

Zapobieganie zagrożeniom związanym z korzystaniem przez młodzież z Internetu



Od kiedy istnieje Internet?

- Historia Internetu zaczyna się **29 października 1969** roku, kiedy to w Uniwersytecie Kalifornijskim w Los Angeles (UCLA), a wkrótce potem w trzech następnych uniwersytetach zainstalowano w ramach eksperymentu finansowanego przez ARPA (Advanced Research Project Agency), zajmującą się koordynowaniem badań naukowych na potrzeby wojska.
- Rok 1991 jest symbolicznie uznawany za początek Internetu w Polsce. Początkowo dostęp do sieci miała tylko NASK i kilka instytucji naukowych w **Polsce**. Pierwszy portal internetowy autorstwa Polaków zadebiutował w 1995 roku. Była to Wirtualna **Polska**. W kwietniu 1996 roku Telekomunikacja **Polska** uruchomiła dostęp anonimowy do Internetu przez modemy.

Internet

- **Internet** - to kopalnia wiedzy i plac zabaw. Jednocześnie jednak sieć jest "wielkim śmietnikiem". Oprócz wielu wartościowych rzeczy dzieci i młodzież mogą znaleźć też treści, z którymi kontakt jest dla nich po prostu szkodliwy.



Ankieta dotycząca Internetu

- Grupa badawcza: 40 uczniów - 10 z kl 1A, 10 z kl 2 TOT, 10 z kl 3 ZSZ, 10 z kl 4 TOT
- 100% badanych uczniów korzysta z Internetu: 78 % korzysta z Internetu w telefonach komórkowych (czyli ma dostęp cały czas) , 15 % korzysta z Internetu za pomocą laptopa, 7% korzysta z Internetu za pomocą komputera stacjonarnego.
- 90 % uczniów korzysta z Internetu codziennie, 10 % korzysta z Internetu 3-4 razy w tygodniu.
- Ile czasu dziennie spędzasz surfując po sieci?

0,5 – 1 godz.	32 %
2 – 3 godz.	35 %
4 - 5 godz.	22 %
6 godz. i więcej	10 %



Z czego młodzież najczęściej korzysta w Internecie?

- Komunikacja – serwisy społecznościowe, czaty internetowe, fora internetowe, poczta elektroniczna,
- Rozrywka – słuchanie muzyki, oglądanie filmów,
- Gry on-line,
- Ściąganie plików,
- Poszukiwanie informacji – korzystanie ze słowników, encyklopedii, rozwiązywanie zadań domowych, przegląd portali informacyjnych,
- Surfowanie po sieci bez celu,
- Zakupy,

- Czy Internet pomaga ci w nauce szkolnej?
tak 86 % nie 4 % nie używam do tego celu Internetu 10 %
- Czy Internet pomaga ci w rozwijaniu własnych zainteresowań, zdolności?
tak 95 % nie 5 %
- Czy zawierasz nowe znajomości przez Internet?
tak 70 % nie 30 %
- Czy zdarzyło ci się spotkać z osobą poznaną przez Internet?
nigdy 40 % tylko raz 25 % kilka razy 15 % wiele razy 20 %
- Czy uważasz że uzależnienie od Internetu jest możliwe?
tak 80 % nie 10 % nie mam zdania 10 %
- Czy uważasz, że jesteś uzależniony od Internetu?
tak 10 % nie 90 %




Gdzie kryje się zagrożenie?


- gry komputerowe i online
- czaty i komunikatory
- portale społecznościowe
- Internet mobilny i urządzenia mobilne
- nadużywanie internetu
- nierozważne publikowanie wizerunku
- szkodliwe treści, promowanie zachowań autodestrukcyjnych

Gry online

- Gry online to jedna z popularnych aktywności dzieci i młodzieży online. Współczesna oferta różnych gier jest ogromna: od stosunkowo prostych do niezwykle rozbudowanych
- Konstrukcja gier sprzyja ich **nadużywaniu** czy wręcz **uzależnieniu** od nich. Gry online zazwyczaj nie mają początku ani końca, a gracz zachęcany jest, aby ciągle podnosił swój wynik, co zazwyczaj wiąże się z wieloma godzinami spędzonymi przy komputerze.
- Wiele gier zawiera nieodpowiednie treści - **przemoc, seks, wulgaryzmy**.




- 
- Granie w **agresywne gry komputerowe**, np. polegające głównie na zabijaniu, **może zwiększać poziom agresji młodego gracza**. Analizy oparte na wynikach setek badań wskazują, że związek taki istnieje, a treść gier nie jest bez znaczenia w kształtowaniu się psychiki gracza.
 - **Zagrożenia związane z interakcją między graczami**. Większość gier online umożliwia kontakty z innymi graczami, których tożsamość pozostaje często nieznana, przy czym często nie wiadomo nawet, czy są to dorośli, czy dzieci. Umożliwia to wyłudzenie danych, naruszenia prywatności lub zachowania związane z przemocą.

- 
- **Określ zasady dotyczące czasu**, jaki twoje dziecko może przeznaczać na gry.
 - Zadbaj o to, by dziecko **nie grało codziennie**, ale nie ustalaj określonych dni np. wtorków i czwartków, dziecko cały tydzień będzie żyło oczekiwaniem na grę.
 - Zainteresuj się, czy gry w które gra twoje dziecko są **odpowiednie jego grupy wiekowej**.
 - Upewnij się, że twoje dziecko z powodu grania **nie zaniedbuje obowiązków** szkolnych i domowych.
 - **Zwróć uwagę**, czy w zachowaniu twojego dziecka nie pojawiają się **objawy uzależnienia od gier**.

Czaty i komunikatory

- W świetle badań przeprowadzonych w Polsce przez Fundację Dzieci Niczyje, korzystanie z komunikatorów jest drugą najpopularniejszą czynnością podejmowaną przez młodzież w Internecie. Czaty i komunikatory są niezwykle atrakcyjne dla dzieci i młodzieży, ponieważ dają im możliwość: kontaktów z innymi osobami, budowania relacji interpersonalnych opartych nie tylko na rodzinie i grupie rówieśniczej, jak również tworzenia nowej własnej osobowości online, również tej, która odbiega w swoich cechach od zwykłych zachowań danej osoby.
- Specyfika czatów jako narzędzi komunikacji, powoduje, że użytkownicy mogą być narażeni na **uwodzenie przez internet, akty cyberprzemocy czy kontakt z niebezpiecznymi treściami.**





- 
- Czaty i komunikatory to narzędzia pozwalające twojemu dziecku szybko i bezpłatnie kontaktować się z ważnymi dla niego osobami. Uczul dziecko, **aby nie dzieliło się online wszystkimi informacjami** o jakie proszą je rozmówcy.
 - **Sprawdź właściwości** czatu i komunikatorów, z których korzysta twoje dziecko: czy czat jest moderowany, czy ma ograniczenia wiekowe, czy usługi te dają możliwość zgłaszania niepokojących sytuacji i blokowania agresywnych użytkowników.
 - Porozmawiaj z dzieckiem o tym, dlaczego ważne jest by **przestrzegało regulaminu** w przypadku czatów mających ograniczenia wiekowe. Jego łamanie może się wiązać z sytuacjami nieprzyjemnymi, trudnymi i niebezpiecznymi, które na długo mogą pozostać w pamięci dziecka.
 - **Ostrzeż dziecko, by nie dało się namówić na zachowanie, które może sprowadzić na nie kłopoty** (np. rozebranie się przed kamerką internetową). Po drugiej stronie mogą być osoby, które mogą mieć zupełnie inne intencje niż sądzi dziecko.

Portale społecznościowe

- Z najpopularniejszego portalu społecznościowego Facebook korzysta na całym świecie 2,2 mld osób (źródło: money.pl).
- Dokładnie 10 lat temu pojawiła się polska wersja językowa Facebooka. W Polsce platforma ma już ponad 16 mln aktywnych użytkowników (dane z 18.05.2018r www.bankier.pl)
- Użytkownicy portali społecznościowych mogą zapraszać do swoich znajomych osoby już korzystające z serwisu, jak i osoby z zewnątrz. Wiąże się z tym ryzyko, że na **listach kontaktów młodych ludzi znajdują się osoby, których tak naprawdę nie znają w świecie rzeczywistym**, a które będą miały bezpośredni dostęp do wielu informacji o dziecku.



- 
- Użytkownicy portali mogą być narażeni na **uwodzenie przez Internet, akty cyberprzemocy czy kontakt z niebezpiecznymi treściami**.
 - O negatywnym wymiarze działań w ramach portali społecznościowych można mówić w przypadku innego zjawiska tzw. **frappingu**. Polega ono na wykorzystaniu nieuwagi innego użytkownika, który nie wylogował się ze swojego konta, by podmienić jego zdjęcie profilowe, wstawić na profil komentarz, opis bądź inną treść, która w jakiś sposób ma go ośmieszyć.

- 
- **Poznaj portale z których korzysta twoje dziecko.** Wtedy będziesz mógł szybciej pomóc mu w razie ewentualnego zagrożenia.
 - **Zobacz jakie informacje twoje dziecko ujawnia na profilu** i wyjaśnij mu, dlaczego prywatność w internecie jest bardzo cenna. Uczul dziecko na możliwe konsekwencje podawania swojej fizycznej lokalizacji.
 - **Zwróć uwagę na to, jakie treści umieszcza na portalu twoje dziecko** – czasami młodzi internauci nie myślą o ewentualnych przykrych konsekwencjach swoich czynów. **Przypomnij dziecku, że przed oznaczeniem innych osób na publikowanych zdjęciach należy zapytać o ich zgodę.**
 - **Zapytaj dziecko, ilu spośród portalowych „znajomych” zna naprawdę.** Wyjaśnij mu, jakie zagrożenia wiążą się z dzieleniem się prywatnymi informacjami z nieznanymi osobami. Przypomnij dziecku, że nie ma obowiązku przyjmowania do grona znajomych wszystkich osób, które je zapraszają.
 - Upewnij się, że dziecko wie, jak w danym portalu zgłaszać niepokojące sytuacje lub treści.

Nadużywanie internetu

- Nadużywanie internetu nie sprowadza się jedynie do tego, że dana osoba dużo z niego korzysta. Obecnie nie tylko młodzież spędza w sieci co najmniej kilka godzin dziennie.
- **Nadużywanie internetu pojawia się wtedy, gdy osoba nie może kontrolować korzystania**, czuje wewnętrzny przymus wchodzenia do sieci, a ponadto ta aktywność niesie dla niej negatywne konsekwencje. Jedną z bardziej znanych definicji tego zjawiska, mówi, że z nadużywaniem internetu mamy do czynienia, gdy: **czas i intensywność korzystania z internetu wymyka się spod kontroli**, użytkownik spędza w sieci więcej czasu niż planował, odczuwa trudną do odparcia potrzebę korzystania z sieci; korzystanie z internetu **prowadzi do zaniedbywania innych aspektów życia**, przysparza problemów na różnych płaszczyznach lub powoduje subiektywnie odczuwane cierpienie.

- Z tej ogólnej charakterystyki wyprowadzić można konkretne objawy, które wskazują na to, że korzystanie z internetu przybiera formy patologiczne.

Woronowicz (2009) podaje następującą listę objawów:

- spędzanie przy komputerze coraz większej ilości czasu kosztem innych zainteresowań;
 - zaniebywanie obowiązków rodzinnych i szkolnych z powodu aktywności w internecie;
 - pojawianie się konfliktów rodzinnych związanych z internetem;
 - kłamstwa dotyczące czasu spędzanego w internecie;
 - podejmowanie nieudanych prób jego ograniczenia;
 - reagowanie rozdrażnieniem lub nawet agresją, gdy korzystanie z komputera jest utrudnione lub niemożliwe.
- **Oczywiście nadużywaniu internetu sprzyja łatwość jego dostępu, już nie tylko w komputerze, ale w każdym smartfonie.**




UZALEŻNIENIE OD INTERNETU - prawdziwa plaga XXI wieku

- Do niedawna za najbardziej uzależniające uchodziły narkotyki i alkohol. Teraz do listy groźnych uzależnień dołączył internet, który wciąga coraz więcej ludzi. Jest równie niebezpieczny! Uzależnienie od internetu - sieciorholizm, jest zjawiskiem nowym, ale dotyka już miliony ludzi na świecie.



Nierozważne publikowanie wizerunku

- Powszechna dostępność aparatów fotograficznych i kamer, w które wyposażona jest już większość telefonów komórkowych, daje niemal nieograniczone możliwości dokumentowania życia codziennego. I nie ma w tym nic niepokojącego do czasu, kiedy takie materiały nie trafią do sieci. A zdarza się to coraz częściej. Sprzyja temu rosnąca popularność serwisów społecznościowych.
- Dzieci i młodzież coraz częściej za pomocą smartfonów wrzucają zdjęcia swoje, ale także swoich znajomych, nie zastanawiając się nad tym, że raz opublikowane w Internecie zdjęcie jest praktycznie niemożliwe do całkowitego usunięcia go z sieci.
- Młodzież przy pomocy aparatów w telefonie dokumentuje każdy swój krok. **Publikują zdjęcia ze szkolnych korytarzy, a nawet toalet.**

- 
- Powszechność aparatów w telefonach doprowadziła także do sytuacji, w których młodzież **nagrywa lub robi zdjęcia osobom od których nie uzyskała na to zgody.**
 - Następnie filmy lub zdjęcia trafiają do sieci, na portale społecznościowe lub są rozsyłane w prywatnych wiadomościach do coraz szerszej grupy odbiorców. Niestety w większości przypadków **zdjęcia te lub filmy mają na celu ośmieszenie bądź nawet upokorzenie osoby będącej przedmiotem nagrania.**
 - Rozprzestrzeniając takie materiały w Internecie mamy do czynienia z aktem **cyberprzemocy/agresji elektronicznej**, ponieważ za ośmieszającymi zdjęciami i filmami pojawiają się w sieci, na portalach społecznościowych **obraźliwe i upokarzające komentarze.**
 - Sytuacje te coraz częściej doprowadzają do **wykluczenia danego dziecka w najbliższym otoczeniu. Dziecko nie potrafiąc poradzić sobie z odrzuceniem i upokorzeniem, w ostateczności może nawet podjąć próbę samobójczą**

Szkodliwe treści

- Internet jest przestrzenią, w której każdy może publikować treści. W związku z tym online znajdują się również materiały nieodpowiednie dla dzieci i młodzieży. Za nieodpowiednie treści mogą być uznane np. **wulgaryzmy, pornografia, ale także takie, które wywołują negatywne emocje, nadmierne pobudzenie, uzależnienie, wprowadzają w błąd lub zachęcają do zachowań autodestrukcyjnych.** Mogą zachęcać też do zachowań odbiegających od normy i zagrażających zdrowiu lub życiu oraz wpływać na kształtowanie się fałszywych przekonań na temat świata oraz siebie.
- W internecie dzieci mogą mieć również dostęp do treści, które przedstawiają **zachowania antyspołeczne w pozytywnym świetle**, opisują np. jak włamać się do komputera, **jak zdobyć narkotyki i je zażywać** lub jak je zastąpić legalnymi substancjami o podobnym działaniu

- Inne strony mogą **zachęcać do zachowań autoagresywnych, jak samookaleczanie, zaburzenia odżywiania i samobójstwo**. Strony, które pochwalają zachowania autodestrukcyjne mogą być niebezpieczne dla zdrowia i życia dziecka, ponieważ dzięki nim może się ono dowiedzieć, w jaki sposób skrzywdzić siebie, oraz jednocześnie utwierdzić się w przekonaniu, że tego typu zachowania są jedynym właściwym wyjściem z problematycznej sytuacji. Mogą nawet zawierać wskazówki, w jaki sposób ukryć te zachowania przed rodziną i przyjaciółmi.
- **Zainstaluj na komputerze filtr kontroli rodzicielskiej**, który ograniczy kontakt dziecka z treściami szkodliwymi, oraz oprogramowanie, które zablokuje wyskakujące okienka.
- **Wy tłumacz dziecku, że nie wszystko, co znajduje w sieci jest prawdą** i że internet jest pełen sugestii oraz porad, które mogą być szkodliwe dla zdrowia i nawet życia.




- **Rozmawiaj z dzieckiem** o tym, jakie treści napotyka w internecie i dai mu

Czym są patostreamy?

To często bardzo długo trwające transmisje, w których przekazywane są bardzo kontrowersyjne treści, np.:

- libacje alkoholowe
 - wyzywanie się wzajemnie partnerów
 - bijatyki
 - publiczne obrażanie i ponizanie innych,
 - nakłanianie nieletnich do odbycia stosunku seksualnego
 - grożenie przypadkowym osobom śmiercią lub trwałym kalectwem
 - prześladowanie na tle religijnym lub na tle orientacji seksualnej
- i wiele innych patologicznych zachowań.




Na czym polega „sukces” patostreamów?

- Patostreamy na Polskim YouTube są od około 18 miesięcy, ale głośno o całym zjawisku zaczęło się robić wraz z początkiem roku. Skąd tak rosnąca popularność wśród Polskiej publiczności YouTube? Odpowiedź jest prosta, to co kontrowersyjne, to najbardziej przyciąga widzów. Chociaż na streamach promowane są zachowania przyjęte jako niedopuszczalne to i tak z każdym miesiącem twórcom streamów przybywa po kilka tysięcy subskrybentów.
- Streamy są oparte na donejtach, są to z założenia małe kwoty przekazywane przez widzów i chociaż większość z nich nie przekracza **10 zł**, ale jest ich na tyle dużo, że potrafią dziennie zbierać ich nawet 1000 zł.



Wpływ patostreamów na dzieci

- Od początku „mody” na patostreamy psycholodzy i pedagodzy zwracali uwagę na ich negatywny wpływ na dzieci i młodzież. Gdy dorośli ogląda patostreamy, śmieje się najczęściej z głupoty w nich pokazanej albo wyłącza oburzony tym, co widzi. Dziecko jest zafascynowane i chce naśladować „fajną zabawę”, a to jest niebezpieczne.
- Dziecko wierzy w to, co widzi. Rzeczywistość przyjmuje dosłownie i uważa, że jeśli ktoś się śmieje z podpalania kolegi, to jest to super zabawa. Dziecko uwierzy, że jak wyskoczy z okna to najwyżej będzie je noga bolała, ale koledzy będą bili brawo więc to super pomysł. Uwierzy, bo widziało to w Internecie.

- 
- [Badania pokazują](#), że 70 proc. dzieci korzysta z YouTube'a bardzo często, a 93 proc. nastolatków jest online cały czas. Internet przeglądają głównie na smartfonach, najczęściej oglądając YouTube'a i grając w gry online – Anna Rywczyńska, Koordynatorka Polskiego Centrum Programu Safer Internet, NASK - Państwowy Instytut Badawczy (04.2018)
 - **60 proc. rodziców nie ma pojęcia o tym, co dzieci robią w internecie** (NASK - Państwowy Instytut Badawczy 04.2018)

Dowiedz się więcej

- ▶ <https://www.cyfrowobezpieczni.pl>
- ▶ <http://cybernauci.edu.pl/>

