

# Chroń dziecko w sieci przed szkodliwymi treściami



dawidki  
Fundacja  
Dzieci  
i Nacyste

**NASK**

s@ferinternet.pl



Współfinansowane przez Unię Europejską, Instrument „Łącząc Europę”

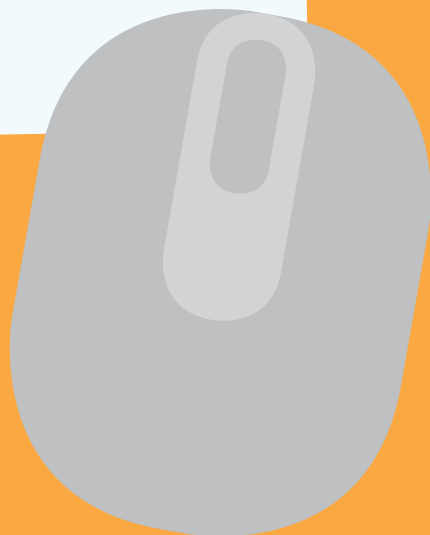
Copyright © 2017 Polskie Centrum Programu Safer Internet:  
Fundacja Dajemy Dzieciom Się i NASK

Fundacja Dajemy Dzieciom Się  
ul. Walecznych 59  
03-926 Warszawa  
tel. 22 616 02 68  
fdds@fdds.pl  
www.fdds.pl

NASK  
ul. Kolska 12  
01-045 Warszawa  
tel. +48 22 380 82 00  
nask@nask.pl  
www.nask.pl

Opracowanie: Łukasz Wojtasik, Szymon Wójcik

Projekt graficzny i skład: Ewa Brejnakowska-Jończyk



# Szkodliwe treści w internecie

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.

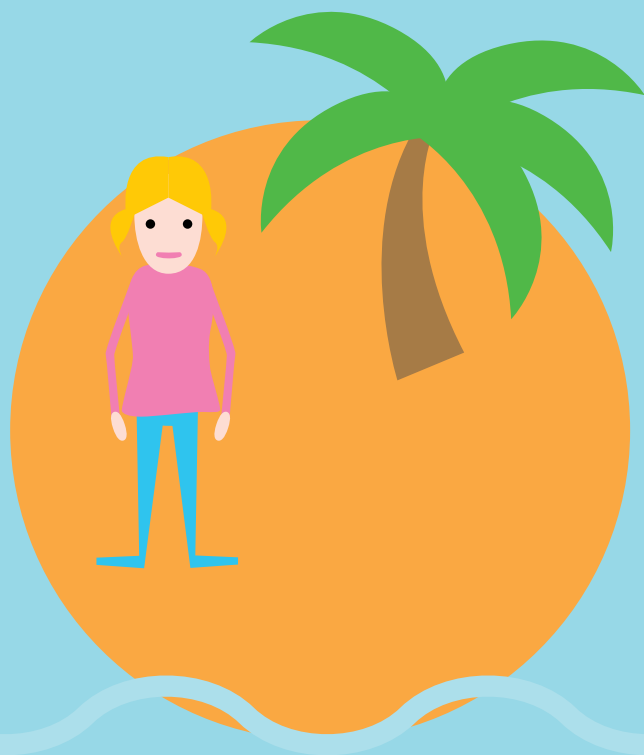
Do szkodliwych treści zazwyczaj zalicza się:

- **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.



# Wpływ na dzieci

Kontakt ze szkodliwymi treściami powoduje wystąpienie **wysokiego poziomu negatywnych emocji** oraz **zaburza prawidłowy rozwój i 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 praktykowanie tego rodzaju zachowań przez dzieci może prowadzić do problemów w sferze seksualności w późniejszym wieku.

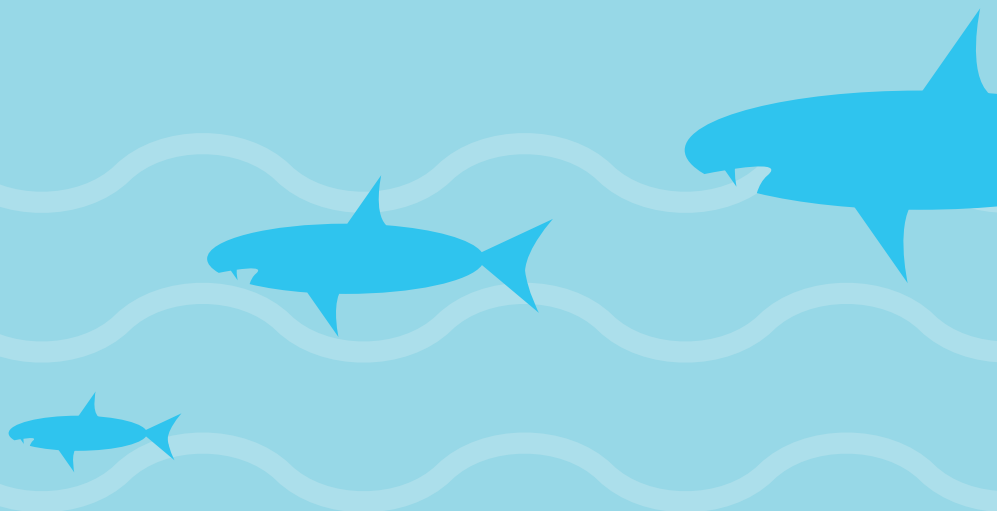


# Skala zjawiska

Młodym ludziom trudno wyobrazić sobie dzisiejszy świat bez internetu. Około 30% nastolatków pozostaje on-line cały czas niezależnie od miejsca pobytu, a 93,4% codziennie korzysta z internetu w domu (badania Nastolatki 3.0 - NASK, 2016).

Jak wynika ze statystyk internetowych, ogółem niemal jedna trzecia (**32%**) **polskich dzieci w wieku 7-18 lat miała kontakt z erotyką i pornografią w internecie**. Starsza młodzież miała styczność z takimi materiałami częściej, ale nawet w przypadku **dzieci w wieku 7-12 lat było to 27%** (Megapanel PBI dla Fundacji Dajemy Dzieciom Siłę, 2015).

Jednocześnie aż **23% rodziców w ogóle nie rozmawiało z dziećmi o bezpieczeństwie w sieci**, a spośród tych, którzy to robili, tylko połowa poruszała temat niebezpiecznych treści (Orange, 2016).



# Jak chronić dziecko w sieci?

1. Ustal z dzieckiem zasady korzystania z internetu
2. Udostępniaj dziecku jedynie pozytywne i bezpieczne treści
3. Rozmawiaj z dzieckiem o jego doświadczeniach w sieci
4. Skonfiguruj ustawienia bezpieczeństwa w urządzeniu
5. Zainstaluj program do kontroli rodzicielskiej



# 1. Ustal z dzieckiem zasady korzystania z internetu

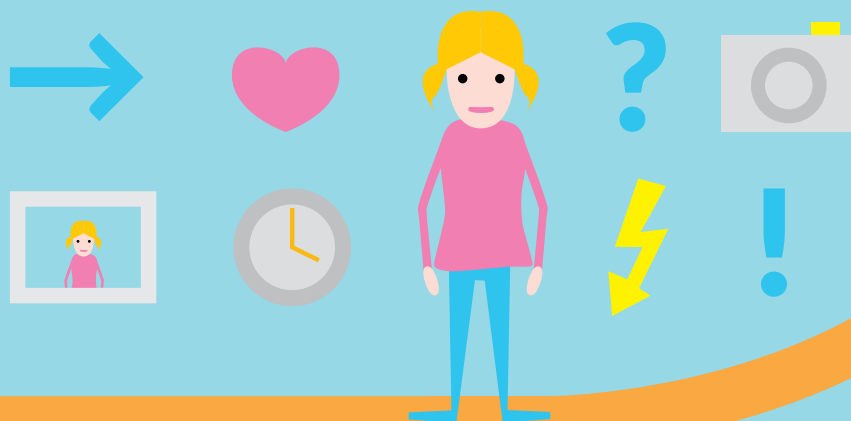
Skoro zgadzamy się na to, by dziecko miało dostęp do internetu, musimy **ustalić z nim zasady**, które zapewnią mu bezpieczeństwo. To konieczne, by **chronić je przed kontaktem z nieodpowiednimi treściami**. Zasady muszą być dostosowane do wieku dziecka. Ważne, żeby nie poprzestać na jednorazowej rozmowie. Do tematu zasad użytkowania internetu i bezpieczeństwa w nim należy wracać, jeśli tylko pojawi się ku temu okazja w codziennej rozmowie. Warto zachęcać dziecko do zadawania pytań, rozwiewać jego wątpliwości, tłumaczyć, dlaczego decydujemy się na pewne ograniczenia. Ważne, żeby dziecko miało świadomość, że dbamy o jego bezpieczeństwo. Dążmy do tego, by było przekonane o tym, że zawsze może zwrócić się do nas w sytuacjach dla siebie trudnych lub gdy będzie miało poczucie zagrożenia.

**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. Z czasem warto brać pod uwagę propozycje nowych treści spośród wskazywanych przez dzieci, każdorazowo je weryfikując.
- **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 jako rodzic mieć możliwość wglądu w ekran komputera czy urządzenia mobilnego, z którego korzystają. Przy okazji warto zainteresować się aktywnościami dziecka online i nawiązać na ten temat rozmowę.
- **Najmłodsze dzieci nie powinny samodzielnie korzystać z wyszukiwarek, portali społecznościowych i innych serwisów** dających nieograniczony dostęp do treści (zdjęć, filmów, tekstów). Stopniowe wprowadzanie takich możliwości powinno odbywać się pod kontrolą rodziców i z uwzględnieniem ograniczeń wiekowych narzucanych przez serwisy. Warto takie sytuacje wykorzystać do edukacji dziecka w zakresie skutecznego i bezpiecznego poszukiwania treści.



- **Najmłodsze dzieci nie powinny samodzielnie korzystać z komunikatorów** czy portali społecznościowych. Ewentualne kontakty online powinny być ograniczone do znajomych osób i odbywać się pod kontrolą rodziców. Zakaz ów należy poprzedzić rozmową na temat zagrożeń związanych z kontaktami z nieznajomymi.
- **Dzieci nie powinny publikować** samodzielnie w sieci treści, szczególnie prywatnych informacji, filmów, zdjęć. Taki zakaz powinien być połączony ze zwróceniem dziecku uwagi na zagrożenia związane z publikacją wizerunku i prywatnych informacji.
- 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. Jeżeli dziecko jest zaniepokojone, trzeba wytłumaczyć mu sytuację, zastanowić się, jak zmniejszyć prawdopodobieństwo podobnych sytuacji w przyszłości.



# 2. Udostępniaj dziecku

## jedynie pozytywne i bezpieczne treści

Kontakt z nieodpowiednimi treściami, jak pornografia, przemoc czy wulgarne materiały, może mieć szkodliwy wpływ na dziecko, podczas gdy odpowiednio dobrane treści i aktywności online mogą pozytywnie wpłynąć na jego rozwój społeczny, emocjonalny, moralny i poznawczy. Dlatego dobór stron internetowych, aplikacji czy gier staje się niezwykle ważnym zadaniem dla rodziców.

**Warto przy tym zwrócić uwagę na kilka podstawowych kwestii:**

- Zasoby internetowe udostępniane dzieciom muszą być **wolne od szkodliwych treści**, czyli przemocy, wulgaryzmów, erotyki.
- Należy się również upewnić, czy **nie dają one dostępu** do takich treści np. poprzez linki czy bannery.
- Należy udostępniać dzieciom **treści z wiarygodnego źródła**, stworzone z myślą o młodym odbiorcy.

- Estetyka, sposób prezentowania informacji, nawigacja po serwisie, grze czy aplikacji powinny być **przyjazne i zrozumiałe** dla dziecka.
- Udostępniane dzieciom treści powinny **łączyć zabawę z edukacją i rozwojem** – angażować je w aktywności plastyczne, muzyczne, rozwijać wyobraźnię, poszerzać wiedzę.
- Należy zwrócić uwagę, czy serwis zapewnia **ochronę prywatności użytkownika** – kluczowe jest zadbanie o bezpieczeństwo danych i wizerunku dziecka.

W poszukiwaniu pozytywnych treści warto skorzystać z popularnych wyszukiwarek (np. Google) – wpisanie odpowiedniego hasła np. „aplikacje dla dzieci”, „strony dla dzieci” lub nazwy konkretnej gry czy aplikacji pozwoli zapoznać się z informacjami od dystrybutorów oraz opiniami innych internautów. Jeśli wpisujemy nazwę gry, serwisu czy aplikacji w serwisie YouTube, z dużym prawdopodobieństwem trafimy na film prezentujący ich działanie.



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](http://www.pegi.info)

Szukając aplikacji dziecięcych, warto skorzystać też z katalogu BeStApp prowadzonego przez Fundację Dajemy Dzieciom Siłę. Jest on dostępny jako aplikacja (dla systemu Android) oraz na stronie – [fdds.pl/bestapp](http://fdds.pl/bestapp). Fundacja prowadzi także katalog dziecięcych stron internetowych BeSt oraz udostępnia przeglądarkę internetową dla dzieci BeSt na system Android i Windows (dostępne pod adresem [fdds.pl/best](http://fdds.pl/best))

## 3. Rozmawiaj z dzieckiem o jego doświadczeniach w sieci

Dobry kontakt z dzieckiem, czas na rozmowę i zainteresowanie jego doświadczeniami są niezwykle ważne do rozwoju dziecka. Zapewniają mu poczucie bezpieczeństwa.

Jeżeli w świecie dziecka pojawiają się urządzenia elektroniczne i internet, to ważne, żeby **również one były tematem rozmów** z nim. 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 boi się oceny i konsekwencji (np. pozbawienia dostępu do internetu). Ważne jest więc, żeby spokojnie ustalić okoliczności zdarzenia. Jeżeli kontakt z nieodpowiednimi treściami wprowadził dziecko w zakłopotanie, należy wytłumaczyć mu sytuację, w której się znalazło. Ważne, żeby nie pozostawiać pytań dziecka bez odpowiedzi. W przypadku scen filmowych czy fragmentów gier, które przestraszyły dziecko, należy wytłumaczyć mu, że to fikcja, że nikomu nie stała się krzywda. W przypadku kontaktu z erotyką i pornografią na miarę wieku dziecka należy wytłumaczyć mu koncept seksu i przekazać, że materiały, które widziało, przeznaczone są dla dorosłych. Jeżeli dziecko opowiada o kontakcie ze szkodliwymi treściami poza domem – w szkole, domu rówieśników, należy porozmawiać o tej sytuacji z wychowawcą czy rodzicami kolegów dziecka. **Pomocni w interwencji mogą być konsultanci bezpłatnej linii 800 100 100.**

# 4. Skonfiguruj ustawienia bezpieczeństwa w urządzeniu

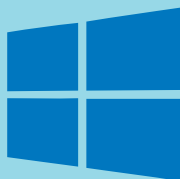
Udostępniając dziecku urządzenie z dostępem do internetu, należy odpowiednio skonfigurować ich system operacyjny. Jest to dosyć proste i powoduje znaczne ograniczenie dostępu do szkodliwych treści.



W przypadku tabletów i smartfonów z **systemem Android** warto odpowiednio skonfigurować Google Play, przeglądarkę oraz aplikację serwisu YouTube. W nowszych wersjach systemu istnieje także możliwość stworzenia profilu ograniczonego, który będzie stanowił bezpieczną przestrzeń dla dziecka.

# iOS

Właściciele urządzeń mobilnych z **systemem iOS (iPad, iPhone)** mogą ograniczyć dziecku dostęp do wybranych treści, korzystając z funkcji „Ograniczenia”, która znajduje się w ustawieniach ogólnych. Określimy tam m.in. ograniczenie wiekowe dotyczące wyświetlanych filmów oraz używanych programów.



Jeżeli dziecko korzysta z internetu na komputerze wyposażonym w **system Windows 7**, możemy aktywować moduł Ochrony Rodzicielskiej, który umożliwia kontrolowanie czasu korzystania z komputera oraz ograniczenie dostępu do wskazanych gier i aplikacji. Moduł znajdziemy w panelu sterownia.

**Zobacz filmy pokazujące krok po kroku jak konfigurować urządzenia na [dzieckowsieci.pl](http://dzieckowsieci.pl)**

# 5. Zainstaluj program do kontroli rodzicielskiej

W celu poprawy bezpieczeństwa dzieci korzystających z internetu warto zainstalować na urządzeniach, z których korzystają, **oprogramowanie do kontroli rodzicielskiej**. Programy tego typu dają możliwość filtrowania treści, kontrolowania czasu i aktywności dziecka online itp. Aplikacje tego typu na tablety i smartfony dostępne są w sklepach online właściwych dla danego systemu operacyjnego. Użytkownicy komputerów pobiorą takie programy z sieci lub kupią je w sklepie.

Część programów i aplikacji kontroli rodzicielskiej udostępnianych jest gratis, za inne trzeba zapłacić. Zdarzają się również propozycje darmowych programów z płatnymi dodatkowymi funkcjonalnościami. Duża grupa programów działa na zasadzie abonamentu. Zazwyczaj w okresie próbnym można przetestować możliwości programu. Warto zwrócić uwagę, czy wybrany przez nas pakiet do kontroli rodzicielskiej umożliwia zabezpieczenie kilku urządzeń jednocześnie.



# Programy 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)

## Katalog bezpiecznych stron i przeglądarka BeSt

Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę udostępnia dla rodziców narzędzia ułatwiające zapewnienie dzieciom bezpieczeństwa w internecie.

Prowadzi katalog bezpiecznych stron dla dzieci BeSt, a także katalog bezpiecznych aplikacji mobilnych BeStApp. Strony i aplikacje w tych katalogach zostały sprawdzone pod kątem braku szkodliwych treści i dostosowania do potrzeb i możliwości dzieci.

FDSD udostępnia także bezpłatną przeglądarkę internetową dla dzieci BeSt (na komputery z systemem Windows oraz urządzenia mobilne z systemem Android), która pozwala przeglądać jedynie

strony z katalogu oraz zatwierdzone przez rodzica.

Przeglądarka wyposażona jest także w podstawowe funkcje kontroli rodzicielskiej (blokada wyjścia z programu, monitoring przeglądanych stron).

Katalog bezpiecznych stron BeSt: [sieciami.pl/best](http://sieciami.pl/best)

Przeglądarka internetowa BeSt: [fdds.pl/best](http://fdds.pl/best)

Katalog bezpiecznych aplikacji BeStApp: [fdds.pl/bestapp](http://fdds.pl/bestapp)

Główny Partner Polskiego Centrum Programu Safer Internet  
– Fundacja Orange poleca poniższe rozwiązania.

## Aplikacja Chroń Dzieci w Sieci Orange

Klienci sieci Orange mogą skorzystać z aplikacji Chroń Dzieci w Sieci, która daje kilka możliwości ochrony przed szkodliwymi treściami, m.in. kontrolę zainstalowanych aplikacji, oraz tryb bezpiecznego wyszukiwania: safe search.

Aplikacja umożliwia także kontrolę czasu spędzanego w internecie i aplikacjach. Chroń Dzieci w Sieci jest usługą z płatnym abonamentem.

Więcej informacji na stronie:  
[chrondzieciwsieci.pl](http://chrondzieciwsieci.pl)



# Bezpieczny Starter Orange

Innym rozwiązaniem wpływającym na bezpieczeństwo dziecka może być Bezpieczny Starter Orange. Jest to starter w ofercie na kartę wyposażony w dodatkowe funkcje: blokadę treści dla dorosłych w Internecie (np. treści erotycznych, treści brutalnych) oraz blokadę połączeń i SMS-ów z numerami specjalnymi o podwyższonej opłacie. Starter umożliwia stały kontakt z rodzicem - darmowe połączenia z wybranym numerem nawet przy braku środków na koncie.



Pozostali operatorzy także udostępniają rozwiązania zwiększające bezpieczeństwo dzieci.

T-mobile – Dzieci w sieci

Play – Ochrona internetu

Plus – Ochrona internetu

## **Bezpiecznie Tu i Tam** **– kurs internetowy dla rodziców**

Fundacja Orange stworzyła dla rodziców bezpłatny kurs internetowy, w którym można znaleźć wiele ważnych porad o tym, jak chronić swoje dzieci w internecie, na co zwrócić uwagę i jak unikać zagrożeń związanych z korzystaniem z nowych technologii przez najmłodszych.

Kurs dostępny pod adresem [fundacja.orange.pl/kurs](http://fundacja.orange.pl/kurs)

## **800 100 100 – telefon dla** **rodziców i nauczycieli** **w sprawach bezpieczeństwa dzieci**

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

## Dyżurnet.pl – zgłaszanie nielegalnych treści online

Dyżurnet.pl to punkt kontaktowy, tzw. hotline, do którego można anonimowo zgłaszać przypadki występowania w internecie treści zabronionych prawem takich, jak materiały przedstawiające seksualne wykorzystanie dzieci, pedofilia, treści o charakterze rasistowskim i ksenofobicznym.

Projekt realizowany jest przez NASK.

Więcej informacji: [dyzurnet.pl](http://dyzurnet.pl)

dyżurnet  pl

## Sieciaki.pl – edukacja dla młodych internautów

Sieciaki.pl to projekt edukacyjny na temat bezpiecznego korzystania z Internetu, adresowany do dzieci w wieku 9-11 lat, który porusza m.in. kwestie nieodpowiednich treści.

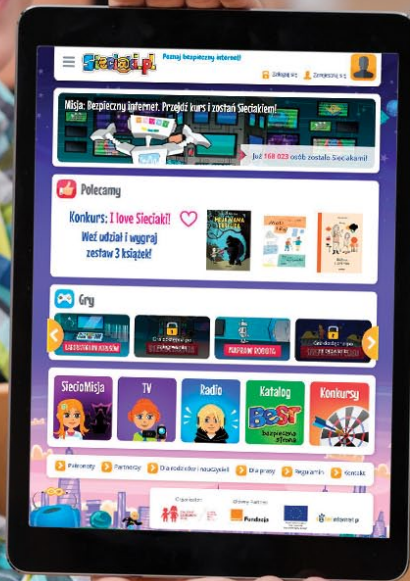
Dzieci mogą korzystać z serwisu oraz zamieszczonego w nim kursu e-learningowego „Misja: Bezpieczny Internet” samodzielnie lub w towarzystwie rodziców. Poszczególne elementy serwisu mogą być również podstawą zajęć szkolnych.

 Sieciaki.pl



SERWIS INTERNETOWY I KURS E-LEARNING  
DLA DZIECI 9-11 LAT

# Poznaj bezpieczny internet



Nowa wersja!  
Dostępna również na  
urządzeniach mobilnych.

© contrastwerstat - Fotolia.com



dawid  
Fundacja  
Dzieci  
Nicerje

s@ferinternet.pl



Współfinansowane  
przez Unię Europejską  
Instytutem Nauki i Edukacji

Główny Partner

Fundacja 

# Kampania „Chroń dziecko w sieci”

Kampania „Chroń dziecko w sieci” ma na celu przestrzec rodziców przed konsekwencjami kontaktów dzieci w wieku przedszkolnym i wczesnoszkolnym ze szkodliwymi treściami w internecie i wskazać im, jak ograniczyć ryzyko takich kontaktów.

Odwiedź stronę kampanii [dzieckowsieci.pl](http://dzieckowsieci.pl)

Posłuchaj piosenki i zobacz poradniki nagrane z udziałem Tadeusza Sznuka

Kampania organizowana jest przez Fundację Dajemy Dzieciom Siłę (dawniej: Fundacja Dzieci Niczyje) oraz NASK w ramach działań Polskiego Centrum Programu Safer Internet.



# Chroń dziecko w sieci przed szkodliwymi treściami

To bardzo ważne i całkiem proste!

Dowiedz się jak: [dzieckowsieci.pl](http://dzieckowsieci.pl)

