

Chroń dziecko w sieci



przed szkodliwymi treściami

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

Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę
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.

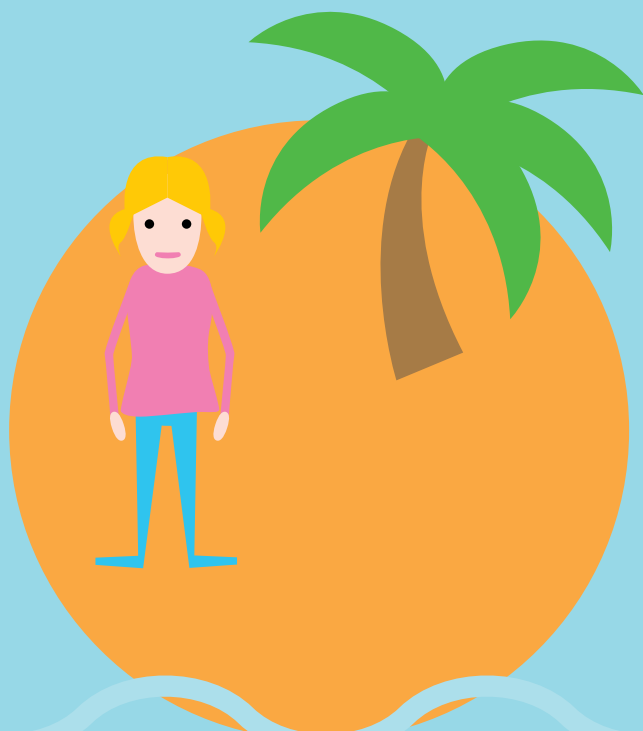
Do szkodliwych treści zazwyczaj zalicza się:

- **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.

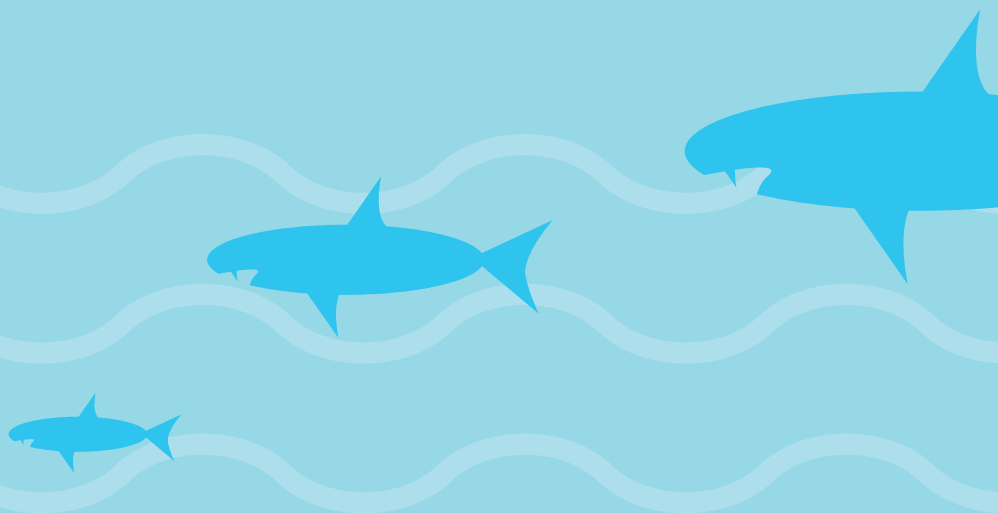


Skala zjawiska

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



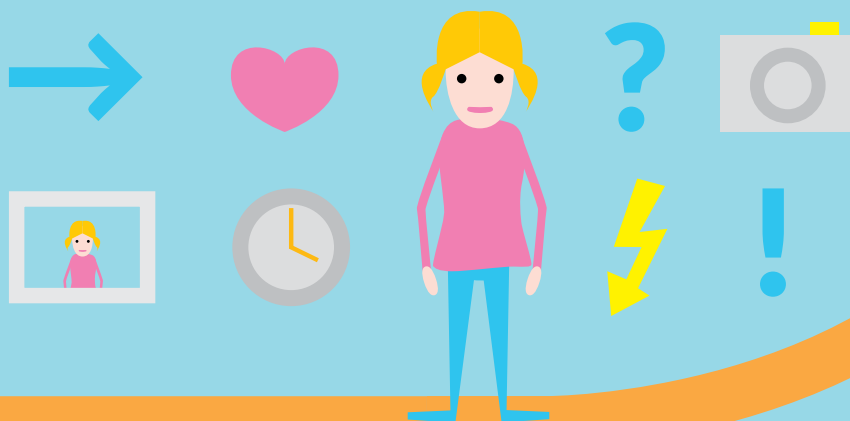
1. Ustal z dzieckiem zasady korzystania z internetu

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 wskazanych 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

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. 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)

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 przstraszyły 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

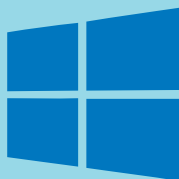
Udostępniając dziecku urządzenie z dostępem do internetu, należy odpowiednio skonfigurować ich system operacyjny. Jest to dosyć proste i powoduje znaczne ograniczenie dostępu do szkodliwych treści.



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 sterowania.

Zobacz filmy pokazujące krok po kroku jak konfigurować urządzenia na 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. FDDS 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: sieciaki.pl/best

Przeglądarka internetowa BeSt: fdds.pl/best

Katalog bezpiecznych aplikacji BeStApp: 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



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**

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

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.

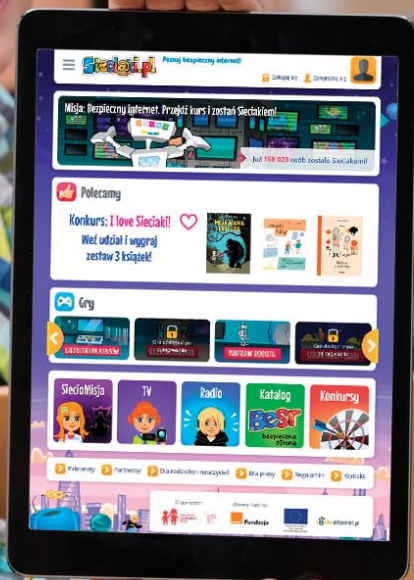
Dzieci mogą korzystać z serwisu oraz zamieszczonego w nim kursu e-learningowego „Misja: Bezpieczny Internet” samodzielnie lub w towarzystwie rodziców. Poszczególne elementy serwisu mogą być również podstawą zajęć szkolnych.





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

Poznaj bezpieczny internet



Nowa wersja!
Dostępna również na
urządzeniach mobilnych.

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

Posłuchaj piosenki i zobacz poradniki nagrane
z udziałem Tadeusza Szuka

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

