

Projekt edukacyjny dla rodziców i opiekunów

# ZOSTAŃ ZNAJOMYM SWOJEGO DZIECKA

Mamo! Tato!  
Jestem w necie!



# O PROJEKCIE

## Mamo! Tato! Jestem w necie! Zostań znajomym swojego dziecka

Dzieci coraz więcej czasu spędzają w Internecie. Surfują po sieci korzystając z komputerów i telefonów komórkowych. Zazwyczaj bielej postugują się multimedialnymi urządzeniami niż dorośli. Cyfrowy świat to ich rzeczywistość. Dlatego kontakt rodzica z dzieckiem w tym obszarze może być trudniejszy. Warto być z dzieckiem i przy dziecku, kiedy stawia pierwsze kroki w Internecie. Pokazać, co można ciekawego robić w sieci, nauczyć najważniejszych zasad bezpieczeństwa. Po prostu być. Hasło „Zostań znajomym swojego dziecka” zachęca rodziców i opiekunów do aktywnego uczestniczenia w internetowym życiu dzieci, poznania ich zainteresowań i wirtualnej społeczności.

Akcja realizowana jest przez Naukową i Akademicką Sieć Komputerową (NASK) w ramach programu Komisji Europejskiej Safer Internet, który NASK prowadzi wspólnie z Fundacją Dzieci Niczyje od 2005 r. jako Polskie Centrum Programu Safer Internet (PCPSI).

Filmy pokazujące internetowe perypetie rodziny wraz z radami dla rodziców dostępne są na stronie:

[www.saferinternet.pl](http://www.saferinternet.pl)



[saferinternet.pl](http://saferinternet.pl)

dyżurnet.pl



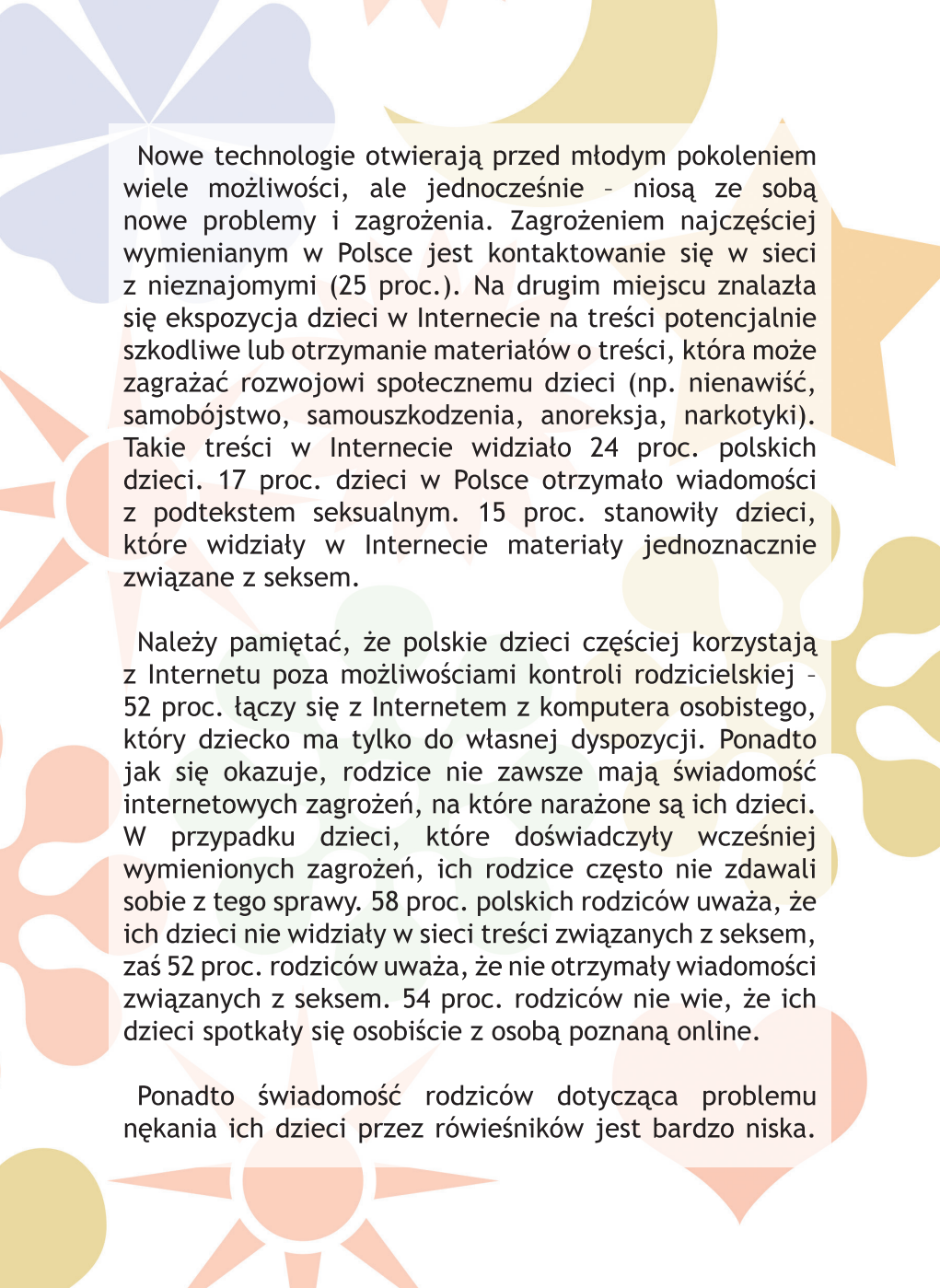
European Commission  
Information Society and Media

# O PROBLEMIE

Komputer, Internet, telefon komórkowy - czyli tak zwane nowe technologie w ostatnich latach zaczęły odgrywać w życiu dzieci i młodzieży niezwykle ważną rolę. Są nieodłącznym elementem ich codziennej aktywności, życia społecznego oraz rozrywki.

Jak pokazują badania EU Kids Online - PL (2010, 2011) przeprowadzone wśród dzieci z 25 państw Europy, obecnie z Internetu przynajmniej raz w tygodniu korzysta w Polsce aż 98 proc. dzieci i młodzieży w wieku 9-16 lat. Większość z nich zagląda do sieci codziennie lub prawie codziennie. 52 proc. łączy się z Internetem wykorzystując własny komputer osobisty, zaś 34 proc. robi to za pomocą telefonu komórkowego. Nieodłącznym elementem życia nastolatków stały się serwisy społecznościowe - w Polsce korzysta z nich 60,4 proc. użytkowników w wieku 9-16 lat.

Młodzi internauci z krajów UE podejmują wiele różnorodnych aktywności w sieci: dzieci i młodzież w wieku 9-16 lat wykorzystują Internet do nauki szkolnej (81 proc.), grania w gry (74 proc.), oglądania filmów i klipów video (83 proc.) oraz kontaktowania się za pomocą komunikatorów (61 proc.). Nieco mniej dzieci publikuje i dzieli się zdjęciami (38 proc.) i wiadomościami (31 proc.), używa kamer internetowych (29 proc.), serwisów umożliwiających dzielenie się plikami (17 proc.) oraz prowadzi blogi (10 proc.).



Nowe technologie otwierają przed młodym pokoleniem wiele możliwości, ale jednocześnie - niosą ze sobą nowe problemy i zagrożenia. Zagrożeniem najczęściej wymienianym w Polsce jest kontaktowanie się w sieci z nieznanymi (25 proc.). Na drugim miejscu znalazła się ekspozycja dzieci w Internecie na treści potencjalnie szkodliwe lub otrzymanie materiałów o treści, która może zagrażać rozwojowi społecznemu dzieci (np. nienawiść, samobójstwo, samouszkodzenia, anoreksja, narkotyki). Takie treści w Internecie widziało 24 proc. polskich dzieci. 17 proc. dzieci w Polsce otrzymało wiadomości z podtekstem seksualnym. 15 proc. stanowiły dzieci, które widziały w Internecie materiały jednoznacznie związane z seksem.

Należy pamiętać, że polskie dzieci częściej korzystają z Internetu poza możliwościami kontroli rodzicielskiej - 52 proc. łączy się z Internetem z komputera osobistego, który dziecko ma tylko do własnej dyspozycji. Ponadto jak się okazuje, rodzice nie zawsze mają świadomość internetowych zagrożeń, na które narażone są ich dzieci. W przypadku dzieci, które doświadczyły wcześniej wymienionych zagrożeń, ich rodzice często nie zdawali sobie z tego sprawy. 58 proc. polskich rodziców uważa, że ich dzieci nie widziały w sieci treści związanych z seksem, zaś 52 proc. rodziców uważa, że nie otrzymały wiadomości związanych z seksem. 54 proc. rodziców nie wie, że ich dzieci spotkały się osobiście z osobą poznaną online.

Ponadto świadomość rodziców dotycząca problemu nękania ich dzieci przez rówieśników jest bardzo niska.

63 proc. polskich rodziców myśli, że ich pociechy nigdy nie otrzymały żadnych złośliwych lub przykrych wiadomości od rówieśników przez Internet, podczas gdy ich dzieci niestety tego doświadczyły. Co trzeci rodzic nigdy nie tłumaczył dziecku, jakie są zasady bezpiecznego surfowania i nie potrafi mu pomóc w przypadku trudności ze znalezieniem poszukiwanej informacji w Internecie, a prawie połowa nigdy nie dała wskazówki dziecku, co zrobić, gdy coś je przestraszy czy zaniepokoi online. Aż 58 proc. dzieci nie pamiętało, żeby kiedykolwiek korzystali z Internetu wspólnie z rodzicami.



# ZWRÓĆ UWAGĘ

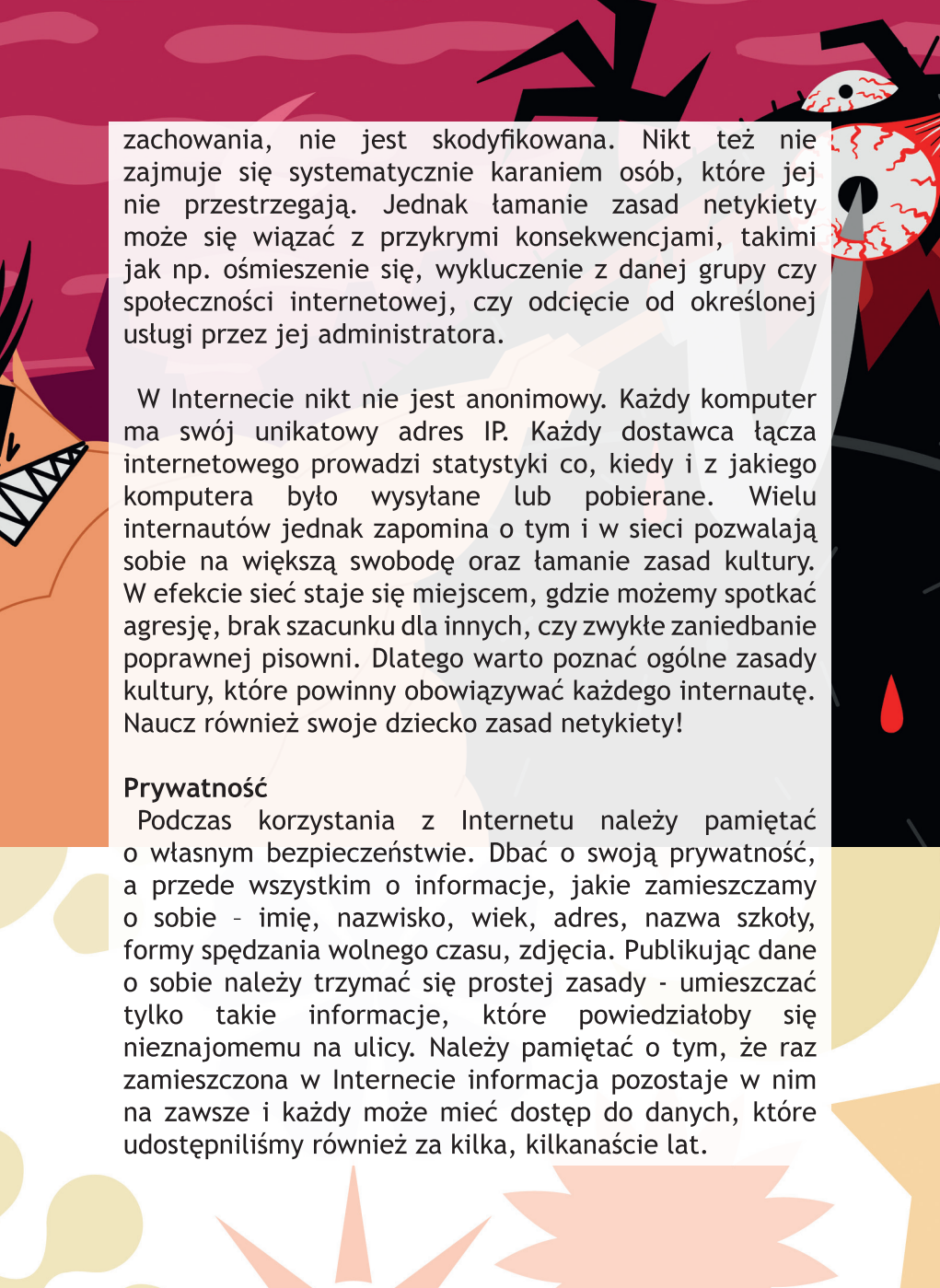
Lista niebezpieczeństw jest długa i zmienia się wraz z postępem nowych technologii. Dlatego bardzo istotne jest, aby podnosić świadomość rodziców na ten temat, mówić o nowych niepokojących zjawiskach, a także informować, jak najskuteczniej postępować w przypadku wirtualnych zagrożeń.

## Rodzaje internetowych zagrożeń to m.in.:

- kontakt z nielegalnymi lub szkodliwymi treściami (np. materiały przedstawiające seksualne wykorzystanie dzieci, rasizm, ksenofobia),
- uwodzenie za pośrednictwem Internetu (grooming),
- nękanie za pośrednictwem sieci (cyberprzemoc),
- przesyłanie swoich nagich lub półnagich zdjęć (sexting),
- kradzież lub nieświadome udostępnianie informacji (np. numerów kart, adresów, haseł itp.).

## Netykieta

Korzystając z Internetu należy pamiętać o netykiecie. To internetowy zbiór zasad kulturalnego zachowania obowiązujący w sieci każdego. Zasady te zostały wypracowane przez społeczność internetową, aby uświadomić, nauczyć oraz zwrócić uwagę na pewne sytuacje i zachowania, których przestrzeganie sprawi, że sieć będzie miejscem, gdzie panuje wzajemny szacunek wśród jej użytkowników. Netykieta, podobnie jak powszechnie obowiązujące zasady przyzwoitego

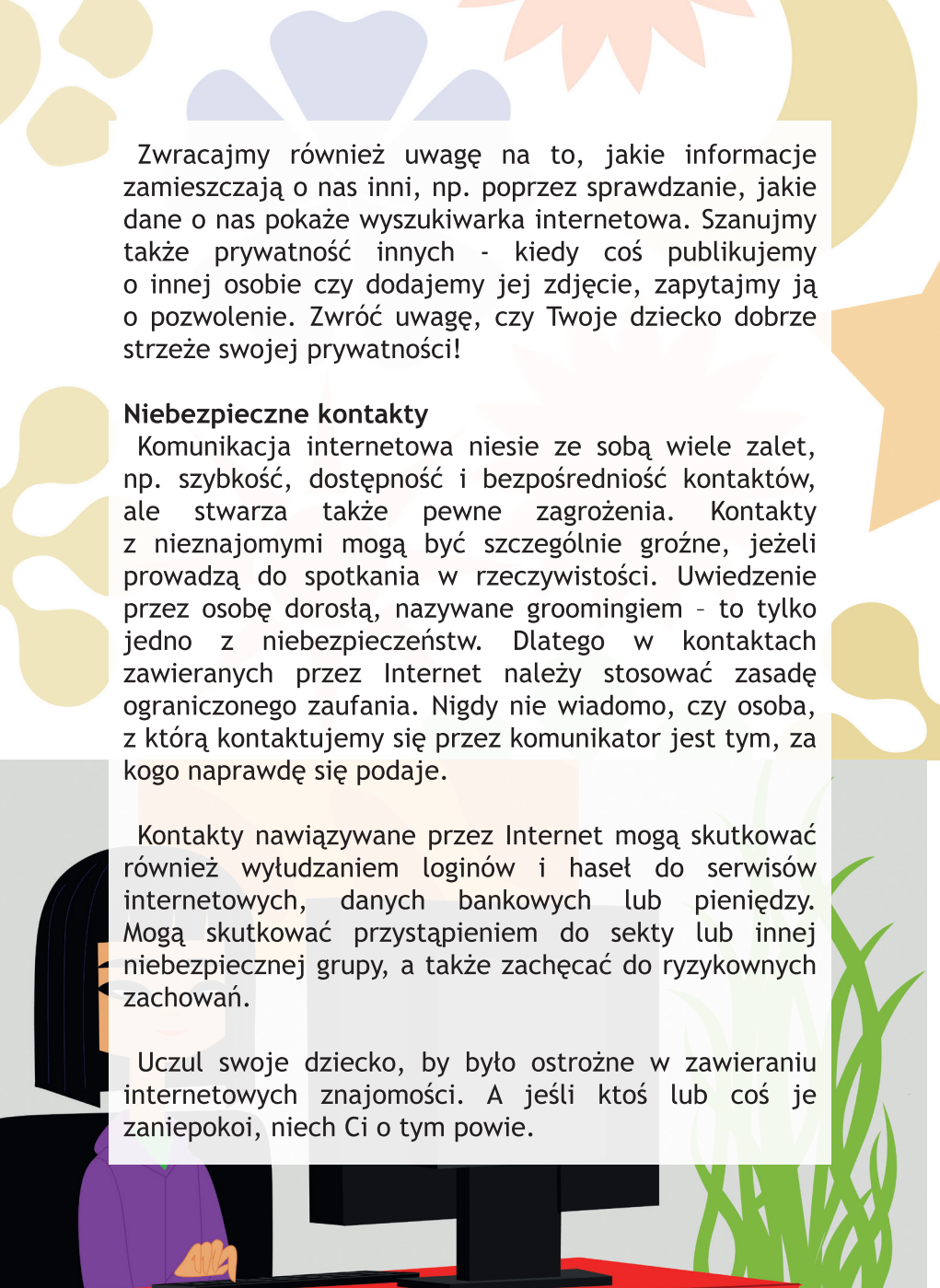


zachowania, nie jest skodyfikowana. Nikt też nie zajmuje się systematycznie karaniem osób, które jej nie przestrzegają. Jednak łamanie zasad netykiety może się wiązać z przykrymi konsekwencjami, takimi jak np. ośmieszenie się, wykluczenie z danej grupy czy społeczności internetowej, czy odcięcie od określonej usługi przez jej administratora.

W Internecie nikt nie jest anonimowy. Każdy komputer ma swój unikatowy adres IP. Każdy dostawca łącza internetowego prowadzi statystyki co, kiedy i z jakiego komputera było wysłane lub pobierane. Wielu internautów jednak zapomina o tym i w sieci pozwalają sobie na większą swobodę oraz łamanie zasad kultury. W efekcie sieć staje się miejscem, gdzie możemy spotkać agresję, brak szacunku dla innych, czy zwykłe zaniedbanie poprawnej pisowni. Dlatego warto poznać ogólne zasady kultury, które powinny obowiązywać każdego internautę. Naucz również swoje dziecko zasad netykiety!

### **Prywatność**

Podczas korzystania z Internetu należy pamiętać o własnym bezpieczeństwie. Dbać o swoją prywatność, a przede wszystkim o informacje, jakie zamieszczamy o sobie - imię, nazwisko, wiek, adres, nazwa szkoły, formy spędzania wolnego czasu, zdjęcia. Publikując dane o sobie należy trzymać się prostej zasady - umieszczać tylko takie informacje, które powiedziałoby się nieznanemu na ulicy. Należy pamiętać o tym, że raz zamieszczona w Internecie informacja pozostaje w nim na zawsze i każdy może mieć dostęp do danych, które udostępniliśmy również za kilka, kilkanaście lat.



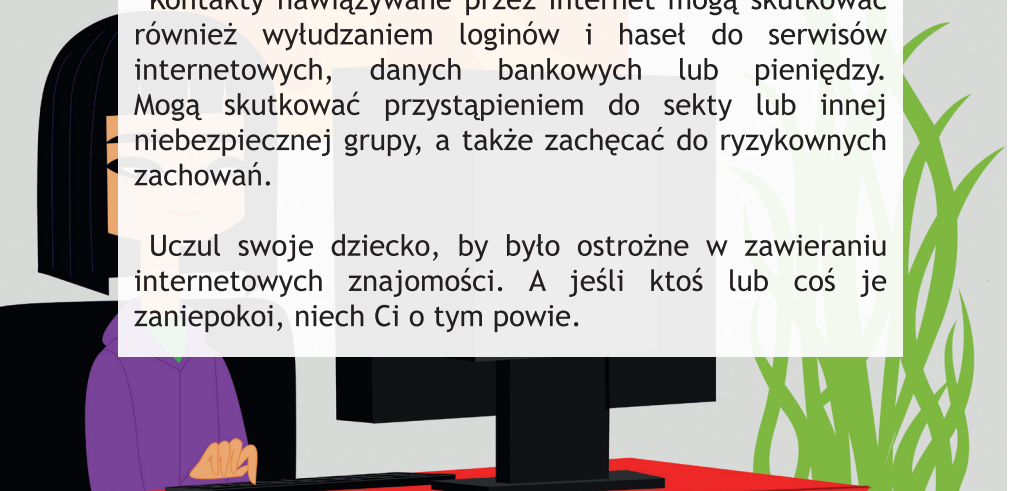
Zwracajmy również uwagę na to, jakie informacje zamieszczają o nas inni, np. poprzez sprawdzanie, jakie dane o nas pokaże wyszukiwarka internetowa. Szanujmy także prywatność innych - kiedy coś publikujemy o innej osobie czy dodajemy jej zdjęcie, zapytajmy ją o pozwolenie. Zwróć uwagę, czy Twoje dziecko dobrze strzeże swojej prywatności!

### **Niebezpieczne kontakty**

Komunikacja internetowa niesie ze sobą wiele zalet, np. szybkość, dostępność i bezpośredniość kontaktów, ale stwarza także pewne zagrożenia. Kontakty z nieznanymi mogą być szczególnie groźne, jeżeli prowadzą do spotkania w rzeczywistości. Uwiedzenie przez osobę dorosłą, nazywane groomingiem - to tylko jedno z niebezpieczeństw. Dlatego w kontaktach zawieranych przez Internet należy stosować zasadę ograniczonego zaufania. Nigdy nie wiadomo, czy osoba, z którą kontaktujemy się przez komunikator jest tym, za kogo naprawdę się podaje.

Kontakty nawiązywane przez Internet mogą skutkować również wyłudzeniem loginów i haseł do serwisów internetowych, danych bankowych lub pieniędzy. Mogą skutkować przystąpieniem do sekty lub innej niebezpiecznej grupy, a także zachęcać do ryzykownych zachowań.

Uczul swoje dziecko, by było ostrożne w zawieraniu internetowych znajomości. A jeśli ktoś lub coś je zaniepokoi, niech Ci o tym powie.





## Cyberprzemoc

Cyberprzemoc to inaczej przemoc z użyciem nowych technologii. Do takich działań zalicza się m.in. wyzywanie, straszenie, poniżanie kogoś w Internecie lub przy użyciu telefonu, robienie komuś zdjęć lub filmów bez jego zgody, ich publikowanie i rozsyłanie lub podszywanie się pod kogoś w sieci.

Akty cyberprzemocy mogą wyglądać niewinnie, potrafią jednak wyrządzać bardzo dużą krzywdę. Nawet pozornie niewinne ignorowanie wśród rówieśników konkretnego profilu społecznościowego czy wpisów, może okazać się dla młodych ludzi bardzo bolesnym doświadczeniem.

Charakterystyczną cechą cyberprzemocy, wyróżniającą ją od przemocy tradycyjnej, jest jej ciągłość trwania. Zarówno po lekcjach, w domu, przez całą dobę dziecko wchodząc do sieci doświadcza negatywnych emocji, lęku, czy obraźliwych komentarzy.

Cyberprzemoc to nie tylko ofiary, ale również sprawcy, którymi bardzo często są właśnie młodzi internauci. Niezwykle ważna jest więc świadomość możliwych konsekwencji - również prawnych - takich działań oraz podkreślanie wagi poszanowania nie tylko własnej, ale i cudzej prywatności.

Rozmawiaj ze swoim dzieckiem o jego znajomych, relacjach między nimi, sympatiach i antypatiach. Dzięki temu łatwiej Ci będzie zauważyć moment, gdyby zaczęło doświadczać jakiejś formy cyberprzemocy.

## Niebezpieczne treści

Niebezpieczne i szkodliwe treści dostępne w Internecie to zarówno te związane z prezentowaniem agresji (np. wulgaryzmy, mowa nienawiści, treści nawołujące do samookaleczeń, informacje związane z podżeganiem do nienawiści i nietolerancji ze względu na wygląd, pochodzenie, światopogląd), nieobiektywna interpretacja faktów historycznych, zjawisk socjologicznych lub treści brutalne. Ich szkodliwość to zatem także wprowadzanie w błąd oraz prezentowanie nieprawdziwego obrazu rzeczywistości.

Treści nieodpowiednie bardzo często są atrakcyjne i poszukiwane przez młodego odbiorcę - różnego rodzaju wyniszczające diety, zachęcanie do stosowania substancji zwiększających masę mięśniową, zaproszenie do wstąpienia do sekt. W Internecie znajduje się także wiele stron przeznaczonych wyłącznie dla dorosłych (serwisy pornograficzne).

Aby uniknąć przypadkowego natrafienia na szkodliwe treści, nie należy klikać na linki, które mogą odsyłać do tego typu stron. Zaleca się korzystanie z zaufanych serwisów.

Niezwykle ważną rzeczą jest umiejętna selekcja wyników, które przedstawia nam wyszukiwarka. Dlatego tak ważne jest, byś towarzyszył dziecku zwłaszcza na początku jego przygody z Internetem. Rozmawiaj także z dzieckiem o jego zainteresowaniach i ważnych dla niego sprawach.

## Sexting

To niebezpieczne zjawisko przesyłania treści o charakterze erotycznym, głównie swoich nagich lub półnagich zdjęć, za pomocą Internetu i telefonu komórkowego, popularne szczególnie wśród nastolatków. Przyczyną zainteresowania młodych ludzi sextingiem jest przede wszystkim chęć rozrywki, początki fascynacji seksem, zainteresowanie płcią przeciwną, brak doświadczenia, ciekawość czy nieśmiałość. Konsekwencje tego zjawiska mogą być bardzo poważne. Niejednokrotnie wysłane znajomemu czy bliskiej osobie zdjęcie było przez niego wykorzystywane i trafiło do publicznego obiegu w celu żartu, ośmieszenia czy zemsty. Uświadom dziecku, jakie mogą być skutki sextingu.



# RADY DLA RODZICÓW I OPIEKUNÓW

1. Towarzysz dziecku w poznawaniu Internetu.
2. Zabezpiecz komputer programami filtrującymi dostosowanymi do wieku dziecka oraz programami antywirusowymi.
3. Pamiętaj, że z Internetem dzieci łączą się nie tylko przez komputer, ale coraz częściej przez telefon komórkowy.
4. Bądź świadom, jak długo Twoje dziecko dziennie korzysta z sieci - dbaj o zdrowy bilans pomiędzy jego aktywnościami w sieci a ruchem i zabawą.
5. Interesuj się i pytaj - staraj się poznać internetowy świat Twojego dziecka: jego znajomych, ulubione strony.
6. Nie wstydź się, jeśli mniej znasz się na komputerach i Internecie - nie musisz być ekspertem, żeby właściwie troszczyć się o bezpieczeństwo dziecka.
7. Szukaj wspólnych zainteresowań, zastanów się, czego może nauczyć Cię Twoje dziecko, żebyś lepiej poznał możliwości Internetu.
8. Pamiętaj, że Internet ma mnóstwo dobrych stron - bądź dumny z dziecka, kiedy zdobędzie nowe umiejętności i będzie czuło się sieciowym ekspertem w Waszym domu.
9. Słuchaj i nie krzycz - Twoje dziecko musi czuć, że w każdej sytuacji może przyjść do Ciebie i powiedzieć o tym, co je zaniepokoiło czy przstraszyło.

10. Pamiętaj, że w przypadku poważnych problemów z bezpieczeństwem w Internecie, w tym: nielegalnych treści, niebezpiecznych kontaktów, cyberprzemocy, możesz skontaktować się z ekspertami z Polskiego Centrum Programu Safer Internet.



# SKONTAKTUJ SIĘ:

dyżurnet  pl

Punkt kontaktowy, do którego można anonimowo zgłaszać przypadki występowania w Internecie treści szkodliwych lub zabronionych prawem (szczególnie związanych z prezentacją materiałów przedstawiających seksualne wykorzystanie dzieci).

Email: [dyzurnet@dyzurnet.pl](mailto:dyzurnet@dyzurnet.pl)

Tel.: **801-615-005** (koszt połączenia lokalnego)

Formularz elektroniczny: [www.dyzurnet.pl](http://www.dyzurnet.pl)



Zespół konsultantów świadczących pomoc młodym internautom, rodzicom i profesjonalistom w przypadkach zagrożeń związanych z korzystaniem z Internetu oraz telefonów komórkowych przez dzieci i młodzież.

Email: [helpline@helpline.org.pl](mailto:helpline@helpline.org.pl)

Tel.: **800 100 100** (połączenie bezpłatne)

Zadaj pytanie na stronie: [www.helpline.org.pl](http://www.helpline.org.pl)



Informacje na temat działań Polskiego Centrum Programu Safer Internet można znaleźć na stronie [www.saferinternet.pl](http://www.saferinternet.pl) lub kontaktując się poprzez adres email: [kontakt@saferinternet.pl](mailto:kontakt@saferinternet.pl).

