



# Porozmawiajmy z nastolatkami o pornografii

(nastolatki 11–16 lat)

Scenariusz rozmowy rodzica z nastolatkiem na temat pornografii w internecie – jak rozmawiać szczerze i wspierająco, bez moralizowania, ale z jasno postawionymi granicami i szacunkiem do młodego człowieka.

## Dowiesz się:

- Dlaczego warto rozmawiać z nastolatkiem o pornografii, zanim sam trafi na tego typu treści.
- Jak wytłumaczyć młodej osobie, czym różni się pornografia od rzeczywistej bliskości i relacji
- Jak wspierać dziecko w budowaniu zdrowego podejścia do ciała, seksualności i szacunku wobec siebie i innych.
- Jak rozmawiać otwarcie, bez zawstydzania czy moralizowania, ale z troską i jasno postawionymi granicami.
- Dlaczego pornografia to bezduszny biznes, który zarabia na cierpieniu i manipulacji – także dzieci i nastolatków.

Rozmowa o pornografii to jeden z trudniejszych, ale też najważniejszych tematów, jakie warto podjąć z dorastającym dzieckiem. Nie po to, by je straszyć czy zawstydząć – ale po to, by pomóc mu zrozumieć, czym tak naprawdę są treści pornograficzne, jak działają i jaki mają wpływ na myślenie o relacjach, seksualności i ciele.

Młodzież często trafia na pornografię zanim zdąży usłyszeć cokolwiek sensownego na temat intymności czy szacunku wobec siebie i innych. Dlatego to my – dorośli – musimy być pierwszym źródłem wiedzy, zanim zrobi to internet. Warto też wiedzieć, że z badań wynika iż młodzi ludzie w większości nie poszukują tego typu treści w internecie, a niestety treści tego typu wyświetlają im się same.

Ten scenariusz pomoże Ci przeprowadzić rozmowę w sposób otwarty, wspierający i jasny – bez moralizowania, ale też bez pozostawiania niedopowiedzeń. Tak, by Twoje dziecko wiedziało, że może z Tobą porozmawiać o wszystkim.

## **Rozpoczęcie rozmowy**

Rozmowę można zacząć przy okazji – np. gdy temat pojawia się w mediach, filmie lub w rozmowie rówieśników. Można ją też podjąć bez specjalnego powodu – wtedy, gdy uznasz, że to dobry moment.

„Chcę porozmawiać z Tobą o czymś ważnym. Wiem, że temat może być trochę niezręczny, ale myślę, że potrafimy rozmawiać szczerze. W internecie jest sporo treści pornograficznych – i prędkiej czy później większość nastolatków na nie trafia. To normalne, że młody człowiek jest ciekawy. I właśnie dlatego warto o tym rozmawiać.”

## **Czym jest pornografia – a czym nie jest**

„Pornografia nie jest edukacją. Nie pokazuje prawdziwych relacji między ludźmi ani tego, jak wygląda bliskość. To przede wszystkim bezduszny biznes – ogromny, bardzo bezwzględny. Firmy, które produkują pornografię, zarabiają gigantyczne pieniądze na tym, że ludzie – także dzieci i nastolatki – to oglądają.”

Wyjaśnij wprost:

- celem twórców pornografii nie jest pomaganie ludziom, tylko zarabianie na kliknięciach, emocjach i uzależnieniu
- często pokazują przemoc, upokorzenie i przedmiotowe traktowanie ludzi, bo to przyciąga uwagę
- wielu aktorów i aktorek trafia tam, bo nie ma wyboru – są manipulowani, wykorzystywani, czasem zastraszani
- pornografia nie powstaje z miłości i szacunku, ale z chciwości i obojętności na drugiego człowieka.

„Im więcej osób to ogląda, tym więcej takich filmów powstaje. To błędne koło. Nie jest Twoją winą, że to istnieje – ale warto wiedzieć, jak ten świat działa. Masz wybór, czy chcesz to wspierać.”

## **Dlaczego pornografia jest szkodliwa?**

„Chodzi o to, że pornografia bardzo mocno wpływa na to, jak myślimy o sobie, o innych i o relacjach. Do tego to materiał silnie uzależniający.”

Wspólnie wymieńcie możliwe skutki:

- fałszywe wyobrażenie o seksie i relacjach międzyludzkich
- presja, żeby wyglądać i zachowywać się jak osoby na filmach
- przekonanie, że emocje, bliskość czy zgoda nie mają znaczenia
- stres, gdy nie wpasowujemy się w standardy promowane w pornografii
- uzależnienie – potrzeba oglądania pornografii coraz częściej i dłużej

## **Prywatność i bezpieczeństwo**

„Ważne jest, byś pamiętał/a, że wszystko, co robisz w internecie, może zostawić ślad. Dlatego szczególnie trzeba dbać o swoją prywatność – i szanować prywatność innych osób.”

Zasady, które warto jasno omówić:

- nigdy nie udostępniaj nikomu zdjęć nago ani w intymnych sytuacjach
- nie zachęcaj innych osób do wysyłania Tobie takich zdjęć
- jeśli ktoś Cię do tego namawia – to nie flirt, tylko przekroczenie granic
- nigdy nie rozpowszechniaj dalej cudzych zdjęć ani filmów – to może kogoś bardzo skrzywdzić i mieć poważne konsekwencje

### **Jak rozpoznać, co jest OK, a co nie?**

„Czasem w sieci trudno odróżnić, co jest zdrowe, a co może szkodzić. Ale są pytania, które warto sobie zadać, gdy coś oglądasz:”

- Czy ta treść pokazuje szacunek między ludźmi?
- Czy osoby na filmie traktują się z godnością, czy jak przedmioty?
- Czy po obejrzeniu czujesz się dobrze, czy raczej nieswojo, zawstydzony/a, dziwnie?
- Czy to pokazuje, czym jest relacja – czy tylko jakąś „akcję”?

### **Rodzic jako przewodnik**

„Nie jestem tutaj po to, żeby Cię kontrolować albo zawstydzać, tylko po to, żeby rozmawiać i pomóc Ci zrozumieć, co jest ważne. Możesz do mnie przyjść z każdym pytaniem czy wątpliwością – także z tą trudną. To jest zupełnie OK. Nawet jak nie będę znał/a odpowiedzi, poszukamy razem.”

### **Zakończenie rozmowy**

„Cieszę się, że poruszamy ten temat. Dla mnie ważne jest, żebyś czuł/a się bezpiecznie i wiedział/a, że zawsze możesz na mnie liczyć. Jeśli masz jakiegokolwiek wątpliwości – pytaj. To nie oznaka słabości, tylko dojrzałości i mądrości. Ja zawsze będę po Twojej stronie.”

### **Pamiętaj**

- rozmowa o pornografii to nie jednorazowe wydarzenie – warto wracać do tematu
- młodzi potrzebują szczerych informacji, nie tylko zakazów – wiedza jest tarczą ochronną
- Twoja reakcja na trudne tematy decyduje, czy nastolatek przyjdzie do Ciebie z pytaniem, czy poszuka odpowiedzi w sieci
- jasne granice i Twoja otwartość są najlepszym zabezpieczeniem dla dziecka

### **Przeczytaj także:**

[Patotreści w internecie. Raport o problemie \(2019\)](#)

[„Wizerunek dziecka w internecie. Publikować czy nie?”](#) – bezpłatny poradnik UODO i Fundacji Orange