



Zbudowanie systemu koordynacji i monitorowania regionalnych działań na rzecz kształcenia zawodowego, szkolnictwa wyższego oraz uczenia się przez całe życie, w tym uczenia się dorosłych

w ramach Krajowego Planu Odbudowy i Zwiększenia Odporności - Komponent A „Odporność i konkurencyjność gospodarki”, inwestycja A3.1.1 „Wsparcie rozwoju nowoczesnego kształcenia zawodowego, szkolnictwa wyższego oraz uczenia się przez całe życie”.

Bezpieczeństwo w sieci i cyberzagrożenia. Szkoła bez hejtu: budowanie kultury szacunku i dialogu

dr Monika Lis

Akademia WSB
WSB University



Cyberzagrożenia i cyberbezpieczeństwo*



Cyberzagrożenia to wszelkie niebezpieczeństwa wynikające z korzystania z Internetu, urządzeń cyfrowych i mediów elektronicznych, które mogą prowadzić do:

- utraty danych,
- naruszenia prywatności,
- szkód finansowych
- szkód psychicznych,

a także mogą **zagrozić bezpieczeństwu dzieci i dorosłych w sieci.**

Cyberzagrożenia obejmują m.in. **wirusy, ataki hakerskie, cyberprzemoc, nieodpowiednie treści, phishing, uzależnienie od Internetu czy manipulację informacyjną.**

**Ministerstwo Edukacji i Nauki (2023). Bezpieczeństwo dzieci i młodzieży w Internecie – materiały informacyjne dla nauczycieli i rodziców. Warszawa: MEiN. <https://www.gov.pl/edukacja>*



Europejskie „podwórko”, rok 2013

MAŁOPOLSKA
UCZY

Szwecja

Jakie urządzenia wola dzieci? – badana grupa 3 -4 latki:

ponad 50% używa tabletów

Ok. 25% używa smartfonów

Norwegia

Kiedy następuje inicjacja Internetowa?

Ponad 33% dzieci przed ukończeniem 3 r.ż.

*Livingstone, S., Mascheroni, G., Dreier, M., Chaudron, S., Lagae, K. (2015). How parents of young children manage digital devices at home: The role of income, education and parental style. Londyn: EU Kids Online, LSE.
Pobrane z: <http://www.lse.ac.uk/media@lse/research/EUKidsOnline/EUKidsIV/PDF/Parentalmediation.pdf>.



Europejskie „podwórko”

Wielka Brytania, rok 2014

Ile dzieci w populacji używa codziennie urządzeń mobilnych?

33% dzieci w wieku 3-4 lat

50% dzieci w wieku 5-7 lat

Jak długo?

3–4 latki w ciągu tygodnia 6,6 godziny

5-7 latki w ciągu tygodnia 7,2 godziny

90% rodziców starało się kontrolować używanie nowych technologii i Internetu przez dzieci m.in. poprzez wprowadzanie reguł dotyczących korzystania.

Ofcom (2014). Children and Parents: Media Use and Attitudes Report. Pobrane z:
http://stakeholders.ofcom.org.uk/binaries/research/media-literacy/media-use-attitudes-14/Childrens_2014_Report.pdf.



Statystyki światowe*

Za siedmioma górami, za siedmioma lasami...

Stany Zjednoczone, rok 2015

Kiedy dzieci rozpoczynają korzystanie z urządzeń mobilnych?

Ponad 33% dzieci zaczyna korzystać z urządzeń mobilnych przed 1. r.ż.

Ile dzieci korzysta?

98% dzieci w wieku 6 miesięcy – 4 lata

Ile dzieci posiada własny smartfon lub tablet?

Ponad 75% 4-latków

*Kabali, H., Irigoyen, M., Nunez-Davis, R., Budacki, J., Mohanty, S., Leister, K., Bonner, R. (2015). Exposure and Use of Mobile Media Devices by Young Children. Pediatrics, 136,6, 1044-1050.



Statystyki światowe

Stany Zjednoczone c.d.

Dlaczego dzieci korzystają z urządzeń mobilnych?

ŹŁE ZADANE PYTANIE

Dlaczego rodzice dają dziecku telefon?

uspokoić dziecko

zająć dziecko, kiedy wykonują prace domowe

przed snem – na dobranoc

urządzenie mobilne = telewizor*

***2 latki** spędzają tyle samo czasu przed telewizorem, co przed urządzeniem mobilnym.



Statystyki światowe

Stany Zjednoczone c.d.

Niepokojące tempo wzrostu...

75% dzieci w wieku od 1 do 5 lat korzysta z urządzeń mobilnych

W jakim wieku następuje inicjacja?

MEDIANA 12 miesięcy!!!

Ile dzieci korzysta z Internetu samodzielnie?

Niemal 25% dzieci korzysta **bez nadzoru ani pomocy rodziców.**



A tymczasem w Polsce... rok 2019*

Jaki jest wiek inicjacji?

2 lata i 2 miesiące

Korzystanie z urządzeń mobilnych przez dzieci:

Wiek dziecka	Odsetek dzieci korzystających z urządzeń mobilnych
Dziecko do 11 miesięcy	11,7
Dziecko od 12 do 23 miesięcy	36,3
Dziecko od 24 do 35 miesięcy	57,7
Dziecko od 36 do 47 miesięcy	62,8
Dziecko od 48 do 59 miesięcy	75
Dziecko od 60 do 72 miesięcy	76

*CBOS, 2019

*Na podstawie raportu Fundacja Dzieci Niczyje : http://fdds.pl/wp-content/uploads/2016/05/Bak_Korzystanie_z_urzadzen_mobilnych_raport.pdf

*M. Rowicka, M. Bujalski, (2025), Brzdąc w sieci – zjawisko korzystania z urządzeń mobilnych przez dzieci w wieku 0-6 lat. <https://kcpu.gov.pl/wp-content/uploads/2023/04/Brzdac-w-sieci-2.0.pdf>



A tymczasem w Polsce... rok 2019*

Ile dzieci w wieku przedszkolnym posiada własne urządzenie z dostępem do Internetu?

26% dzieci od 2 – 5 r.ż.

Średni czas korzystania przez dzieci z urządzeń mobilnych (0 – 6 lat):

przez 1 godzinę i 9 minut w dni powszednie

przez 1 godzinę i 20 minut w weekendy / dni świąteczne

przez 1 godzinę i 32 minuty w dni, w które dziecko pozostaje w domu np.
podczas choroby

Spędzanie czasu w sieci to czynność społeczna?

większość dzieci spędza czas w Internecie w towarzystwie rodziców lub innych dorosłych

mniej dzieci spędza czas samemu

najrzadziej korzystają z innymi dziećmi



A tymczasem w Polsce... rok 2019

W jakich sytuacjach dzieci korzystają z Internetu?

69% rodziców udostępnia dzieciom urządzenia, kiedy muszą zająć się własnymi sprawami

49% rodziców stosuje to jako rodzaj nagrody dla dziecka

33% 2-latków korzysta z Internetu przy posiłkach

Inne sytuacje:

nuda, zabicia czasu, np. podczas podróży samochodem, podczas oczekiwania w kolejce do lekarza, kiedy dziecko choruje, podczas podróży komunikacją zbiorową.



A tymczasem w Polsce... rok 2019

Co w Internecie oglądają dzieci 2 – 5 letnie?

według rodziców - treści dostosowane do wieku

Co w Internecie oglądają dzieci najmłodsze 12 – 23 miesięczne?

treści zróżnicowane, nie tylko takie, które są adresowane wyłącznie do dzieci –
dzieje się to 3 razy częściej niż wśród dzieci 2 - 5 letnich

Do jakich celów używają dzieci Internet?

79% dzieci ogląda filmy

62% gra na smartfonie lub tablecie

63% dzieci zdarzyło się bawić smartfonem lub tabletem bez konkretnego celu



A dzieci zapytane...

do czego nam służą urządzenia mobilne? Tak odpowiedziały:

Ch2: *Do słuchania, do grania*

Ch3: *Do rysowania*

Dz2: *Do wysyłania*

Dz1: *I można dzwonić do kogoś*

Dz5: *Moja babcia ma taki tablet na którym się maluje*

Ch1: *Do oglądania jakie są rzeczy w sklepach*

Ch2: *Do oglądania bajek*

Ch2: *Można zamówić paczkę albo na tablecie, albo na komputerze*

D2: *Można puszczać muzykę.*

D2: *Można na przykład grać...*

Dz4: *Żeby dzwonić jak, żeby nie przychodzić do jego domu*

Ch3: *Do płacenia rachunków*

Dz4: *Ja nie wiem gdzie to jest, ale można sobie włączyć nawigację*

Dz4: *Też można jakby ktoś miał ktoś inny telewizor i nie mógł oglądać, to może oglądać na tablecie Netflix*



Czy w takim razie są korzyści z korzystania przez dzieci z urządzeń mobilnych?



Rodzice zabrali głos:

- korzyści dydaktyczne, takie jak nauka języków obcych, liczenia, rysowania, nauka kolorów,
- korzystanie z urządzeń stanowi pomoc w rozwijaniu pasji i zainteresowań dziecka,
- pozostawanie w kontakcie z rodziną,
- tzw. kompetencje cyfrowe - nabywanie umiejętności posługiwania się nowymi technologiami, które w ich opinii są niezbędne dla funkcjonowania ich dzieci w świecie gwałtownych zmian technologicznych.



Czego obawiają się rodzice?

- **instalowania** przez dzieci płatnych aplikacji bądź aplikacji wymagających dokonywania opłat w trakcie korzystania z nich przez dziecko,
- **ekspozycji na krzykliwe filmy** „przeładowane” kolorami i dźwiękami,
- **ekspozycji na treści przyciągające uwagę dzieci**, lecz pozbawione walorów edukacyjnych, np. reklamy słodczy, promowanie spędzania czasu grając na komputerze,
- **ekspozycji na wulgaryzmy** i treści przedstawiające agresję fizyczną i werbalną, które mogą przekładać się na agresywne i przemocowe zachowania dzieci,
- **kolejkowania filmów** i w związku z tym braku kontroli nad treścią - dalsze filmiki mogą przedstawiać np. przemoc, wypadki, zachowania ryzykowne, uśmiercanie bohaterów, treści budzące u dziecka strach.
- **ryzyka podpinania się niepożądanych treści** np. stron pornograficznych pod strony, na których dzieci oglądają materiał video,
- **reklam** adresowanych do dzieci, jak i reklam adresowanych do dorosłych, które mogą pojawiać się na ekranach urządzeń, kiedy korzystają z nich dzieci.



Zdiagnozowane zagrożenia

ZAGROŻENIA ZDROWOTNE

RZADKO WSKAZYWANE PRZEZ RODZICÓW:

- uszczerbki somatyczne,
- uszkodzenie wzroku,
- zwyrodnienie kręgosłupa,
- ograniczenie mobilności fizycznej.

CZĘSTO WSKAZYWANE PRZEZ RODZICÓW:

- zagrożenia zdrowia psychicznego: nadpobudliwość, niepokój, przebodźcowanie, rozdrażnienie, gniew, napady agresji bądź autoagresji, histeria, problemy z koncentracją, problemy ze snem i z zasypianiem,
- problemy z płynnością mowy, z logicznym myśleniem, z wykonywaniem prac manualnych, z brakiem umiejętności określenia swoich zainteresowań, wyrażania emocji.



Zdiagnozowane zagrożenia

ZACHOWANIA NAŁOGOWE

- korzystanie z urządzeń wiąże się z ryzykiem uzależnienia,
- używanie kompulsywne (wewnętrzny nakaz),
- objawy odstawienia: smutek, rozdrażnienie, niepokój, frustracja, agresja,
- trudności w kontrolowaniu używania urządzeń,
- oszukiwanie rodziców na temat czasu spędzonego na korzystaniu z urządzenia.

MAMY PROBLEM. I CO DALEJ?

Dopiero na tym etapie rodzice dostrzegają potrzebę ograniczania korzystania z urządzeń.



Zdiagnozowane zagrożenia

ZAGROŻENIA SPOŁECZNE

- wyobcowanie i izolacja,
- nieumiejętność nawiązywania i utrzymywania relacji z rówieśnikami,
- nieumiejętność wyrażania emocji,
- pojawienie się zachowań przemocowych,
- trudności w utrzymaniu interakcji [*nie słuchają, są nieobecne, nadpobudliwe*],
- wypieranie konieczności wypracowania umiejętności poznawczych u dziecka, np. matematycznych [*do wszystkiego jest aplikacja*],
- wypieranie konieczności poprawnego posługiwania się pismem [*oni jak piszą na komputerze to od razu z automatu są podkreślane błędy*],
- wadliwe schematy poznawcze wypracowane w toku socjalizacji z urządzeniem - korzystanie w innym celu niż rozrywka, sprawia dzieciom trudności.



A może tak ograniczyć?



W TEORII...

Rodzice mają tego absolutną świadomość – tak, trzeba ograniczyć korzystanie przez dzieci z urządzeń mobilnych.

My, jako rodzice, też musimy ograniczyć korzystanie z urządzeń, aby dawać dzieciom dobry przykład.

W PRAKTYCE...

Często brakuje konsekwencji ze strony rodziców i opiekunów.

Rodzice starają się nie używać urządzeń przy dzieciach.

Rodzice starają się nie używać urządzeń w niektórych sytuacjach, np. podczas posiłków.



A zasady korzystania z urządzeń?

1. CZAS KORZYSTANIA

Limit czasu, dni, pory dnia, godziny, kiedy urządzenie musi być odłożone.

2. SYTUACJE

Zakaz podczas sytuacji rodzinnych, np. podczas posiłków, spacerów, spotkań rodzinnych.

3. KONSEKWENCJE NIEPRZESTRZEGANIA ZASAD

Oddanie urządzenia przez dziecko do „pudełka odpoczynku” – bez kreowania sytuacji kary lub nagrody za dobre zachowanie.





Pedagogizacja rodziców

1. **przekazanie wiedzy na temat zagrożeń** związanych z korzystaniem z urządzeń mobilnych (i ekranów ogólnie),
2. **poszerzenie umiejętności organizowania czasu** dziecka i sposobów spędzania czasu z dzieckiem.

Dzieci w wieku do 18. miesiąca życia nie powinny mieć kontaktu z ekranami telewizyjnymi, komputerowymi czy mobilnymi.

Nadzorowanie kontaktu dziecka z treściami w Internecie poprzez obecność rodzica / opiekuna.

Pilnowanie maksymalnego czasu korzystania z urządzeń, by nie przekraczał godziny dziennie.

Nie traktować urządzenia mobilnego jako nagrody.

Używać urządzeń mobilnych w sposób funkcjonalny.



W jaki sposób przedszkole może wesprzeć rodziców?

Rozmowa z dziećmi:

- o tym, co robią w sieci /na urządzeniu,
- jakie treści widzą,
- czego się boją, by budować zaufanie do dorosłych.

Edukacja i integracja tematu: np. poprzez wspólne wypracowanie prostych zasad korzystania z urządzeń/Internetu, uczenie mówienia o swoich emocjach (np. „czuję się smutny, kiedy ktoś...”)

Budowanie kultury szacunku w realu, aby zapobiegać przyszłym zachowaniom wykluczającym w sieci, z którymi niestety dzieci zetkną się w wieku szkolnym. Promowanie dobrych zachowań:

- szanujemy się, nie mówimy brzydkich słów, pomagamy sobie, włączenie rówieśników w codzienne zabawy i rozmowy, nazywamy i wyrażamy uczucia.

Programy profilaktyczne dla rodziców i opiekunów

Nazwa programu/inicjatywy	Strona internetowa	Uwagi
„Cyberbezpieczni” – program profilaktyczny Policji	https://rzeszow.bip.policja.gov.pl/287/programy-prewencyjne/29774%2CProgram-profilaktyczny-Cyberbezpieczni.html (Komenda Miejska Policji w Rzeszowie)	Program zawiera także działania dla rodziców/opiekunów, szkolenia i materiały informacyjne.
„Wspólne kroki w Cyberświecie”	https://fundacijapozaschematami.pl/wspolne-kroki-w-cyberswiecie/ (Fundacja Poza Schematami)	Program dla uczniów klas III SP + element spotkań z rodzicami.
„Loguj się z głową!”	https://www.gov.pl/attachment/5422bd5c-072e-49b1-b845-94e8bc13cddb (Gov.pl)	Wersja programu dla rodziców – spotkania, co dziecko robi w sieci, cyberprzemoc.
„Materiały do CYBER lekcji” – Gov.pl	https://www.gov.pl/web/baza-wiedzy/materialy-do-cyberlekcji (Gov.pl)	Zasoby również dla rodziców/koordynatorów – scenariusze, infografiki.
Artykuł „Procedura postępowania w przypadku cyberprzemocy”	https://pedagogonline.pl/procedura-postepowania-w-przypadku-cyberprzemocy/ (Pedagog Online)	Materiał dla szkół, rodziców i pedagogów – co robić przy incydencie, w tym rola rodzica.



Programy profilaktyczne dla dzieci przedszkolnych dotyczące bezpieczeństwa cyfrowego

sieciaki.pl - NASK – Państwowy Instytut Badawczy / Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę

„Dziecko w sieci” - Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę (FDDS)

„Asy Internetu” (Be Internet Awesome) - Google Polska i Fundacja Szkoła z Klasą

„Cyfrowobezpieczni.pl” - NASK / Ministerstwo Edukacji i Nauki

„Domowe Zasady Ekranowe” - Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę / WHO / UNICEF

„Owce w sieci” - NASK / Saferinternet.pl

„Mój pierwszy smartfon” - Orange Polska i Fundacja Orange

„Klikam z głową” - Polska Policja / MEN / ORE

Polecane do zapoznania się

1. Wojtasik, Ł. (2020). *Sieciaki. Misja: bezpieczny Internet*. Muchomor. (książka fabularna/edukacyjna dla dzieci — seria „Sieciaki”).
2. Danowski, B., & Krupińska, A. (2007). *Dziecko w sieci*. Helion. (poradnik praktyczny dla rodziców i nauczycieli — przystępne wyjaśnienia zagrożeń i zasad).
3. NASK — Państwowy Instytut Badawczy. (n.d.). *Sieciaki — materiały edukacyjne dla dzieci*. Sieciaki.pl. Pobrane z: <https://sieciaki.pl>
4. Google Polska. (2019). *Asy Internetu (Be Internet Awesome) — podręcznik / materiały dla nauczycieli (0–3)* [PDF]. Pobrane z: https://storage.googleapis.com/gweb-interland.appspot.com/pl-all/hub/pdfs/Asy_Internetu_scenariusze_lekcji_update_2.pdf
5. SaferInternet.pl (projekt krajowy / NASK). (n.d.). *Owce w sieci — kreskówki i materiały metodyczne dla dzieci* [materiały edukacyjne]. Pobrane z: <https://www.saferinternet.pl/menu/materiały-edukacyjne/materiały-multimedialne/owce-w-sieci.html>
6. Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę (FDDS). (n.d.). *Domowe zasady ekranowe — przewodnik dla rodziców i opiekunów*. Pobrane z: <https://domowezasadyekranowe.fdds.pl>
7. Urząd Komunikacji Elektronicznej / Centrum Informacji Konsumenckiej. (2024). *Klikam z głową — poradnik dla rodziców i nauczycieli* [PDF]. Pobrane z: https://cik.uke.gov.pl/gfx/cik/userfiles/_public/poradniki/poradnik_klikam_z_glowa_1_2.pdf
8. Orange Polska / Fundacja Orange. (n.d.). *Pierwszy smartfon — jak wprowadzać dzieci w korzystanie z urządzeń (poradnik artykułowy)*. Pobrane z: <https://www.orange.pl/razemwsieci/pierwszy-smartfon>
9. Ośrodek Rozwoju Edukacji (ORE). (2023). *Bezpieczeństwo w sieci — materiały i scenariusze dla nauczycieli (przedszkola i szkoły)*. Pobrane z: <https://ore.edu.pl/2023/03/bezpieczenstwo-w-sieci/>
10. CyberProfilaktyka / Projekt edukacyjny (n.d.). *Standard bezpieczeństwa online placówek oświatowych* [dokument/wytyczne do wdrożenia w placówkach]. Pobrane z: https://cyberprofilaktyka.pl/publikacje/ost_Standard_bezpieczenstwa_online_placowek_oswiatowych.pdf