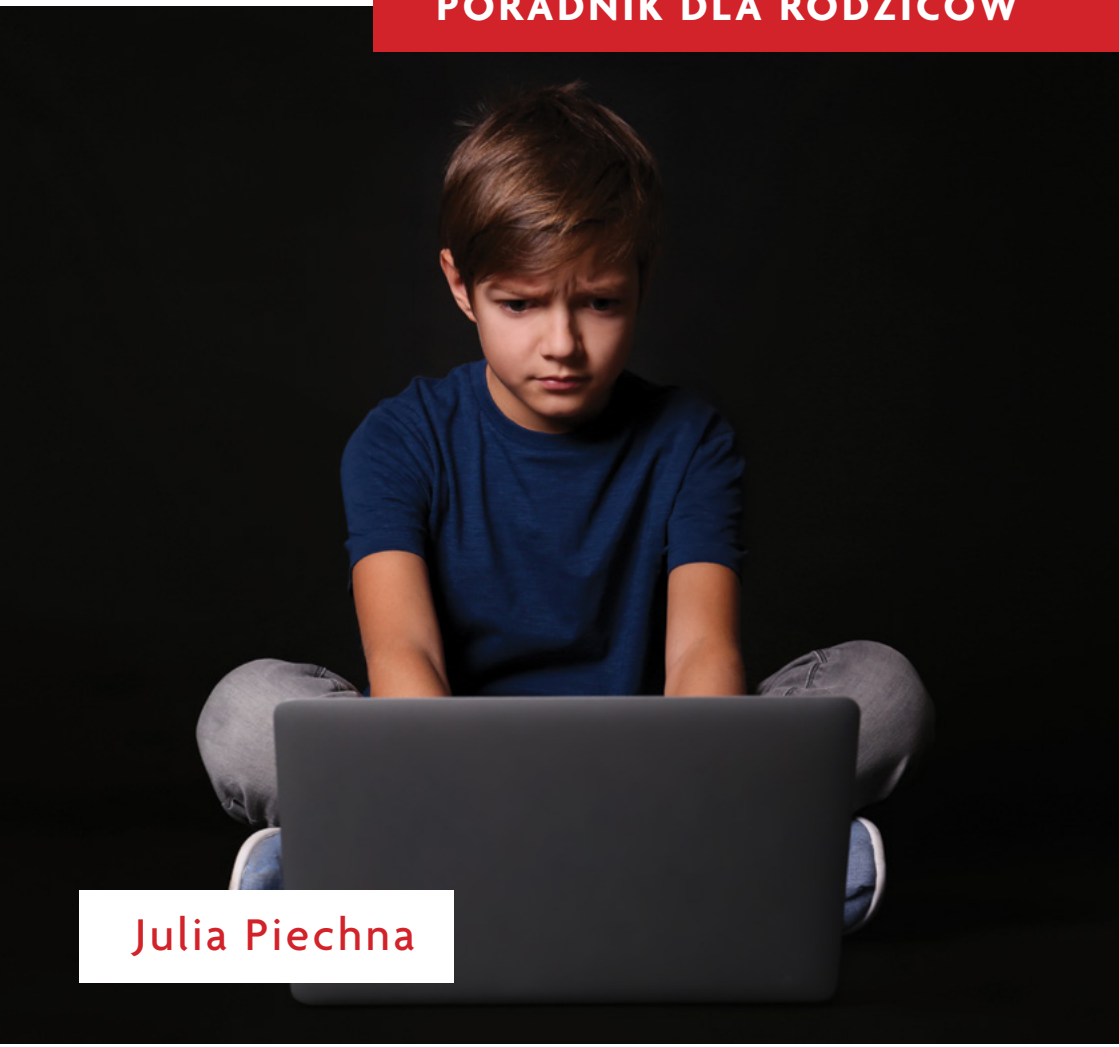
SZKODLIWE TREŚCI W INTERNECIE

NIE AKCEPTUJĘ, REAGUJĘ!

PORADNIK DLA RODZICÓW



Julia Piechna

NASK akademia

NASK

Autorka: **Julia Piechna**

Korekta: **Marta Bełza**

Layout, projekt okładki i skład: **Aneta Witecka**

Publikacja jest rozpowszechniana na zasadach licencji Creative Commons Uznanie autorstwa – Użycie niekomercyjne 4.0 Międzynarodowa Licencja Publiczna (CC BY-NC)

Zdjęcia na okładce: Adobe Stock

NASK Państwowy Instytut Badawczy
ul. Kolska 12
01-045 Warszawa
www.nask.pl

Wydanie I, dodruk
Warszawa 2020

ISBN: 978-83-65448-19-4

Druk
LOTOS Poligrafia, ul. Wał Miedzeszyński 98, 04-987 Warszawa

Publikacja została wydrukowana w ramach projektu „Kampanie edukacyjno-informacyjne na rzecz upowszechniania korzyści z wykorzystywania technologii cyfrowych", współfinansowanego z Programu Operacyjnego Polska Cyfrowa 2014-2020. Projekt jest realizowany przez Kancelarię Prezesa Rady Ministrów (wcześniej Ministerstwo Cyfryzacji) we współpracy z Państwowym Instytutem Badawczym NASK.

SZKODLIWE TREŚCI W INTERNECIE

NIE AKCEPTUJĘ, REAGUJĘ!

PORADNIK DLA RODZICÓW

Julia Piechna

NASK akademia

NASK

Zdj. Adobe Stock

SPIS TREŚCI

WSTĘP **6**
CZYM SĄ SZKODLIWE TREŚCI W INTERNECIE? **8**
SZKODLIWE MATERIAŁY W LICZBACH **11**
RODZAJE SZKODLIWYCH TREŚCI **14**
KONSEKWENCJE KONTAKTU DZIECI ZE SZKODLIWYMI TREŚCIAMI **22**
ANTIDOTUM, CZYLI JAK CHRONIĆ DZIECKO PRZED SZKODLIWYMI TREŚCIAMI W INTERNECIE **25**
GDZIE MOŻESZ SZUKAĆ POMOCY? **34**
PRZYDATNE STRONY **36**
BIBLIOGRAFIA **37**

WSTĘP

Internet to bez wątpienia potęga. Korzysta z niego już 4,5 miliarda osób, czyli ponad połowa populacji Ziemi! (Internet World Stats, dane z czerwca 2019 r.). Same media społecznościowe, które w ostatnich latach zdominowały naszą codzienną aktywność, mają ponad 3,4 miliarda użytkowników (Datareportal, 2019). W wyszukiwarkę Google codziennie wpisujemy hasła ponad 5 miliardów razy (Hosting Facts, 2018). Jesteśmy także niezwykle aktywni w tworzeniu treści. Każdego dnia na blogach pojawiają się 4 miliony nowych wpisów, a na samym Twitterze zamieszczamy ponad 500 milionów postów!

Spróbuj teraz wyobrazić sobie ten ogrom informacji, zdjęć i filmów, a przede wszystkim tempo ich zamieszczania online. Zgubiłeś się w tym gąszczu informacyjnym? Zupełnie się nie dziwimy. Jak zatem mają się w tym odnaleźć dzieci, które przeglądają sieć znacznie mniej świadomie i są bardziej podatne na wpływy?

W natłoku treści, z którymi nieustannie się spotykamy, tylko część z nich niesie wartość edukacyjną, rozwija kompetencje poznawcze i społeczne. Młodym ludziom bardzo łatwo zetknąć się z materiałami, które mają na nich szkodliwy wpływ i mogą zostawić ślad w ich psychice i więziach społecznych. O czym mowa? Chociażby o pornografii, filmach zachęcających do wulgarnych zachowań, poradach podszytych fałszywą troską, czy treściach, które namawiają do samookaleczania, a nawet samobójstw.

Każde dziecko jest narażone. Badania pokazują, że tylko 28% polskich 9–17-latków jednoznacznie zadeklarowało, że nie miało styczności z niebezpiecznymi treściami (Pyżalski, Zdrodowska, Tomczyk, 2019).

Dostęp do technologii cyfrowych to dziś codzienność niemal każdego dziecka i nie jesteśmy w stanie już tego powstrzymać. Tym bardziej, że internet to mnóstwo zalet: pomaga w nauce, w nawiązywaniu relacji z rówieśnikami,

w ciekawym spędzaniu czasu. Aby dzieci mogły w pełni korzystać z jego potencjału, dorośli powinni zadbać o ich bezpieczeństwo w sieci. Tymczasem statystyki pokazują, że filtry rodzinne i inne rozwiązania, które ograniczają dostęp naszych pociech do zagrożeń w internecie, cieszą się znikomą popularnością. 11,3% nastolatków potwierdza, że ich rodzice stosują takie zabezpieczenia, a blisko 55% - że nie są objęci podobną kontrolą (Bochenek, Lange, 2019).

Jako rodzice stajemy dziś przed nowymi wyzwaniami i sytuacjami, przed którymi musimy chronić nasze dzieci. Nie sposób omówić wszystkich z nich, jednak w naszym poradniku przedstawiamy wybrane niebezpieczne zjawiska oraz ich wpływ na dzieci. Zachęcamy do tej niezwykle ważnej lektury!

Zdj. Adobe Stock

CZYM SĄ SZKODLIWE TREŚCI W INTERNECIE?

To materiały, które mogą wywołać negatywne emocje u odbiorcy, destrukcyjnie wpływać na rozwój emocjonalny, poznawczy i społeczny dzieci oraz młodzieży (Livingston, Smith, 2014). Treści te promują niebezpieczne zachowania i dlatego są nieodpowiednie dla młodego odbiorcy.

Jak dziecko może trafić na szkodliwe treści?

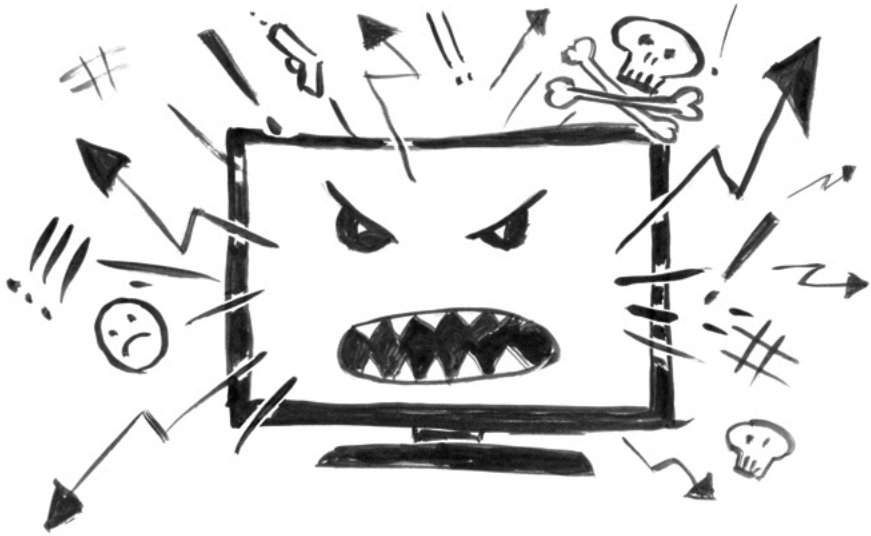
- mylne lub celowe wyniki wyszukiwania;
- spam;
- reklama;
- adresy zapamiętane przez przeglądarkę;
- materiały udostępnione przez znajomych dziecka;
- „przeklikanie się" na inną stronę;
- wiadomości zawierające treści pornograficzne przesyłane przez osoby o skłonnościach pedofilskich (jest to jeden z etapów w procesie uwodzenia, który ma na celu oswojenie dziecka ze sferą seksu).

Jakie materiały są szkodliwe dla dziecka?

Bardzo dynamicznie zmieniają się sposoby korzystania z internetu, technologie cyfrowe ewoluują, pojawiają się nowe trendy, inne możliwości, a za tym kolejne wyzwania, niebezpieczne zachowania i nowe materiały, które powstają tylko po to, aby szkodzić. Przykładowo – jeszcze kilka lat temu nikt nie mówił o tzw. fake newsach, patostreamach, czy internetowych challengeach.

Do szkodliwych treści zalicza się przede wszystkim:

- Treści obrazujące przemoc, obrażenia fizyczne bądź śmierć, np. zdjęcia/filmy prezentujące ofiary wypadków, okrucieństwo wobec zwierząt;
- Treści nawołujące do samookaleczeń, samobójstw, zachowań szkodliwych dla zdrowia (np. restrykcyjne diety), czy materiały promujące zażywanie niebezpiecznych substancji (np. narkotyków);
- Treści dyskryminacyjne, promujące wrogość, a nawet nienawiść;
- Treści pornograficzne dostępne bez żadnego ostrzeżenia, w tym materiały prezentujące relacje seksualne z wykorzystaniem przemocy, nietypowe i dewiacyjne zachowania seksualne, a także materiały prezentujące seksualne wykorzystywanie dzieci;
- Fałszywe wiadomości (tzw. fake news), często o charakterze sensacyjnym, publikowane w mediach w celu zmanipulowania i wprowadzenia odbiorcy w błąd dla osiągnięcia korzyści, np. finansowych, politycznych;
- Patostreamy, czyli relacje na żywo w sieci prezentujące zachowania określane i postrzegane jako patologiczne. Są to np. relacje z libacji alkoholowych, zażywania narkotyków, materiały prezentujące agresywne zachowania, wyzwiska, bójki.



Zdj. Adobe Stock

Zdj. Adobe Stock

SZKODLIWE MATERIAŁY W LICZBACH

Dostęp najmłodszych użytkowników internetu do materiałów, które mogą ich zaniepokoić, jest dość łatwy i powszechny.

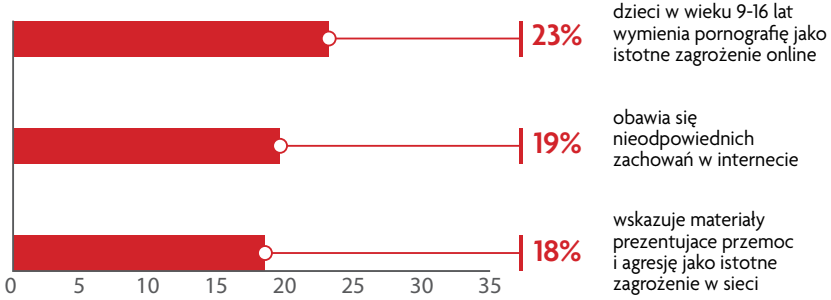
Najczęściej wymieniane przez dzieci zagrożenia, których się obawiają to:

- pornografia;
- przemoc;
- agresja;
- drastyczne sceny;
- nieodpowiednie zachowania (Livingstone, Kirwil, Ponte, 2013).

Najczęściej wymieniane emocje związane ze szkodliwymi treściami to:

- obrzydzenie;
- strach.

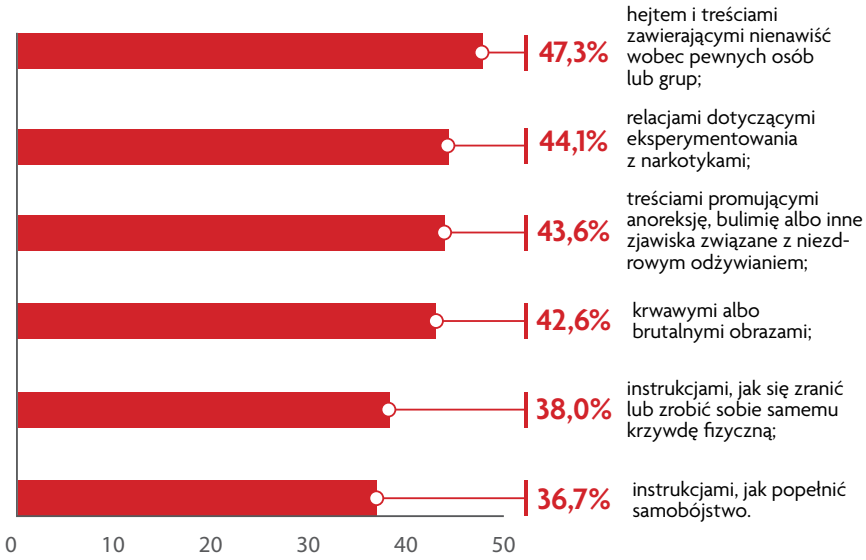
Badania mówią, że aż **43% dzieci i nastolatków w wieku 11-18 lat miało kontakt z materiałami pornograficznymi i seksualizującymi, 18% nastolatków w Polsce ma kontakt z pornografią co najmniej raz w tygodniu, w tym 8% – codziennie** (Wojtasik, Wójcik, Włodarczyk, Makaruk, 2017).



Źródło: In their own words: What bothers children online? Sonia Livingstone, Lucyna Kirwil, Cristina Ponte and Elisabeth Staksrud, with the EU Kids Online network, 2013.

Dzieci i młodzież dość często narażone są na kontakt z niebezpiecznymi materiałami online. Najczęściej wśród nich wskazują mowę nienawiści, relacje z eksperymentowania z narkotykami, materiały promujące restrykcyjne diety, czy też krwawe albo brutalne obrazy (Pyżalski, Zdrodowska, Tomczyk, 2019).

Nastolatki w wieku 11-17 lat:
Odpowiedzi na pytanie: ***Miałem styczność w sieci z...***



Źródło: Polskie badanie EU Kids Online 2018.

Szczególnie niebezpieczną kategorią materiałów są **patotreści**, które prezentują zachowania sprzeczne z normami społecznymi i niosą demoralizujący przekaz. Jak pokazują badania Fundacji Dajemy Dzieciom Siłę, **ogląda je aż 37% młodych ludzi** w Polsce. **38%** osób, które miały z nimi styczność uważa, że te materiały **pokazują prawdziwe życie**, zaś **18%** zadeklarowało, że niektórzy **autorzy tego typu nagrań im imponują** (Wójcik, Wojtasik, Kępka, 2019).

Dzieci deklarują oglądanie patostreamów częściej, niż zdają sobie z tego sprawę ich rodzice.

11,8% rodziców twierdzi, że ich dziecko ogląda patostreamy

23,4% nastolatków potwierdziło, że ogląda patostreamy

Źródło: Rodzice Nastolatków 3.0. Raport z ogólnopolskiego badania społecznego, NASK, 2019.

Zdj. Adobe Stock

RODZAJE SZKODLIWYCH TREŚCI

Nie sposób wziąć pod lupę wszystkich materiałów w internecie, z którymi ze względu na szkodliwy przekaz, dzieci nie powinny mieć styczności. Tempo rozwoju technologii cyfrowych jest niezwykle dynamiczne, co powoduje że jutro możemy mierzyć się z nowymi wyzwaniami i zagrożeniami, o których dziś jeszcze nie słyszeliśmy. Spróbujmy jednak omówić wybrane niebezpieczne zjawiska oraz ich konsekwencje.

⚠ TREŚCI POKAZUJĄCE PRZEMOC

Treści przemocowe obrazujące, m.in. krwawe, brutalne sceny, obrażenia fizyczne, okrucieństwo wobec ludzi lub zwierząt, wulgarny i obraźliwy język, a nawet śmierć.

Przekazy tego typu udostępniane są w postaci filmów, zdjęć, transmisji na żywo w sieci, różnego rodzaju informacji dostępnych online, komunikacji między użytkownikami w internetowych grupach dyskusyjnych. Są też obecne w grach. Dzielenie się materiałami opartymi na przemocy nierzadko traktowane jest jak rozrywka. Treści tego rodzaju nie brakuje w serwisach społecznościowych, czy kanałach filmowych. Nastolatki mają do nich łatwy dostęp i chętnie dzielą się nimi z rówieśnikami lub szerszą internetową publicznością.

W internecie jest też wiele publikacji, które **promują szkodliwe postawy społeczne**. Mowa tutaj o tzw. patotreściach, które definiuje się jako treści prezentowane w postaci transmisji internetowych, filmów lub zdjęć obejmujących takie zachowania jak: przemoc fizyczna, psychiczna, seksualna, libacje alkoholowe, poniżanie, zażywanie narkotyków i inne (Wójcik, Wojtasik, Kępka, 2019). Takie materiały cieszą się dużą popularnością, dlatego niektórym dzieciom wydaje się, iż to szybka i przyjemna droga do zrobienia kariery w sieci. Tym bardziej, że autorzy patostreamów nie tylko mają swoich fanów, ale także pozyskują od nich środki finansowe przez specjalne platformy, które umożliwiają darowizny.

Publikowanie materiałów zawierających przemoc (poza nielicznymi wyjątkami, np. rozpowszechnianie pornografii związanej z prezentowaniem przemocy

czy szerzenie nienawiści na tle rasowym) nie jest zabronione prawem. Brakuje też skutecznych mechanizmów ich weryfikacji przed opublikowaniem. W konsekwencji – bardzo trudno z tym walczyć. Dlatego dla ochrony dziecka przed tego typu treściami nie do przecenienia jest uważność, zaangażowanie i świadomość rodzica, który interesuje się tym, co robi jego dziecko w internecie.

⚠ TREŚCI AUTODESTRUKCYJNE

Są szczególnie groźne, ponieważ zachęcają młodych ludzi do **zachowań zagrażających zdrowiu, a nawet życiu**. W sieci nie brakuje wskazówek, jak popełnić samobójstwo, treści promujących samookaleczanie, czy relacji z eksperymentowania ze szkodliwymi substancjami (np. narkotykami, lekami). Publikują je pojedyncze osoby, ale czasem powstają specjalne grupy, które specjalizują się w podobnym „doradztwie". Nierzadko nie tylko zawierają dokładne instrukcje, jak sobie zrobić krzywdę, ale wręcz do tego zachęcają i przekonują, że to jedyny słuszny sposób, żeby poradzić sobie z trudnościami.

W internecie łatwo także znaleźć materiały, które promują restrykcyjne diety i nakłaniają do **zachowań anorektycznych i bulimicznych**. Nastolatki mogą na nie trafić zupełnie przypadkowo, szukając tematów związanych ze zdrowym stylem życia, np. zbilansowaną dietą. Dla osób, które są w grupie ryzyka zachorowania na zaburzenia związane z odżywianiem, takie informacje mogą być potencjalnie bardzo niebezpieczne. Wyniki badań przeprowadzonych w ostatnich latach pokazują, że 41,5% dziewcząt i 14,3% chłopców w wieku 14–17 lat miało kontakt z treściami promującymi skrajne odchudzanie (Makaruk, Włodarczyk, Michalski, 2017). To wiek, w którym odbiorcy są szczególnie wrażliwi na punkcie swojego wyglądu, a tym samym podatni na takie sugestie. Pierwsze objawy anoreksji występują średnio w 15. roku życia (w przypadku bulimii ok. 20. roku życia). Nierzadkie są jednak przypadki anoreksji u dziewczynek w wieku poniżej 12 lat (Brudkiewicz, 2012).

⚠ ONLINE CHALLENGE

To **internetowe wyzwania** (z ang. challenge – wyzwanie), które cieszą się popularnością przede wszystkim wśród młodzieży. Polegają one na umieszczaniu w sieci filmów, zdjęć, których bohaterowie wykonują różne zadania, niejednokrotnie bardzo dziwne, czy wręcz zagrażające ich zdrowiu lub życiu.

Przykłady niebezpiecznych internetowych wyzwań:

- **Vacuum challenge** – wyzwanie polega na tym, że jedna osoba wchodzi do plastikowego worka, zaś druga odsysa z niego powietrze odkurzaczem.
- **Pass out challenge** – osoba podejmująca wyzwanie przykuca i zaczyna szybko, płytko oddychać. Następnie dynamicznie wstaje i wkładając kciuk do ust, wstrzymuje oddech (takie działanie powoduje, że do mózgu nie jest transportowany tlen, co może skutkować utratą przytomności).
- **Tide Pod Challenge** – wyzwanie polega na zjedzeniu kapsułek do prania.
- **Bird Box Challenge** – wyzwanie polega na wykonywaniu różnych czynności z zawiązanymi oczami. Jego uczestnicy filmują się, wykonując codzienne czynności z opaskami na oczach.

Wyobraź sobie teraz, że twoje dziecko podejmuje któreś z powyższych internetowych wyzwań. Najmłodsi mogą być kompletnie nieświadomi ich konsekwencji. Dla nich może to być „tylko" zabawa, czy próba zdobycia popularności w swojej grupie rówieśniczej, a od tragedii jest tylko krok. W sieci nie brakuje wciąż nowych i zdecydowanie bardziej drastycznych niż wymienione powyżej pomysłów na wyzwanie.

Zdj. Adobe Stock

⚠ FAŁSZYWE INFORMACJE

Zjawisko zwane potocznie ***fake news*** polega na publikowaniu w mediach fałszywych informacji, które mają zmanipulować odbiorcę i wprowadzić go w błąd dla osiągnięcia korzyści finansowych, politycznych, prestiżowych, czy ideologicznych. Publikowane są w postaci, np. tweetów, postów w serwisach społecznościowych, memów, newsów w serwisach informacyjnych, tekstów propagandowych. Często charakteryzuje je sensacyjna, przesadzona, szokująca forma, która ma przykuć uwagę.

Rozpowszechnianie fałszywych informacji w sieci może być wspierane przez mechanizmy technologiczne, np. fabryki trolli (osoby piszące komentarze na czyjeś zamówienie), fałszywe, zautomatyzowane konta, sztuczną inteligencję, boty.

Dezinformacja jest znana nie od dziś, ale dopiero w dobie internetu i zawrotnego tempa publikowania wiadomości, jej oddziaływanie niebezpiecznie się zintensyfikowało i umożliwiło manipulowanie opinią publiczną na niespotykaną dotąd skalę. Fake news to skuteczne narzędzie propagandy, a poprzez kreowanie nieprawdziwego obrazu rzeczywistości może wywierać negatywny wpływ na emocje, poglądy, czy zachowania społeczeństwa.

Mając na uwadze fakt, że fałszywe informacje mogą narzucać decyzje podejmowane przez nas – dorosłych (np. w sferze wyborów politycznych, zachowań konsumenckich, czy nawet w kwestii dbałości o zdrowie) należy tym bardziej pamiętać, że szczególnie negatywny wpływ mogą mieć na najmłodszych odbiorców. Przykładem może być gra ***Niebieski wieloryb***, która wstrząsnęła mediami i zasiała strach w niejednej szkole czy rodzinie. W 2017 r. pojawiły się w Polsce pierwsze doniesienia medialne przestrzegające przed niebezpieczeństwami, jakie niesie ta gra. Miała być adresowana do dzieci. Polegała na wykonywaniu przez uczestnika zadań zlecanych mu przez tajemniczego opiekuna. Wyzwania te były niebezpieczne i zagrażające zdrowiu, a nawet życiu dziecka np. samookaleczanie, oglądanie filmów

wywołujących negatywne emocje. Finalnym etapem miało być popełnienie przez uczestnika samobójstwa.

O tym zjawisku informowały praktycznie wszystkie polskie media. Komunikaty miały zwrócić uwagę na niebezpieczeństwa, z którymi dzieci mogą mieć styczność w sieci. W efekcie jednak sytuacja wymknęła się spod kontroli, cała sprawa była bowiem typowym przykładem fake news. Polskie media nie dotarły do prawdziwych źródeł wiadomości i bezrefleksyjnie powielały zmyślone informacje. Zalała nas fala komunikatów o rosnącej liczbie ofiar gry. Zdarzało się także, że publikowano listę zadań do wykonania, nie zabrakło też nagłówków, które wywołały ogólną panikę i lęk. Nie pozostało to bez wpływu na rodziców, opiekunów, nauczycieli, czy same dzieci. W szkołach organizowano apele, ostrzegano rodziców, rozmawiano o tym z uczniami. Także działający w NASK zespół Dyżurnet.pl otrzymywał niepokojące sygnały o zachowaniach niektórych dzieci i nastolatków, którzy zainspirowani nieprawdziwą grą, nie tylko dokonywali samookaleczeń, ale również podejmowali próby samobójcze (Chojnacka, Kwaśnik, 2019).

Wymyślona informacja, powtarzana wielokrotnie, stała się prawdą. Gra z początku fikcyjna, wykreowana przez media, stała się częścią rzeczywistości. Skąd się wziął ten fake news? Wszystko zaczęło się od artykułu na rosyjskim portalu „Nowaja Gazeta" z 16 maja 2016 r. Autorka opisywała śledztwo związane ze śmiercią dwóch nastolatek, łącząc jednocześnie (bez dostatecznych podstaw) grę w wieloryba ze śmiercią 130 dzieci. Tekst ten dobrze się klikał, w efekcie był przedrukowywany przez kolejne media, czasem wzbogacany o nowe szczegóły, czasem tylko parafrazowany. 16 lutego 2017 r. na tym samym rosyjskim portalu ukazuje się kolejny artykuł tej samej autorki, w którym zjawisko ma już skalę globalną, a do akcji rzekomo wkraczają rosyjskie cybersłużby. Temat jeszcze bardziej zyskuje na popularności, jest publikowany przez media na świecie, dociera także do Polski (Napiórkowski, 2017).

Przypadek ten pokazuje, jak duże niebezpieczeństwo niesie bezrefleksyjne kopiowanie i wklejanie sensacyjnych wiadomości, zamiast rzetelnego informowania i weryfikacji źródeł. W sieci nie brakuje niestety innych przypadków tego typu.

⚠ TREŚCI NIELEGALNE

Szkodliwe treści internetowe nie zawsze naruszają prawo. Są jednak takie, których rozpowszechnianie w sieci jest karalne. Działający w NASK zespół Dyżurnet.pl (punkt kontaktowy, gdzie można je zgłaszać) wyszczególnia następujące kategorie (Raport Dyżurnet.pl za rok 2018):

- **Materiały przedstawiające seksualne wykorzystywanie dziecka**
  Polskie prawo zabrania rozpowszechniania, prezentowania, przechowywania lub posiadania treści pornograficznych z udziałem dziecka poniżej 18 roku życia.
- **Materiały przedstawiające „twardą" pornografię**
  Polskie prawo zabrania rozpowszechniania i publicznego prezentowania pornografii związanej z prezentowaniem przemocy lub posługiwaniem się zwierzęciem.
- **Treści propagujące rasizm i ksenofobię**
  Polskie prawo zabrania propagowania faszystowskiego lub innego totalitarnego ustroju państwa oraz nawoływania do nienawiści na tle różnic narodowościowych, etnicznych, rasowych, wyznaniowych lub ze względu na bezwyznaniowość.
- **Inne nielegalne treści**
  Treści niedotyczące żadnej z powyższych kategorii np. propagowanie lub pochwalanie zachowań o charakterze pedofilskim, uwodzenie dziecka poniżej 15 r.ż. przez internet.

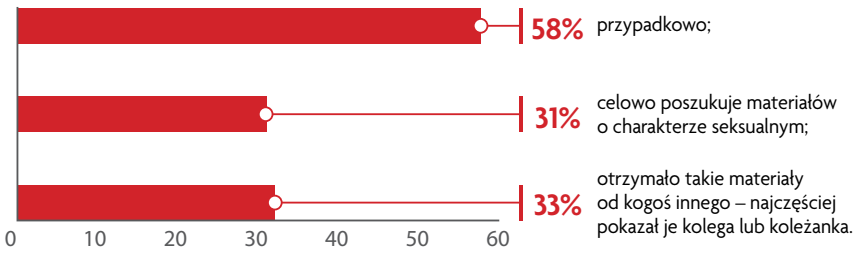
Uwaga. Treści pornograficzne! Weźmy je pod lupę.

W pierwszym półroczu roku 2019 eksperci działającego w NASK zespołu Dyżurnet.pl przeanalizowali łącznie 8 407 incydentów. Z tej liczby 1 491 zostało zaklasyfikowanych jako treści przedstawiające seksualne wykorzystywanie dzieci.

Przyjrzyjmy się bliżej prawnemu ujęciu treści pornograficznych oraz materiałów przedstawiających wykorzystywanie dzieci w celach seksualnych. Polskie prawo karne mówi o tego typu nielegalnych treściach przede wszystkim w art. 200 oraz 202 Kodeksu karnego:

- doprowadzanie małoletniego poniżej 15 lat do oddania się czynnościom seksualnym (art. 200 §1 KK);
- prezentowanie małoletniemu poniżej 15 lat treści pornograficznych (art. 200 §3 KK);
- prezentowanie małoletniemu poniżej 15 lat wykonania czynności seksualnych (art. 200 §4 KK);
- reklama lub promocja działalności polegającej na rozpowszechnianiu treści pornograficznych w sposób umożliwiający zapoznanie się z nimi małoletniemu poniżej lat 15 (art. 200 §5 KK);
- uwodzenie za pomocą internetu małoletniego poniżej lat 15 (grooming) (art. 200 §1 i §2 KK);
- publicznie propagowanie lub pochwalanie zachowań o charakterze pedofilskim (art. 200 b KK);
- publiczna prezentacja treści pornograficznych w taki sposób, że może to narzucić ich odbiór osobie, która tego sobie nie życzy (art. 202 §1 KK), a także małoletniemu poniżej 15. roku życia i/lub udostępniania mu przedmiotów o takim charakterze (art. 202 §2 KK);
- treści pornograficzne z udziałem małoletniego (art. 202 §3 KK);
- treści pornograficzne związane z prezentowaniem przemocy lub posługiwaniem się zwierzęciem (art. 202 §3 KK);
- treści pornograficzne przedstawiające wytworzony albo przetworzony wizerunek małoletniego uczestniczącego w czynności seksualnej (art. 202 §4b KK).

Jak nastolatki trafiają na pornografię?



Źródło: „Kontakt dzieci i młodzieży z pornografią. Co wiemy i co możemy zrobić?", Warszawa: Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę, 2017.

Należy pamiętać także o tym, że prezentowanie dziecku materiałów pornograficznych (również takich, które ukazują dziecko w kontekstach seksualnych) może być **elementem procesu uwodzenia przez osobę o skłonnościach pedofilskich**. Ma to na celu oswojenie młodego odbiorcy z seksem i zachęcenie go do podjęcia aktywności w tej sferze.

Uwaga. Treści rasistowskie! Co mówi prawo?

Kiedy mówimy o treściach propagujących rasizm i ksenofobię, należy pamiętać, że w myśl polskiego prawa nielegalne jest:

- publiczne propagowanie faszystowskiego lub innego totalitarnego ustroju państwa lub nawoływanie do nienawiści na tle różnic narodowościowych, etnicznych, rasowych, wyznaniowych albo ze względu na bezwyznaniowość (art. 256 KK);
- publiczne znieważanie grupy ludności albo poszczególnej osoby z powodu jej przynależności narodowej, etnicznej, rasowej, wyznaniowej albo z powodu jej bezwyznaniowości (art. 257 KK).

Zdj. Adobe Stock

KONSEKWENCJE KONTAKTU DZIECI ZE SZKODLIWYMI TREŚCIAMI

Rozwój technologii mobilnych wiąże się nie tylko z dostępem do pozytywnych i edukacyjnych materiałów, ale także tych, które mogą mieć negatywny wpływ na prawidłowy rozwój i funkcjonowanie młodzieży. Treści obrazujące przemoc (także seksualną) mogą negatywnie oddziaływać na psychikę dzieci, wywołując **lęk**, a także/lub prowadzić do **agresywnych postaw** wobec innych osób. Najmłodsi odbiorcy mogą wykazywać **niższy poziom wrażliwości na krzywdę**, jak również empatii i gotowości do niesienia pomocy (Mrug, Madan, Cook, 2015).

Liczne badania potwierdzają, że im bardziej brutalne filmy ktoś ogląda w dzieciństwie, tym częściej jako nastolatek lub dorosły posługuje się przemocą (Turner, Hesse, Peterson-Lewis, 1981).

Kontakt z negatywnymi informacjami, których młody człowiek nie potrafi odpowiednio zinterpretować i którym bezgranicznie wierzy, może prowadzić u niego do trwałego **pogorszenia nastroju, obniżenia poczucia bezpieczeństwa**, a w efekcie **do wypaczenia obrazu rzeczywistości** (Rywczyńska, Wójcik, 2018).

Stopień oddziaływania szkodliwych treści na najmłodszych odbiorców zależy od wielu czynników. Nie tylko od rodzaju materiału, ale także od wieku dziecka, czynników osobowościowych, sytuacji życiowej, wzorców zachowań, środowiska, w którym dziecko się wychowuje. Ten sam obraz może oddziaływać na różne osoby z różnym nasileniem – u jednej wywoła dyskomfort, u innej zaś spowoduje większe szkody psychiczne.

Warto zwrócić uwagę także na fakt, że młodzi ludzie mają dużą potrzebę akceptacji i prestiżu w swojej grupie rówieśniczej. Według Zimbardo konformizm wobec rówieśników osiąga szczyt w wieku około 12-15 lat (Zimbardo, 1999). Niejednokrotnie to popularność online i kojarzone z nią profity finansowe stają się dziś wartościami dla młodzieży. Można więc wysunąć wniosek, że to właśnie nastolatki są najbardziej skłonne do podejmowania zachowań, które mają ich przybliżyć do osiągnięcia celów ważnych dla ich grupy rówieśniczej. Mogą, np. angażować się w działania antyspołeczne i naśladować autorów patostremów, żeby zdobyć podobną popularność i korzyści finansowe.

Nie bez znaczenia jest także negatywny wpływ komunikatów nakłaniających do działań autodestrukcyjnych, takich jak np. stosowanie wyniszczających organizm diet, samookaleczanie, czy testowanie różnych substancji odurzających. Okres dojrzewania nastolatków cechuje potrzeba poznawania świata, ciekawość, a w związku z tym kontakt z tego typu przekazami może wzmocnić chęć eksperymentowania i niebezpiecznego przekraczania granic. Skutkiem tego poczucie bezpieczeństwa oraz **kondycja psychofizyczna dziecka mogą zostać poważnie naruszone.**

Należy także zwrócić uwagę na negatywne oddziaływanie przekazów medialnych, które promując wyidealizowany wygląd i przesadnie smukłe sylwetki, wywierają na młodych ludzi **presję, aby dążyli do idealnego wizerunku.** Belgijskie badania, obejmujące młodzież pomiędzy 13 a 17 rokiem życia wskazują, że wchodzenie na strony pro-anorexia (zachęcające do zachowań anorektycznych) powiązane jest u dziewcząt z dążeniem do chudości, wpływa na pogorszenie oceny swojego wyglądu i zwiększa dążenie do perfekcjonizmu (Custers, Van den Bulck, 2009). Efektem oglądania stron pro-ana może też być rzeczywiste wdrożenie w życie restrykcyjnych zasad żywieniowych. Taki wynik uzyskano w jednym z eksperymentów przeprowadzonych w grupie amerykańskich studentek. Młode kobiety, po dwóch 45-minutowych sesjach przeglądania stron pro-ana, znacząco obniżały ilość kalorii w codziennych posiłkach (Jett, LaPorte i Wanchisn, 2010).

Młody odbiorca jest także bardzo podatny na manipulacje informacyjne. Nieprawdziwe wiadomości publikowane online mogą zachęcać do podejmowania działań zagrażających zdrowiu lub życiu i powodować, że

będzie miał fałszywe przekonania na jakiś temat. To może sprawić, że świat stanie się dla dziecka niezrozumiały i odbierany jako niebezpieczny. Szczególnie szkodliwy wpływ na rozwój psychoseksualny dzieci i młodzieży ma pornografia oraz inne materiały o charakterze seksualnym. Prezentują one często nieprawdziwe, a czasem wręcz szkodliwe zachowania i wzorce, tym samym kształtują skrzywione spojrzenie dziecka na seksualność. Wiąże się z tym wiele innych negatywnych konsekwencji, np. uzależnienie od pornografii, promowanie przedmiotowego traktowania drugiego człowieka, zwłaszcza kobiet, podejmowanie ryzykownych zachowań seksualnych. Osoby, które kiedykolwiek miały kontakt z pornografią, trzy razy częściej otrzymują nagie lub półnagie zdjęcia (seksting), a także pięć razy częściej je wysyłają. Natomiast ci spośród młodych internautów, którzy codziennie korzystają z dostępu do pornografii, dwukrotnie częściej odbywają wczesną inicjację seksualną (przed ukończeniem 15 lat). Zaobserwowano ponadto zależność między intensywnym oglądaniem pornografii a stosowaniem przemocy seksualnej. Dodatkowo treści pornograficzne mogą być dla nastolatków źródłem **nieadekwatnych wzorów wyglądu i kompleksów dotyczących własnego ciała** (Wojtasik, Wójcik, Włodarczyk, 2017).

OBJAWY – czyli możliwe konsekwencje kontaktu dziecka ze szkodliwymi treściami:

- lęk, niepokój, obniżenie poczucia bezpieczeństwa;
- wypaczony obraz rzeczywistości;
- pogorszenie nastroju;
- demoralizacja i zachowania sprzeczne z normami społecznymi;
- znieczulenie na losy ofiar przemocy;
- agresywna postawa wobec innych;
- ryzykowne zachowania i działania antyspołeczne;
- fałszywe poglądy na sferę seksualności.

ANTIDOTUM, CZYLI JAK CHRONIĆ DZIECKO PRZED SZKODLIWYMI TREŚCIAMI W INTERNECIE

Dzielenie się i powszechne publikowanie treści online nigdy nie było prostsze i szybsze. Dzięki nowoczesnym technologiom dzieci mają możliwość rozwijania swoich zainteresowań. W sieci budują swoje społeczności, poszukują rozrywki, czy poznają świat. Równolegle jednak są narażone w internecie na styczność z materiałami, które mogą negatywnie zadziałać na ich psychikę. Niestety, wciąż brakuje skutecznych mechanizmów weryfikacji treści przed opublikowaniem, co powoduje, że bardzo trudno walczyć z tymi, które nie powinny znajdować się w zasięgu najmłodszych. Dlatego nie do przecenienia jest uważność, zaangażowanie i świadomość rodzica, który towarzyszy dziecku również online i przygląda się jego zainteresowaniom. Poniżej prezentujemy kilka praktycznych porad, które pomogą zadbać o bezpieczeństwo naszej pociechy w internecie.

KROK 1. BĄDŹ Z DZIECKIEM W WIRTUALNYM ŚWIECIE

Staraj się towarzyszyć swojemu dziecku od początku jego przygody z internetem. Tak jak trzymasz je za rękę, kiedy stawia pierwsze kroki, tak samo czuwaj podczas jego aktywności online. Odpowiednio **dopasowuj zasoby internetowe** (strony www, aplikacje, gry) **do wieku i etapu rozwoju** młodego człowieka. Pamiętaj, że umiejętnie dobrane treści mogą wspierać jego rozwój emocjonalny, społeczny, czy poznawczy. Wspólnie z dzieckiem angażuj się w wirtualne aktywności. Razem możecie się tam bawić, czy odkrywać świat. W internecie nie brakuje ciekawej i wartościowej oferty. Warto skorzystać, np. z prowadzonego przez Fundację Dajemy Dzieciom Siłę katalogu BeStApp dostępnego jako aplikacja (dla systemu Android) oraz na stronie www.fdds.pl/bestapp, a także katalogu dziecięcych stron internetowych BeSt dostępnego pod adresem www.fdds.pl/best.

Zdj. Adobe Stock

KROK 2. USTAL ZASADY KORZYSTANIA Z SIECI

Twoje dziecko korzysta z internetu, a może ma już swój pierwszy smartfon? Ale czy ustaliliście zasady dotyczące jego aktywności online? To ważny krok, by chronić pociechę przed kontaktem z nieodpowiednimi treściami. Pamiętaj, że te warunki powinniście ustalić wspólnie z dzieckiem. Omówcie je kolejno, zastanówcie się, z czym się wiążą. Upewnij się także, czy dziecko je rozumie i wytłumacz, dlaczego decydujesz się na pewne ograniczenia. Ważne, abyście oboje je zaakceptowali. Kontrakt, w którego opracowaniu uczestniczą wszystkie strony, ale także zgadzają się na jego zapisy, ma większą szansę być przestrzeganym. Pamiętaj, aby w codziennej rozmowie wracać do tematu zasad korzystania z internetu, kiedy nadarzy się ku temu okazja lub zaistnieje taka potrzeba.

Przy ustalaniu zasad warto zwrócić uwagę na:

- **CZAS:** Czas korzystania z sieci powinien być ograniczony. Zaleca się, aby dzieci w wieku wczesnoszkolnym nie korzystały z urządzeń ekranowych dłużej niż dwie godziny dziennie.
- **OGRANICZONY DOSTĘP:** Najmłodsze dzieci nie powinny samodzielnie korzystać z wyszukiwarek, portali społecznościowych i innych serwisów dających nieograniczony dostęp do treści. Korzystanie z internetu powinno odbywać się pod twoją kontrolą, a także z uwzględnieniem ograniczeń wiekowych narzucanych przez serwisy.
- **PRYWATNOŚĆ:** Dzieci nie powinny samodzielnie publikować treści online, szczególnie prywatnych informacji, filmów, zdjęć. Zwróć dziecku uwagę na zagrożenia związane z publikacją wizerunku i osobistych informacji.
- **INFORMOWANIE:** Umów się ze swoim dzieckiem, że za każdym razem kiedy trafi w sieci na nieodpowiednie treści lub coś je zaniepokoi, natychmiast cię o tym poinformuje. Pozwoli ci to odpowiednio zareagować i uchronić swoją pociechę przed ewentualnymi dalszymi negatywnymi skutkami takiego zdarzenia.

KROK 3. ROZMAWIAJ I INTERESUJ SIĘ

Ogromnie ważne jest, aby budować w dziecku przekonanie o tym, że jest ważne dla swoich rodziców, że się nim interesują, że może im powierzyć

swoje problemy. Pamiętaj o tym, że wiele aktywności twojej pociechy jest związanych z internetem, a jej zainteresowania często przenoszą się do wirtualnego świata. Dlatego staraj się regularnie o tym z nią rozmawiać. Zaangażuj się - pytaj dziecko o jego doświadczenia online, sukcesy, potknięcia, o to, jak spędza czas, co je absorbuje, co niepokoi, z czym się zmaga. W ten sposób masz szansę zapewnić mu poczucie bezpieczeństwa i przekonanie, że może ci ufać. Ponadto, dziecko będzie bardziej skłonne powiedzieć ci o niepokojącej sytuacji, bo nie będzie się bać konsekwencji, czy krytyki. Dzięki temu będziesz na bieżąco z przeżyciami dziecka, a także dowiesz się o wszelkich niepokojących zdarzeniach, np. o kontakcie ze szkodliwymi treściami.

KROK 4. ODPOWIEDNIO PRZYGOTUJ SPRZĘT

Zanim udostępnisz swojemu dziecku urządzenia mobilne, odpowiednio je przygotuj. Skorzystaj z rozwiązań technicznych, które blokują nieodpowiednie dla najmłodszych treści podczas odwiedzania stron internetowych i uruchamiania aplikacji. Na rynku istnieje obecnie bardzo wiele narzędzi kontroli rodzicielskiej. To, m.in. programy autonomiczne, oprogramowanie wbudowane w system operacyjny, czy funkcje bezpiecznego wyszukiwania w wyszukiwarkach internetowych.

- **Oprogramowanie do kontroli rodzicielskiej:** programy tego typu umożliwiają, m.in. filtrowanie treści, kontrolowanie czasu i aktywności dziecka online. Dostępne są w postaci aplikacji na smartfony i tablety do kupienia/bezpłatnego pobrania w sklepach online właściwych dla danego systemu operacyjnego lub w postaci programów komputerowych do pobrania z sieci lub kupienia w sklepie.

- **Oprogramowanie wbudowane w system operacyjny:** większość najpopularniejszych systemów operacyjnych komputera oferuje wbudowane opcje kontroli rodzicielskiej. Ich aktywacja (dostępna w panelu sterowania) umożliwia, m.in. kontrolowanie czasu korzystania z urządzenia oraz ograniczenie dostępu do wskazanych gier i aplikacji. W przypadku tabletów i smartfonów z systemem Android warto odpowiednio skonfigurować Google Play, przeglądarkę oraz aplikację serwisu YouTube. Nowsze wersje systemu dają także

możliwość stworzenia dla dziecka profilu ograniczonego. W przypadku systemu iOS warto skorzystać z funkcji „Ograniczenia" (dostępna w ustawieniach ogólnych), aby uniemożliwić dziecku dostęp do wybranych treści na urządzeniach mobilnych typu iPad, iPhone.

Funkcje bezpiecznego wyszukiwania: wyszukiwarki internetowe dają także bezpłatną możliwość bezpiecznego wyszukiwania. Przykładem może być SafeSearch (dla wyszukiwarki Google) i Bezpieczne wyszukiwanie (dla przeglądarki Bing). Pozwalają one blokować w wynikach wyszukiwania treści niepożądane.

Więcej o dostępnych rozwiązaniach wraz z filmami instruktażowymi znajdziesz na stronie www.dzieckowsieci.pl.

Pamiętaj!
Żadne rozwiązanie techniczne nie daje gwarancji ochrony dziecka przed kontaktem ze szkodliwymi treściami. Narzędzia tego typu są jedynie uzupełnieniem codziennej troski o jego bezpieczeństwo. Miej na uwadze to, że dziś młodzi ludzie korzystają z internetu przede wszystkim za pośrednictwem urządzeń mobilnych, głównie swoich smartfonów. Dlatego tym trudniej jest mieć pieczę nad ich codziennymi aktywnościami.

KROK 5. PAMIĘTAJ O GRACH KOMPUTEROWYCH

Czy słyszałeś może o Systemie Klasyfikacji Gier (PEGI)? Wspomaga on rodziców podczas zakupu gier komputerowych. System PEGI pozwala oceniać gry pod względem zawartych w nich treści (także tych niebezpiecznych), a także kryterium wiekowego użytkownika. PEGI nie odnosi się natomiast do umiejętności graczy. System ten oznacza również gry, które przeznaczone są tylko i wyłącznie dla osób dorosłych (oznaczenie PEGI 18). Warto zaznaczyć, że systemem PEGI lub podobnymi do niego posługują się największe sklepy z aplikacjami na urządzenia mobilne.
Więcej na www.pegi.info/pl.

Oznaczenia stosowane w klasyfikacji gier PEGI.

Deskryptory treści.

Źródło: www.pegi.info

KROK 6. WYSŁUCHAJ, TŁUMACZ, WSPIERAJ

Bardzo ważne jest, **aby nie krytykować dziecka, nie oceniać i nie obwiniać** za zdarzenie, w wyniku którego miało ono kontakt z treściami, powodującymi u niego lęk, niepokój, czy naruszającymi jego spokój psychiczny. Daj szansę swojemu dziecku i wysłuchaj, co się dokładnie wydarzyło, z jakimi emocjami się zmaga. Wytłumacz mu sytuację, w której się znalazło.

Ucz swoją pociechę krytycznego podejścia do informacji zamieszczanych online. Tłumacz, że nie każda taka wiadomość jest prawdziwa, a w internecie nie brakuje też szkodliwych porad. Zapoznaj swoje dziecko ze sposobami weryfikacji wiedzy pozyskiwanej w sieci. **Ucz dystansu** do popularnych w sieci niebezpiecznych trendów, np. internetowych challengów, które przekraczają kolejne granice. Wyjaśnij, że poszukiwanie poklasku poprzez podejmowanie tego typu działań może nieść negatywne konsekwencje dla zdrowia, a nawet życia. Pamiętajmy, że w wirtualnym świecie nie brakuje akcji, które wnoszą coś dobrego i w pozytywny sposób angażują użytkowników. Przykładem takich alternatywnych internetowych wyzwań może być #offlinechallengepl (odłącz się od sieci na 48 h), czy #trashtagchallenge (zaangażuj się w sprzątanie

planety). Pokazuj dziecku **dobre i konstruktywne sposoby korzystania z zasobów internetowych**. Razem możecie poszukać takich rozwiązań.

Porozmawiaj z dzieckiem o tym, że sieć może stać się idealną przestrzenią dla osób głoszących radykalne poglądy czy dla tych, którzy prezentują rażące, szokujące i agresywne zachowania, aby zdobyć jak największą popularność albo korzyści finansowe. Wyjaśnij także, że w internecie (zwłaszcza na portalach społecznościowych) bardzo często promuje się wyidealizowany świat i nierealne do osiągnięcia kanony piękna. Wspieraj dziecko w budowaniu przez nie swojego wizerunku online. Zaszczep mu nawyk dbałości o prywatność, tłumacz jak duże znaczenie ma to dla bezpieczeństwa. Rozmawiaj także o tym, co warto publikować w internecie, a czego lepiej nie ujawniać.
Na pewno bardzo ważny jest zbalansowany przekaz – w komunikacji z dzieckiem musimy zwracać uwagę zarówno na pozytywne, jak i na negatywne strony wirtualnej rzeczywistości. Jeśli będziemy wyłącznie straszyć i bazować na tym negatywnym potencjale, nie dogadamy się i nie porozumiemy z dzieckiem, gdyż internet to ważne dla niego medium.

KROK 7. NIE PANIKUJ. REAGUJ!

Jeśli dowiesz się, że twoje dziecko miało kontakt z treściami przemocowymi, autodestrukcyjnymi, czy pornograficznymi, nie wpadaj w panikę. Zachowaj spokój, porozmawiaj z dzieckiem i postaraj się ustalić okoliczności zdarzenia.

Zawsze też reaguj na podobne zdarzenia. Jakie działania możesz podjąć?

Porozmawiaj z wychowawcą lub rodzicami kolegów dziecka. Taka rozmowa jest niezbędna w sytuacji, kiedy dziecko przyznało, że do kontaktu ze szkodliwymi treściami doszło poza domem – w szkole, domu rówieśników. Pomocni w interwencji mogą być konsultanci prowadzonego przez Fundację Dajemy Dzieciom Siłę bezpłatnego **Telefonu dla Rodziców i Nauczycieli w sprawach Bezpieczeństwa Dzieci 800 100 100**. Więcej na www.800100100.pl.

Zgłoś szkodliwe treści. W serwisach informacyjnych, forach internetowych, portalach społecznościowych, czy na jakiejkolwiek stronie, która daje możliwość komentowania, zamieszczania postów, zdjęć, czy filmów, mogą

pojawić się treści wulgarne, obraźliwe, stanowiące zniesławienie, zniewagę lub inne łamiące regulamin serwisu. W sytuacji, kiedy ty lub twoje dziecko traficie w sieci na niewłaściwe materiały, nie bądź obojętny – **zgłoś je do administratora strony lub moderatora forum dyskusyjnego**. Serwisy internetowe zazwyczaj posiadają przyciski lub formularze, za pomocą których można zgłosić nieodpowiednią treść. W przypadku ich braku należy wykorzystać dane zamieszczone w pozycji „Kontakt" danej witryny. Art. 14 Ustawy z dnia 18 lipca 2002 r. o świadczeniu usług drogą elektroniczną mówi o tym, że jeśli administrator otrzyma urzędowe zawiadomienie lub uzyska wiarygodną wiadomość (np. zgłoszenie) o bezprawnym charakterze danych lub związanej z nimi działalności, musi niezwłocznie dane usunąć albo wykazać gotowość do ich usunięcia. Jeśli administrator nie reaguje na zgłoszenie, może stać się odpowiedzialny za naruszający prawo wpis nawet innego użytkownika.

Pamiętaj, aby zgłaszając szkodliwe treści, powołać się na odpowiedni przepis regulaminu danego serwisu oraz dołączyć dowody naruszenia (jeśli jest to konieczne).

Niektóre serwisy posiadają rozbudowany system wsparcia dla użytkowników i zgłaszania nadużyć:

Centrum Pomocy Facebooka https://pl-pl.facebook.com/help/
Centrum Pomocy Google https://support.google.com/
Centrum Pomocy YouTube https://support.google.com/youtube/
Twitter https://help.twitter.com/pl/rules-and-policies/twitter-rules
Instagram https://help.instagram.com/154475974694511/

Szkodliwe treści, a zwłaszcza te które łamią przepisy prawa, można także zgłosić anonimowo do Dyżurnet.pl. Jest to zespół ekspertów NASK, działający jako punkt kontaktowy do zgłaszania nielegalnych treści w internecie, szczególnie związanych z seksualnym wykorzystywaniem dzieci. Szczegółowe informacje znajdziesz na stronie https://dyzurnet.pl/.

Wszelkiego rodzaju działania nielegalne online (np. oszustwo finansowe, stalking, obraza uczuć religijnych, zniewaga, zniesławienie, a także te wymienione w części „Treści nielegalne") należy także zgłosić do prokuratury lub na Policję.

Sprawy dotyczące poważnych zagrożeń teleinformatycznych, takich jak phishing, czy stron instalujących złośliwe oprogramowanie należy zgłaszać do działającego w NASK zespołu CERT Polska poprzez formularz: https://www.cert.pl/zglos-incydent/.

Zdj. Adobe Stock

GDZIE MOŻESZ SZUKAĆ POMOCY?

Istnieją różne zespoły i linie pomocowe zajmujące się sprawami dotyczącymi bezpieczeństwa dzieci, także w internecie. Na stronach tych instytucji znajdziesz informacje i wskazówki, które podpowiedzą ci, jak postępować w przypadku kontaktu dziecka ze szkodliwymi treściami. Możesz również skorzystać ze wsparcia i porad pracujących tam specjalistów, dzwoniąc na infolinię, korzystając z czatu lub wysyłając e-mail. Z takiej pomocy może także skorzystać twoje dziecko – dla dzieci prowadzone są specjalne strony internetowe i infolinie.

☎ 800 100 100 – TELEFON DLA RODZICÓW I NAUCZYCIELI
Bezpłatna i anonimowa pomoc telefoniczna i online dla rodziców i nauczycieli, którzy potrzebują wsparcia i informacji w zakresie przeciwdziałania przemocy, a także pomocy psychologicznej dzieciom przeżywającym kłopoty i trudności, takie jak: agresja i przemoc w szkole, cybeprzemoc i zagrożenia związane z nowymi technologiami, wykorzystanie seksualne, kontakt z substancjami psychoaktywnymi, depresja i obniżony nastrój, myśli samobójcze, zaburzenia odżywiania. Linia czynna jest od poniedziałku do piątku w godzinach 12:00–15:00. Więcej informacji znajdziesz na stronie https://800100100.pl/.

☎ 116 111 – TELEFON ZAUFANIA DLA DZIECI I MŁODZIEŻY
Bezpłatny i anonimowy telefon dla dzieci i młodzieży prowadzony przez Fundację Dajemy Dzieciom Siłę. Telefon dostępny jest codziennie od 12:00 do 2:00 w nocy. Dzieci i młodzież mogą także zarejestrować się na stronie internetowej i napisać wiadomość do konsultantów pełniących dyżur online. Więcej informacji znajdziesz na stronie https://116111.pl/.

☎ 800 12 12 12 – DZIECIĘCY TELEFON ZAUFANIA RZECZNIKA PRAW DZIECKA
Bezpłatna działająca całodobowo telefoniczna linia interwencyjna dla dzieci i młodzieży. Osoby dorosłe mogą zgłaszać problemy dzieci lub rażące

zaniedbania względem nich. Telefon jest czynny od poniedziałku do piątku w godzinach od 8:15 do 20:00. Więcej informacji na stronie https://brpd.gov.pl/telefon-zaufania.

☎ DYŻURNET.PL
Zespół ekspertów NASK, działający jako punkt kontaktowy do zgłaszania nielegalnych treści w internecie, szczególnie związanych z seksualnym wykorzystywaniem dzieci. Zgłoszenia o potencjalnie nielegalnych treściach można przekazywać za pomocą formularza, na adres e-mailowy lub za pomocą infolinii 0 801 615 005. Szczegółowe informacje znajdziesz na stronie https://dyzurnet.pl/.

Zdj. Adobe Stock

PRZYDATNE STRONY

Jeśli chciałbyś dowiedzieć się więcej o tym, jak dbać o bezpieczeństwo dziecka w sieci, zachęcamy cię do odwiedzenia stron internetowych instytucji działających na rzecz bezpieczeństwa najmłodszych użytkowników internetu. Znajdziesz na nich ciekawe informacje, materiały i porady dotyczące nie tylko szkodliwych treści online.

- Akademia NASK www.akademia.nask.pl
- Polskie Centrum Programu Safer Internet www.saferinternet.pl
- Strona kampanii „Nie zagub dziecka w sieci” www.gov.pl/niezagubdzieckawsieci
- Dyżurnet.pl www.dyzurnet.pl
- CERT Polska www.cert.pl
- Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę www.fdds.pl
- Fundacja Orange www.fundacja.orange.pl
- Strona kampanii „Chroń dziecko w sieci” www.dzieckowsieci.pl
- Fundacja Dbam o Mój Z@sięg www.dbamomojzasieg.com/

BIBLIOGRAFIA:

- Bochenek M., Lange R. (red.), (2019), Nastolatki 3.0. Raport z ogólnopolskiego badania uczniów, Warszawa: NASK – Państwowy Instytut Badawczy.
- Brudkiweicz P., (2012), Anoreksja (jadłowstręt psychiczny) [online: https://www.centrumdobrejterapii.pl/materialy/anoreksja-jadlowstret-psychiczny/, dostęp z dn. 26.09.2019].
- Chojnacka O., Kwaśnik A., (2019), Analiza fake news w kontekście przypadków obserwowanych przez zespół Dyżurnet.pl, w: „Zjawisko dezinformacji w dobie rewolucji cyfrowej. Państwo. Społeczeństwo. Polityka. Biznes.", Warszawa: NASK – Państwowy Instytut Badawczy, 2019, s. 35.
- Custers, K., Van den Bulck, J. (2009). Viewership of pro-anorexia websites in seventh, ninth and eleventh graders. *European Eating Disorders Review*, Vol. 17(3), s. 214–219
- Datareportal (2019) [https://datareportal.com/reports/digital-2019-global-digital-overview, dostęp z dn. 30.09.2019].
- Dyżurnet.pl [online: https://dyzurnet.pl/faq.html#1, dostęp z dn. 27.09.2019].
- Dyżurnet.pl Raport 2018 (2018), Warszawa: NASK – Państwowy Instytut Badawczy, 2018 [online: https://dyzurnet.pl/download/multimedia/raporty/raport_2018.pdf, dostęp z dn. 27.09.2019].
- Dz.U. 2014 poz. 538 (Ustawa z dnia 4 kwietnia 2014 r. o zmianie ustawy – Kodeks karny oraz niektórych innych ustaw) [online: http://prawo.sejm.gov.pl/isap.nsf/DocDetails.xsp?id=WDU20140000538, dostęp z dn. 27.09.2019].
- Hosting Facts (2018) [online: https://hostingfacts.com/internet-facts-stats/, dostęp z dn. 30.09.2019].
- Internet World Stats (2019) [online: https://www.internetworldstats.com/stats.htm, dostęp z dn. 30.09.2019].
- Jett, S., LaPorte, D. J., Wanchisn, J. (2010). Impact of exposure tp pro-eating disorder websites on eating behaviour in college women, European Eating Disorders Review, Vol. 18(5), s. 410-416
- Lange R., (2019), Rodzice Nastolatków 3.0. Raport z ogólnopolskiego badania społecznego, Warszawa: NASK – Państwowy Instytut Badawczy, 2019.
- Livingstone S., Kirwil L., Ponte C., Staksrud E., (2013), In their own words: what bothers children online?, with the EU Kids Online network [online: http://www.lse.ac.uk/media@lse/research/EUKidsOnline/EU%20Kids%20III/Reports/Intheir-ownwords020213.pdf, dostęp z dn. 24.91.2019].

- Livingstone S., Smith P.K., (2014), Annual research review: Harms experienced by child users of online and mobile technologies: The nature, prevalence and management of sexual and aggressive risks in the digital age. „Journal of child psychology and psychiatry", 55 (6), 635– 654.
- Makaruk K., Włodarczyk J., Michalski P., (2017), Kontakt dzieci z pornografią. Raport z badań, Warszawa: Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę [online: https://www.saferinternet.pl/pliki/Raport-kontakt_dzieci_i_mlodziezy_z_pornografia.pdf, dostęp z dn. 27.09.2019].
- Mrug S., Madan A., Cook E.W., Wright R.A., (2015), Emotional and physiological desensitization to real-life and movie violence, „Journal of youth and adolescence", nr 44 (5), s. 1092–1108.
- Napiórkowski M., (2017), Niebieski wieloryb. Krótko o nowej niebezpiecznej legendzie, w: „Mitologia współczesna", blog z dnia 11.03.2017 r. [online: http://mitologiawspolczesna.pl/niebieski-wieloryb-krotko-o-nowej-niebezpiecznej-legendzie/ dostęp z dn. 27.09.2019].
- Pyżalski J., Zdrodowska A., Tomczyk Ł., Abramczuk K., (2019), Polskie badanie EU Kids Online 2018. Najważniejsze wyniki i wnioski, Poznań: Wydawnictwo Naukowe UAM.
- Rywczyńska A., Wójcik S. (red.), (2018), Bezpieczeństwo dzieci i młodzieży online. Kompendium dla rodziców i profesjonalistów, Warszawa: NASK-PIB i Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę.
- Turner C.W., Hesse B.W., Peterson-Lewis S., (1981). Naturalistic studies of the long-term effects of television violence. "Journal of Social Issues", 42(3), 51-74.
- Ustawa z dnia 6 czerwca 1997 r., Kodeks karny, (Dz.U. 1997 nr 88, poz. 553) [online: http://prawo.sejm.gov.pl/isap.nsf/download.xsp/WDU19970880553/O/D19970553.pdf, dostęp z dn. 27.09.2019].
- Wojtasik Ł., Wójcik S., Włodarczyk J., Makaruk K., (2017), Kontakt dzieci i młodzieży z pornografią. Co wiemy i co możemy zrobić?, Warszawa: Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę [online: https://www.edukacja.fdds.pl/2e3ebfbe-f03b-40ce-9de4-a09121ca497c/Extras/broszura_kontakt_dzieci_i_mlodziezy_z_pornografia-broszura21122017.pdf, dostęp z dn. 24.09.2019].
- Wójcik S., Wojtasik Ł., Kępka M., Makaruk K., Dziemidowicz E., Nawarenko A., Podlewska J., (2019), Patotreści w internecie. Raport o problemie, Warszawa: Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę [online: https://fdds.pl/wp-content/uploads/2019/08/fdds-raport-patotresc-www.pdf, dostęp z dn. 24.09.2019].
- Zimbardo P.G., (1999), Psychologia i życie, Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN, s. 202.

#NieZagubDzieckaWSieci

NASK

NASK akademia

NASK – Państwowy Instytut Badawczy
ul. Kolska 12
01-045 Warszawa

akademia@nask.pl
www.akademia.nask.pl

nask@nask.pl
www.nask.pl