



Szkodliwe treści - Jak reagować?

Dowiesz się:

- Jak zareagować, gdy dziecko zetknie się ze szkodliwymi treściami.
- Jakie są konsekwencje ekspozycji na różne typy zagrożeń online.
- Jak wspólnie z dzieckiem budować bezpieczne zasady korzystania z internetu.
- Jakie są obowiązujące regulacje prawne w odniesieniu do treści nielegalnych.

Profilaktyka to podstawa – ale nie gwarancja

Edukacja, ustalanie zasad, kontrola rodzicielska i rozmowy o zagrożeniach są niezbędne.

Dzięki nim:

- młodsze dzieci mają ograniczony kontakt z treściami szkodliwymi,
- starsze potrafią je rozpoznać, zrozumieć ich charakter i reagować adekwatnie,
- kontakt z materiałem nieodpowiednim nie musi prowadzić do długofalowych skutków.

Mimo najlepszych środków ostrożności, dzieci mogą zetknąć się z nieodpowiednimi materiałami, w wyniku niepełnej skuteczności kontroli albo na urządzeniach rówieśników.

Jak rozpoznać, że dziecko miało kontakt ze szkodliwymi treściami?

Rodzice nie zawsze dowiadują się bezpośrednio od dziecka, że miało ono kontakt z nieodpowiednimi treściami w internecie. Często jednak pojawiają się sygnały, które mogą świadczyć o takim doświadczeniu. Warto zwracać uwagę na:

- Zmianę zainteresowań i tematów rozmów. Dziecko zaczyna poruszać w rozmowach zaskakujące, niepokojące lub „dorosłe” tematy, np. o seksie, przemocy, śmierci czy uzależnieniach. Może zadawać pytania, które trudno powiązać z jego dotychczasowymi doświadczeniami. Czasem rysunki, zabawy czy żarty zawierają elementy nieadekwatne do wieku.

- To, co widać na ekranie. Rodzic przypadkiem dostrzeża miniaturkę brutalnego filmiku, okienko z obscenicznym memem, nagłówki o przemocy lub obrazki zawierające groźne wyzwania. Czasem dziecko ogląda coś „niby zabawnego”, co jednak niesie w sobie treści patogenne lub autodestrukcyjne.
- Informacje z zewnątrz. Inni rodzice lub nauczyciele wspominają o tym, że „w klasie dzieci oglądają jakiś filmik” lub „rozmawiają o czymś niepokojącym”. Czasem sygnał daje inne dziecko: w rozmowie albo przez przypadkowo usłyszany komentarz.
- Zmiany w zachowaniu i emocjach. Dziecko staje się bardziej drażliwe, trudne we współpracy lub – przeciwnie – wycofane i ciche. Ma trudności z zasypianiem, skarży się na koszmary. Może też unikać rozmów lub zmieniać temat, gdy pytamy o to, co widziało w sieci.

W każdej z tych sytuacji warto znaleźć spokojny moment i zapytać dziecko, co widziało, co je zaniepokoiło, czego nie rozumiało. Nawet jeśli odpowiedź będzie wymijająca – liczy się sygnał, że temat nie jest tabu.

Rozmowa powinna dawać wsparcie i poczucie bezpieczeństwa. Czasem wystarczy powiedzieć: „Zauważyłem, że jesteś ostatnio trochę inny. Może coś cię zaniepokoiło w internecie? Możemy porozmawiać.” Zamiast oceniać – okazać troskę i gotowość do rozmowy.

- Nie oceniaj ani nie wyciągaj pochopnych wniosków.
- Dopytaj o emocje. Co dziecko czuło? Czego się przestraszyło? Co go zaniepokoiło?
- Wyjaśnij, że to nie jego wina. Kontakt z takimi treściami może być przypadkowy lub wynikać z ciekawości – obie sytuacje wymagają wsparcia, nie oskarżeń.
- Pomóż zrozumieć. Nazwij to, co dziecko widziało – np. „To była przemoc. Takie obrazy są nieprawdziwe lub pokazują sytuacje, które nie powinny się zdarzyć”.
- Zadbaj o emocje. Pomóż dziecku się uspokoić, zasugeruj wspólne zajęcie, powiedz, że jesteś przy nim.

Co może się wydarzyć po ekspozycji?

Rodzaje zagrożeń:

- treści pornograficzne mogą wprowadzać w zakłopotanie, wstyd, zaburzać obraz relacji i cielesności,
- patotreści mogą fascynować, modelować agresję jako sposób działania
- treści promujące przemoc mogą obniżać nastrój, przerażać, obniżać empatię i zwiększać pobudliwość,
- fałszywe informacje mogą powodować niepokój, wypaczyć światopogląd i prowadzić do dezorientacji,
- niebezpieczne wyzwania mogą prowadzić podejmowania niebezpiecznych zachowań a w konsekwencji do utraty zdrowia lub życia,
- szkodliwe wzorce urody mogą obniżać samoocenę i prowadzić do zaburzeń odżywiania,
- treści autodestrukcyjne mogą pogłębiać stany depresyjne, lękowe lub powodować samookaleczenia.

Kiedy i gdzie zgłosić się po pomoc?

Sygnaly ostrzegawcze:

- trudności ze snem,
- wyraźny lęk lub niepokój,
- wycofanie, spadek nastroju,
- natrętne myśli lub powracające obrazy,
- kompulsywne korzystanie z treści (np. pornografia, brutalne filmiki).

Gdzie szukać pomocy

- 116 111 – telefon zaufania dla dzieci i młodzieży,
- 800 100 100 – telefon dla rodziców i nauczycieli,
- pedagog lub psycholog szkolny,
- poradnia psychologiczno-pedagogiczna,
- lokalne organizacje pomocowe,

Co dalej? Ustalenie lub weryfikacja zasad.

Po trudnym doświadczeniu ważne jest nie tylko zaopiekowanie się emocjami dziecka, ale też ustalenie lub odpowiednia zmiana zasad, które będą chronić je w przyszłości. To dobry moment, by pokazać dziecku, że zaufanie i wspólna odpowiedzialność za bezpieczeństwo online są ważniejsze niż kontrola czy zakazy.

Warto:

- ustalić przejrzyste zasady i przypomnieć dziecku, dlaczego są potrzebne – np. ograniczenie czasu spędzanego w sieci, zakaz oglądania określonych treści lub korzystanie z urządzenia wyłącznie w przestrzeni wspólnej,
- określić, z jakich serwisów dziecko może korzystać – np. upewnić się, że nie posiada konta na platformach społecznościowych niedostosowanych do jego wieku,
- wspólnie z dzieckiem wybrać treści, z których będzie korzystać – omówić seriale, kanały, gry, a w razie potrzeby zaproponować wartościowe alternatywy,

Ważne, by zasady nie były narzucone jednostronnie. Wspólne ustalenie „co zmieniamy” i „dlaczego” zwiększa szansę, że dziecko będzie ich przestrzegać.

Zgłaszaj szkodliwe treści!

Jeśli dziecko zetknęło się z treściami, które są nieodpowiednie, szkodliwe lub nielegalne, warto rozważyć ich zgłoszenie. To ważny krok – nie tylko w ochronie własnego dziecka, ale też innych użytkowników, którzy mogą mieć z nimi kontakt. Zgłoszenia można dokonać w kilku miejscach:

- Do administratorów platform – każda większa aplikacja lub strona internetowa (np. YouTube, TikTok, Instagram) posiada funkcję zgłaszania treści. Warto skorzystać z przycisku „zgłoś” lub „report” – zgłoszenia są często przeglądane przez moderatorów, którzy mogą je usunąć, zablokować autora lub ograniczyć zasięg materiału.

- Do zespołu Dyżurnet.pl – jeśli mamy do czynienia z treściami nielegalnymi lub szczególnie niepokojącymi (np. przemoc, treści przedstawiające seksualne wykorzystywanie dzieci, nawoływanie do samookaleczeń), warto przesłać zgłoszenie przez formularz na stronie www.dyzurnet.pl. Dyżurnet przekazuje zgłoszenia odpowiednim służbom i reaguje na najpoważniejsze przypadki.
- Na policję – jeśli zgłoszenie do administratora i Dyżurnetu nie przyniosło skutku, a treści są jawnie niezgodne z prawem, należy złożyć zawiadomienie o podejrzeniu popełnienia przestępstwa. W przypadku treści z udziałem dzieci (np. materiały pornograficzne) zgłoszenie jest nie tylko możliwe, ale obowiązkowe. To nie tylko kwestia usunięcia treści, ale również pomocy realnym ofiarom.

Co na to prawo?

Niektóre treści są nie tylko szkodliwe – są też nielegalne. Zgodnie z polskim prawem:

- art. 202 §3 i §4 kodeksu karnego – zabrania się rozpowszechniania, posiadania i produkcji treści pornograficznych z udziałem małoletnich,
- art. 256 kk – zakazuje rozpowszechniania treści nawołujących do nienawiści na tle narodowościowym, rasowym, wyznaniowym,

Warto również wiedzieć, że także treści pornograficzne, choć same w sobie nie są zakazane, nie mogą być udostępniane w sposób, który umożliwia dostęp do nich dzieciom i młodzieży. Zgodnie z art. 200§3 kodeksu karnego, kto małoletniemu poniżej 15 roku życia prezentuje treści pornograficzne, podlega karze pozbawienia wolności. W praktyce oznacza to, iż niezabezpieczone strony z treściami dla dorosłych, brak jakiegokolwiek weryfikacji wieku użytkownika czy udostępnianie materiałów o charakterze seksualnym w mediach społecznościowych – np. poprzez publiczne posty, relacje czy filmiki – mogą stanowić podstawę do interwencji.

Pamiętaj

- Zwracaj uwagę na to, jak dziecko się zachowuje, o czym mówi i co ogląda – to często pierwszy sygnał, że coś jest nie tak.
- Nie oceniaj i nie karz – zamiast tego rozmawiaj i daj wsparcie.
- Ustalcie razem proste, jasne zasady korzystania z internetu.
- Reaguj – zgłaszaj treści, które są nielegalne lub szkodliwe dla dzieci.
- Bądź dla dziecka osobą, do której może się zwrócić – bez obaw i wstydu.