



Niebezpieczne kontakty - Seksting

Dowiesz się:

- Czym jest seksting i jakie może mieć formy.
- Dlaczego seksting bywa szczególnie niebezpieczny dla młodych ludzi.
- Jak rozmawiać z dzieckiem lub nastolatkiem o ryzykach.
- Co zrobić, jeśli prywatne zdjęcia lub nagrania wyciekną do sieci.
- Jakie przepisy prawa chronią dzieci i młodzież przed nadużyciami.

Czym jest seksting?

Seksting to przesyłanie lub udostępnianie własnych treści o charakterze intymnym – zdjęć, filmów, wiadomości – za pomocą internetu, najczęściej przez komunikatory lub media społecznościowe.

Seksting może przybierać dwie formy:

- Seksting w relacji (między rówieśnikami)

W relacji romantycznej lub bliskiej młodzi ludzie czasem przesyłają sobie intymne treści. Z punktu widzenia rozwoju emocjonalnego nastolatków to zjawisko częściowo normatywne, ale nadal bardzo ryzykowne. Raz wysłane zdjęcie może wypłynąć – przez zerwanie relacji, kradzież telefonu albo przypadek.

Nawet bez złych intencji, prywatne treści mogą dostać się w niepowołane ręce i spowodować poważne problemy dla młodej osoby.

- Seksting pod wpływem manipulacji lub szantażu

Znacznie groźniejsza sytuacja to taka, w której rówieśnik lub obca osoba celowo próbuje wyłudzić zdjęcia lub filmy, używając presji emocjonalnej lub szantażu.

- „Jeśli mnie kochasz, wyślesz.”
- „Jeśli nie wyślesz, powiem wszystkim, co mi pisałaś.”

- „Nie mów nikomu, to nasza tajemnica.”

Często celem sprawcy jest poniżenie ofiary, wymuszenie kolejnych materiałów lub publiczne ośmieszenie.

Wyciek takich treści może prowadzić do hejtu, upokorzenia i głębokiego kryzysu emocjonalnego.

Seksting jest realnym, powszechnym zjawiskiem wśród młodzieży. Według badania „Nastolatki 3.0”, NASK, 2023:

- 16,4% nastolatków (12–19 lat) przyznało się do przesyłania własnych materiałów intymnych w internecie.
- 4,9% przesyła takie treści przynajmniej raz w tygodniu lub częściej.
- 20,4% uczniów klas 6 i 8 szkoły podstawowej otrzymało propozycję przesłania intymnych zdjęć lub filmów.
- Wśród 16-latków aż 41,5% miało takie propozycje, a 7,8% doświadcza tego codziennie lub kilka razy dziennie.

Dlaczego seksting jest niebezpieczny?

- Raz wysłane zdjęcie może się nieodwracalnie rozprzestrzenić.
- Nawet jeśli intencje były dobre, relacje się zmieniają, telefony można stracić, a materiały mogą zostać przejęte.
- Wyciek intymnych treści może prowadzić do:
 - Upokorzenia i hejtu w środowisku rówieśniczym.
 - Depresji, stanów lękowych, samookaleczeń.
 - W skrajnych przypadkach do prób samobójczych.

Jak rozmawiać z dzieckiem lub nastolatkiem o sekstingu?

Bez moralizowania, bez oceniania – z troską i świadomością ryzyka.

Ważne przekazy:

- „Nie musisz nikomu udowadniać swojej miłości lub zaufania przez wysyłanie zdjęć.”
- „Jeśli ktoś cię naciska, masz prawo odmówić.”
- „Jeśli coś się wydarzyło, nie jesteś sam/a – zawsze możesz mi powiedzieć.”
- „Twoje bezpieczeństwo jest ważniejsze niż wstyd czy strach.”

Co robić, gdy intymne treści wyciekły lub istnieje takie ryzyko?

Jeśli zdjęcia lub nagrania zostały przesłane dalej lub opublikowane:

- Zabezpiecz dowody – wykonaj zrzuty ekranu, zapisz linki, nicki, adresy e-mail.
- Zgłoś treści do administratora serwisu (np. Instagram, TikTok) i zażądaj ich natychmiastowego usunięcia.

- Zgłoś materiały do Dyżurnet.pl (www.dyzurnet.pl) – to oficjalny kanał do zgłaszania nielegalnych treści w sieci.

Jeśli pojawił się przymus, szantaż lub brak reakcji na prośbę o usunięcie materiałów – warto rozważyć zgłoszenie sprawy Policji.

Jeśli zdjęcia nie zostały jeszcze opublikowane:

- Działaj szybko i spokojnie – celem jest usunięcie treści z urządzeń i kont.
- Pomóż dziecku napisać wiadomość z prośbą o usunięcie zdjęć, jeśli to możliwe.
- Zapewnij dziecku wsparcie emocjonalne – nawet jeśli nikt jeszcze nie zobaczył zdjęć, stres i wstyd mogą być ogromne.

Prawo

- Rozpowszechnianie intymnych zdjęć bez zgody osoby przedstawionej na nich jest przestępstwem (art. 191a Kodeksu karnego).
- W przypadku osób poniżej 18 roku życia, przesyłanie lub posiadanie takich treści może być traktowane jako posiadanie tzw. pornografii dziecięcej (art. 202 § 3 k.k.).
- Przymus, manipulacja lub szantaż to osobne przestępstwa.

Ważne

- Nawet jeśli intymny materiał został wysłany dobrowolnie – jego późniejsze rozpowszechnianie jest karalne.
- Dziecko ma prawo do ochrony i wsparcia, niezależnie od okoliczności.

Pamiętaj

- Seksting nie jest rzadkością – dotyka wielu młodych ludzi.
- Każde wysłane zdjęcie niesie ryzyko utraty kontroli nad nim.
- Presja na przesyłanie intymnych materiałów to przemoc.
- Twoja otwartość, wsparcie i spokój mają kluczowe znaczenie.
- Każda sytuacja wymaga działania – nawet jeśli jeszcze nic nie wyciekło do internetu.