

DZIECI BEZPIECZNE W SIECI

Internet - dużo możliwości, dużo zagrożeń

Świat zmienia się na naszych oczach i to, co nam wydaje się zaskakujące, **jest zupełnie naturalne** dla pokolenia, które dorasta z zaawansowaną technologią i przesyconym informacjami medium.

Nowe technologie dają nam bardzo dużo możliwości, niejednokrotnie jednak wykorzystywane są również do nieuczciwych lub sprzecznych z prawem praktyk.

FOMO

- ▶ FOMO - to skrót od ang. fear of missing out i oznacza strach przed tym, co nas omija. Jest to choroba cywilizacyjna współczesności, która wiąże się z obawą, że coś naprawdę ciekawego i satysfakcjonującego dzieje się bez naszej wiedzy, natomiast inne osoby mogą w tym uczestniczyć.
- ▶ Może niekorzystnie odbić się na naszym codziennym życiu oraz pracy. Po pierwsze nie będziemy mogli się na niczym skupić, jeśli co chwilę będziemy zerkać na telefon, reagować na powiadomienia, sprawdzać, co nowego się dzieje i przejmować, że nasze życie nie wygląda tak, jak życie znajomych.
- ▶ FOMO może powodować rozkojarzenie, brak skupienia, niepotrzebne tracenie czasu na poznawanie informacji, które zupełnie nic nie wnoszą do naszego życia. W dzisiejszych czasach otacza nas z każdej strony tak ogromna liczba danych, że naprawdę nie musimy i wręcz nie możemy poznać wszystkich z nich. Warto wrzucić na luz, nauczyć się zdrowo korzystać z mediów społecznościowych i uświadomić sobie, że nasze życie wcale nie jest takie złe.

Szkodliwe treści

- ▶ Szkodliwe treści to materiały, które mogą mieć negatywny wpływ na rozwój i psychikę dzieci i młodzieży. Dzieci mogą na nie trafić celowo lub przypadkowo, np. poprzez mylne wyniki wyszukiwania, spam czy reklamę.
- ▶ Do szkodliwych treści zazwyczaj zalicza się:
- ▶ **treści pornograficzne**, w tym materiały prezentujące relacje seksualne z wykorzystaniem przemocy oraz nietypowe i dewiacyjne zachowania seksualne;
- ▶ **treści prezentujące przemoc i okrucieństwo**, np. w filmach bądź brutalnych grach komputerowych;
- ▶ **treści promujące zachowania autodestrukcyjne** - samookaleczenia lub samobójstwa, bądź zachowania szkodliwe dla zdrowia, np. wyniszczające diety (tzw. ruch pro-ana), zażywanie narkotyków lub dopalaczy;
- ▶ **treści dyskryminacyjne**, nawołujące do wrogości lub nienawiści wobec różnych grup społecznych, narodowościowych, religijnych lub osób.

Wpływ na dzieci niebezpiecznych treści

- ▶ Kontakt z takimi materiałami często powoduje:
 - wystąpienie wysokiego poziomu negatywnych emocji,
 - zaburza prawidłowy rozwój,
 - obniża poczucie bezpieczeństwa dziecka.
- ▶ Pornografia oglądana przez dzieci i młodzież może kształtować w nich fałszywe poglądy na sferę seksualności i stanowić wypaczoną edukację seksualną. Wyniki badań potwierdzają, że częsty kontakt dzieci z tego rodzaju treściami może prowadzić do problemów w sferze seksualności w późniejszym wieku.
- ▶ Wyniki wielu badań potwierdzają także, że kontakt z przekazami pełnymi przemocy, np. poprzez gry komputerowe, **może mieć negatywny wpływ na psychikę dzieci i prowadzić do większej tolerancji na przemoc lub wręcz agresji.**
- ▶ Niezaspokojone potrzeby rozwojowe oraz związane z tym stany frustracji powodują powstawanie różnych zaburzeń w zachowaniu, trudności wychowawczych, nieprzystosowania społecznego.

Uzależnienie od Internetu

- ▶ Uczestnicy zostali poddani skanowaniu mózgu, które miało wykryć różnice w jego funkcjonowaniu w porównaniu z grupą kontrolną. W ten sposób wykryto kilka obszarów, które u osób uzależnionych od Internetu, miały zmniejszoną w porównaniu z mózgami osób zdrowych objętość. W dodatku dostrzeżono ścisłą zależność pomiędzy czasem trwania uzależnienia, a zmianami.
- ▶ **Mówiąc krótko - im dłużej trwało uzależnienie, tym mniejszą objętość miały badane obszary mózgu.** Analiza pokazała także, że uzależnienie od Internetu może zaburzać komunikację między synapsami, czyli utrudniać przekazywanie sygnałów pomiędzy poszczególnymi komórkami mózgu.
- ▶ Obszary, które w wyniku uzależnienia maleją, są odpowiedzialne za istotne funkcje mózgu - **takie jak zarządzanie emocjami, uwagę, funkcje wykonawcze i poznawcze.** Co więcej, zmiany zaobserwowane u osób, które cierpią na uzależnienie od sieci, są analogiczne do tych, jakie można znaleźć w mózgach alkoholików i heroinistów.

Fatalne skutki uzależnienia od Internetu ponoszone są na każdym etapie i sferze życia

Jak chronić dziecko

Rodzice, którzy nie wiedzą, jak rozmawiać z dziećmi na temat bezpieczeństwa w sieci, lub ci, których dziecko miało kontakt ze szkodliwymi treściami i nie wiedzą jak na tę sytuację zareagować, mogą skorzystać z **bezpłatnej linii 800 100 100** prowadzonej przez Fundację Dajemy Dzieciom Siłę.



800 100 100

telefon dla rodziców i nauczycieli
w sprawie bezpieczeństwa dzieci

Zasady

USTAL Z DZIECKIEM ZASADY KORZYSTANIA Z INTERNETU

- ▶ Skoro zgadzamy się na to, by dziecko miało dostęp do Internetu, musimy ustalić z nim zasady, które zapewnią mu bezpieczeństwo. Zasady muszą być dostosowane do wieku dziecka. Ważne, żeby dziecko miało świadomość, że dbamy o jego bezpieczeństwo.
- ▶ Warto zadbać o to, by dziecko korzystające z Internetu przestrzegało następujących zasad:
- ▶ Najmłodsze dzieci powinny korzystać jedynie z **pozytywnych i bezpiecznych treści** (strony, aplikacje, gry) wskazanych przez rodziców. Po wprowadzeniu takiej zasady warto porozmawiać z dzieckiem na temat nieodpowiednich treści online - w sposób adekwatny do jego wieku należy je poinformować, że w sieci można trafić na materiały prezentujące seks, przemoc, wulgaryzmy.
- ▶ **Czas korzystania z sieci powinien być ograniczony.** Zaleca się, by dzieci w wieku wczesnoszkolnym nie korzystały z urządzeń ekranowych dłużej niż dwie godziny dziennie. Dobrym pomysłem jest ustalenie dnia lub dni, np. weekendu, bez Internetu.
- ▶ Dzieciom w wieku przedszkolnym należy **towarzyszyć podczas korzystania z sieci**. Jeśli dzieci są starsze, warto mieć jako rodzic możliwość wglądu w ekran komputera czy urządzenia mobilnego, z którego korzystają.
- ▶ Najmłodsze dzieci **nie powinny samodzielnie korzystać z wyszukiwarek**, portali społecznościowych i innych serwisów dających nieograniczony dostęp do treści (zdjęć, filmów, tekstów).
- ▶ Dzieci **nie powinny publikować samodzielnie w sieci treści**, szczególnie prywatnych informacji, filmów, zdjęć.
- ▶ Należy umówić się z dzieckiem, że za każdym razem kiedy trafi na nieodpowiednie treści lub cokolwiek innego je w sieci zaniepokoi, **natychmiast nas o tym poinformuje**. Kiedy dziecko zgłasza kontakt z nieodpowiednimi treściami, warto rozpoznać, co się wydarzyło, pochwalić je za poinformowanie o takim zdarzeniu.

UDOSTĘPNIJ DZIECKU JEDYNNIE POZYTYWNE I BEZPIECZNE TREŚCI

- ▶ Dla rodziców chcących świadomie kupować gry dla dzieci pomocny jest **system klasyfikacji gier PEGI**. W jego ramach na pudełkach gier zamieszczane są etykiety wskazujące na **minimalny dopuszczalny wiek**, po osiągnięciu którego można korzystać z gry, jak również ostrzegające przed pojawiającymi się w niej niebezpiecznymi treściami. Informacje o ocenie danej gry w systemie PEGI znaleźć można również w Internecie na stronie www.pegi.info



Wulgarny język

W grze jest używany wulgarny język.



Dyskryminacja

Gra pokazuje przypadki dyskryminacji lub zawiera materiały, które mogą do niej zachęcać.



Narkotyki

W grze pojawiają się nawiązania do narkotyków lub jest pokazane zażywanie narkotyków.



Strach

Gra może przestraszyć młodsze dzieci.



Hazard

Gry, które zachęcają do uprawiania hazardu lub go uczą.



Seks

W grze pojawiają się nagość i/lub zachowania seksualne lub nawiązania do zachowań o charakterze seksualnym.



Przemoc

Gra zawiera elementy przemocy.



Online

gra może grać online



ROZMAWIAJ Z DZIECKIEM O JEGO DOŚWIADCZENIACH W SIECI

- ▶ **Czas na rozmowę** i zainteresowanie doświadczeniami dziecka są niezwykle ważne do jego rozwoju - zapewniają mu poczucie bezpieczeństwa.
- ▶ Dzięki temu będziemy na bieżąco z doświadczeniami dziecka, poznamy jego preferencje, zobaczymy efekty jego aktywności online, damy mu szansę na pochwalenie się osiągnięciami (ważne, żeby je zauważać i doceniać).
- ▶ Rozmowa o doświadczeniach online będzie pomocna w zauważeniu niepokojących zdarzeń - również tych związanych z kontaktem z niebezpiecznymi treściami.
- ▶ Jeżeli dowiemy się, że dziecko miało kontakt z pornografią czy scenami przemocy, nie wpadajmy w panikę. Ważne, żeby nie oceniać ani nie obwiniać dziecka za takie zdarzenia.
- ▶ *Wyniki badań pokazują, że zdecydowana większość dzieci nie podzieliłaby się z rodzicami niepokojącymi zdarzeniami w sieci właśnie dlatego, że boją się oceny i konsekwencji (np. pozbawienia dostępu do Internetu). Ważne jest więc, żeby spokojnie ustalić okoliczności zdarzenia.*
- ▶ **Pomocni w interwencji mogą być konsultanci bezpłatnej linii 800 100 100.**

ZAINSTALUJ PROGRAM DO KONTROLI RODZICIELSKIEJ

- ▶ Szukając programów do kontroli rodzicielskiej, warto zrobić rozpoznanie w Internecie i zapoznać się z informacjami producentów oprogramowania oraz opiniami użytkowników. Wśród licznej oferty warto zwrócić uwagę m.in. na:
 - [Benjamin \(Windows XP/Vista/7/8/10\)](#)
 - [Norton Family \(Windows, Android, iOS\)](#)
 - [Kaspersky SafeKids \(Windows, Android, iOS\)](#)
 - [F-Secure SAFE \(Windows, Android, iOS\)](#)
 - [Mobikid \(Android\)](#)
 - [Kids Place \(Android\)](#)

YOUTUBE KIDS - BEZPIECZNIEJSZY INTERNET DLA DZIECI

Ważne jest, by przed niebezpieczeństwami w sieci ustrzec najmłodszych użytkowników Internetu - to oni są najbardziej podatni na zagrożenia telekomunikacyjne.

Nowe negatywne zjawiska, które obserwujemy w związku z upowszechnieniem się dostępu do sieci, to:

- ▶ **Grooming** - uwodzenie dzieci przez osoby dorosłe, najczęściej o skłonnościach pedofilskich;
- ▶ **Cyberprzemoc** lub **cyberbullying** - publikacja materiałów zawierających obraźliwe treści wobec jednej lub kilku osób, najczęściej nieświadomych umieszczenia takich informacji na swój temat w sieci, w celu ich szykanowania bądź poniżania;
- ▶ **Spam** - masowo przesyłane w sieciach telekomunikacyjnych (w Internecie oraz SMS-ami) informacje niezamówione, najczęściej o charakterze komercyjnym. Spam stanowi jeden z kanałów dystrybucji szkodliwego oprogramowania (np. wirusów lub robaków internetowych), jest wykorzystywany do zbierania i weryfikowania adresów poczty elektronicznej dla potrzeb budowania nielegalnych baz danych teleadresowych;
- ▶ **Phishing** - próby kradzieży danych wrażliwych. Dokonywany jest poprzez wysyłanie do użytkowników wiadomości łudząco podobnej do wiadomości od zaufanego podmiotu (np. banku), z treści której wynika konieczność przesłania danych takich jak np. numer konta, karty kredytowej, kodów pin etc. Następnie tego typu dane przekazane przez nieświadomego użytkownika posłużyć mogą do kradzieży tożsamości („identity theft”) i pieniędzy.

Zwróć dziecku uwagę, aby:

- ▶ Nigdy nie podawało w Internecie swojego prawdziwego imienia i nazwiska, a posługiwało się nickiem, czyli pseudonimem. Nie powinno też podawać swojego adresu domowego i numeru telefonu, ponieważ nigdy nie może mieć pewności z kim rozmawia.
- ▶ Nigdy nie wysyłało nieznajomym swoich zdjęć oraz zachowało szczególną ostrożność publikując swoje zdjęcia w sieci. Nigdy do końca nie wiemy, do kogo naprawdę trafią oraz w jaki sposób zostaną wykorzystane!
- ▶ Jeżeli wiadomość, którą otrzymało pochodzi od nieznanego nadawcy, jest wulgarna lub niepokojąca {np. jest napisana w obcym języku, zawiera dziwne znaczki), nie powinno jej otwierać ani na nią odpowiadać, tylko pokazać ją rodzicom lub innej zaufanej osobie dorosłej.
- ▶ Pamiętało, że nigdy nie ma pewności, z kim rozmawia w Internecie - ktoś, kto podaje się za rówieśnika, w rzeczywistości może być dużo starszy i mieć wobec dziecka złe zamiary.
- ▶ Nie odpowiadało na spam - w ten sposób potwierdzamy tylko nadawcy nasz adres poczty elektronicznej. Spowoduje to zwiększenie ilości otrzymywanego spamu lub phishingu.
- ▶ Nie brało udziału w „łańcuszkach internetowych” - informacje w nich zawarte nie są prawdziwe, ponadto jest to jeden ze sposobów uzyskiwania adresów poczty elektronicznej przez spamerów.
- ▶ **Miało świadomość, że nasze działanie w sieci nie jest anonimowe. W większości przypadków można precyzyjnie ustalić adres IP każdego komputera.**
- ▶ Zwracało szczególną uwagę na numery telefonów, z których przychodzą niejednoznaczne SMS-y, (np. „ktoś zostawił dla Ciebie wiadomość, aby ją odsłuchać wyślij SMS na numer...”) oraz na numery, na które, zgodnie z treścią SMS-a, należy odpowiedzieć (np. 71XX, 72XX itd.), W większości przypadków odpowiadający wpada w pułapkę wysyłania kolejnych płatnych SMS-ów, co przekłada się na wysokość rachunku telefonicznego

Co zrobić jeśli widzimy naruszenie w sieci?

www.dyzurnet.pl

- ▶ to działający w NASK punkt kontaktowy, do którego każdy może zgłosić naruszenie w sieci. Dyzurnet.pl reaguje na nielegalne treści publikowane na stronach, forach, portalach społecznościowych, szczególnie wtedy, gdy poszkodowaną jest osoba nieletnia. Zespół współpracuje z policją oraz innymi podmiotami, aby usunąć nielegalne treści z sieci.
- ▶ Pomaga w zwalczaniu naruszeń w Internecie, ale prowadzi również działania informacyjne i edukacyjne, kierowane do różnych grup użytkowników.

Pomóż. Reaguj. Zgłoś nielegalne treści.

Jak zgłosić?

- ▶ Korzystając z [formularza](https://dyzurnet.pl/formularz/?pl) (<https://dyzurnet.pl/formularz/?pl>)
- ▶ Wysyłając zgłoszenie do Dyzurnet.pl należy przede wszystkim podać adres strony, na której znajdują się potencjalnie nielegalne treści.
- ▶ trzeba zaznaczyć, czego sprawa dotyczy. Zgłoszenia są anonimowe. Podawanie adresu e-mail czy innych danych jest **nieobowiązkowe**. Jeśli użytkownik poda adres e-mail, po wystaniu zgłoszenia, otrzyma informację o podjętych krokach lub prośbę o podanie dokładniejszych informacji.
- ▶ Przesyłając zgłoszenie warto napisać wszystkie informacje, które mogą być pomocne

W 2018 r. do zespołu Dyzurnet.pl trafiło 13.239 zgłoszeń.

Najwięcej - 10.784 - dotyczyło treści potencjalnie przedstawiających seksualne wykorzystywanie dzieci. 209 zgłoszeń - rasizmu i ksenofobii. 1647- uwodzenia dzieci, propagowania pedofilskiej aktywności, zgłoszenia szantażu na tle seksualnym, wulgarnych i obraźliwych treści, itp.

Zgłoszenie możesz przestać nie tylko poprzez [formularz](#), ale też na [adres mailowy](#) lub za pomocą infolinii 0 801 615 005

Co mówi prawo?

▶ Art. 190a. (K.k) Uporczywe nękanie - [stalking](#)

- ▶ § 1. Kto przez uporczywe nękanie innej osoby lub osoby jej najbliższej wzbudza u niej uzasadnione okolicznościami poczucie zagrożenia lub istotnie narusza jej prywatność, podlega karze pozbawienia wolności do lat 3.
- ▶ § 2. Tej samej karze podlega, kto, podszywając się pod inną osobę, wykorzystuje jej wizerunek lub inne jej dane osobowe w celu wyrządzenia jej szkody majątkowej lub osobistej.
- ▶ § 3. Jeżeli następstwem czynu określonego w § 1 lub 2 jest targnięcie się pokrzywdzonego na własne życie, sprawca podlega karze pozbawienia wolności od roku do lat 10.
- ▶ § 4. Ściganie przestępstwa określonego w § 1 lub 2 następuje na wniosek pokrzywdzonego.

▶ Art. 216. (K.k.) [Znieważanie osoby](#)

- ▶ § 1. Kto znieważa inną osobę w jej obecności albo choćby pod jej nieobecność, lecz publicznie lub w zamiarze, aby zniewaga do osoby tej dotarła, podlega grzywnie albo karze ograniczenia wolności.
- ▶ § 2. Kto znieważa inną osobę za pomocą środków masowego komunikowania, podlega grzywnie, karze ograniczenia wolności albo pozbawienia wolności do roku.
- ▶ § 3. Jeżeli zniewagę wywołało wyzywające zachowanie się pokrzywdzonego albo jeżeli pokrzywdzony odpowiedział naruszeniem nietykalności cielesnej lub zniewagą wzajemną, sąd może odstąpić od wymierzenia kary.
- ▶ § 4. W razie skazania za przestępstwo określone w § 2 sąd może orzec nawiązkę na rzecz pokrzywdzonego, Polskiego Czerwonego Krzyża albo na inny cel społeczny wskazany przez pokrzywdzonego.
- ▶ § 5. Ściganie odbywa się z oskarżenia prywatnego.

Pytania, na które warto znać odpowiedzi

▶ Czy mogę opublikować zdjęcie zawierające czyjś wizerunek?

Wizerunek zaliczany jest do dóbr osobistych, chronionych przez prawo na równi ze zdrowiem, wolnością czy tajemnicą korespondencji.

▶ Kiedy nie potrzeba zgody na rozpowszechnienie wizerunku?

Prawo przewiduje trzy przypadki, kiedy uzyskanie zgody na rozpowszechnienie cudzego wizerunku nie jest konieczne:

- 1) jeżeli osoba, której wizerunek utrwalono otrzymała umówioną zapłatę za pozowanie,
- 2) jeżeli zdjęcie przedstawia osobę powszechnie znaną pod warunkiem że wykonano je w związku z pełnieniem przez nią funkcji publicznych,
- 3) jeżeli dana osoba na zdjęciu stanowi jedynie szczegół większej całości

„Przychodzi uczeń do prawnika...” - innowacyjny poradnik prawny dla młodzieży

Raz wrzucone zdjęcie zaczyna żyć w internetowej przestrzeni własnym życiem i nie masz wpływu na to, co się z nim dzieje.

POMOCNE STRONY

- ▶ Kurs dla rodziców
<https://fundacja.orange.pl/kurs/>
- ▶ <http://www.dzieckowsieci.pl>
- ▶ www.bezpiecznyinternet.edu

saferinternet.pl



Dziękuję za uwagę 😊

Ilona Wrótniak-Terlecka

Pedagog szkolny

Tel. 81 458 66 17