

Zdradliwe  
okno na świat  
– co dzieci  
mogą spotkać  
w internecie?



Fundacja Pedagogium

Zdradliwe  
okno na świat  
– co dzieci  
mogą spotkać  
w internecie?

Opracowanie  
AGNIESZKA E. TAPER

Warszawa 2009

**Sfinansowano ze środków Ministerstwa Zdrowia**

Praca powstała w ramach projektu edukacyjnego Fundacji Pedagogium.

Autor projektu prof. dr hab. Mariusz Jędrzejko

**Recenzenci:**

prof. dr hab. Mariusz Jędrzejko – Uniwersytet w Białymstoku

dr Sławomir Sobczak – Akademia Pedagogiki Specjalnej

im. Marii Grzegorzewskiej w Warszawie

**Współpraca autorska i opracowanie graficzne:**

Anna Chaberska

© Copyright by Agnieszka E. Taper & Fundacja PEDAGOGIUM, Warszawa 2009

**Wydawcy:**

Fundacja PEDAGOGIUM

ul. Marszałkowska 115,

00-102 Warszawa,

[www.fp.org.pl](http://www.fp.org.pl)

e-mail: [fundacja@pedagogium.pl](mailto:fundacja@pedagogium.pl)

Oficyna Wydawnicza ASPRA-JR

03-982 Warszawa, ul. Dedala 8/44

tel. 0-602-247-367. fax 615-34-21

e-mail: [oficyna@aspra.pl](mailto:oficyna@aspra.pl)

[www.aspra.pl](http://www.aspra.pl)

ISBN 978-83-7545-115-3

**Opracowanie powstało przy współpracy  
z PEDAGOGIUM**

**Wyższą Szkołą Pedagogiki Resocjalizacyjnej w Warszawie  
oraz Centrum Profilaktyki Uzależnień**



## Spis treści

Zamiast wprowadzenia . . . . .	7
<i>Rozdział I.</i>	
<b>W wielkiej SIECI . . . . .</b>	<b>9</b>
1.1. Cyberprzestrzeń . . . . .	10
<i>Rozdział II.</i>	
<b>Co dzieci i młodzież znajdą w Internecie . . . . .</b>	<b>11</b>
2.1. Strony internetowe . . . . .	11
2.2. Komunikatory i czaty . . . . .	12
2.3. Fora internetowe . . . . .	14
2.4. Blogi . . . . .	15
<i>Rozdział III.</i>	
<b>Ciemna strona Internetu – zagrożenia . . . . .</b>	<b>17</b>
3.1. Uzależnienie od Internetu i komputera – infoholizm . . . . .	17
3.2. Anonimowość a przestrzeganie norm społecznych . . . . .	21
3.3. Kreowanie tożsamości . . . . .	22
<i>Rozdział IV.</i>	
<b>Jak pilnować dziecka w SIECI? Kilka porad praktycznych . . . . .</b>	<b>23</b>
4.1. Jak zabezpieczyć komunikatory? . . . . .	26
4.2. Historia przeglądanych stron – jak do tego dotrzeć? . . . . .	27
4.3. Internetowe strony dla rodziców . . . . .	30
4.4. Netykieta . . . . .	30
4.5. Słowniczek skrótów internetowych używanych często na czatach i w komunikatorach . .	32



# Zamiast wprowadzenia

Cyberprzestrzeń jest jednym z najbardziej intrygujących obszarów socjalizacji i interakcji społecznych współczesnego człowieka. Przestrzeń ta nie tylko rozszerza się ilościowo (coraz większa liczba osób korzystających z nowych technik i narzędzi multimedialnych sięgająca już 1,5 mld), ale także jakościowo (coraz szybsze i wydajniejsze urządzenia). Jak się wydaje, w najbliższych dekadach czekają nas kolejne rewolucje i przełomy technologiczne w cyberprzestrzeni, a ona sama będzie obejmowała kolejne miliony (miliardy?) ludzi. Możemy przyjąć tezę, że świat XXI wieku będzie światem wielkiej cyberprzestrzennej rewolucji.

W tym świecie obok dorosłych spotykamy coraz więcej dzieci. Dla nich cyberprzestrzeń to nie tylko świat nowych wrażeń, kolorów i wizualizacji, ale także przestrzeń spotkań z innymi ludźmi. Niestety, do tych spotkań znacząca część młodych ludzi nie jest przygotowana emocjonalnie, ze względu na posiadaną wiedzę, jak i zdolność kształtowania interakcji społecznych. I o tym właśnie jest to opracowanie. O szansach, jakie dają komuter i Internet, ale także o potrzebie kształtowania asertywności dzieci, umiejętności rozumnego posługiwania się tym wielkim narzędziem. Adresujemy je przede wszystkim do pedagogów i rodziców, choć pewnie wiele z tych treści przyda się każdemu, kogo „wciąga SIEĆ”. Jego autorka, mgr Agnieszka Taper, dysponuje rzetelną wiedzą o współczesnej cyberprzestrzeni, zna ją od strony pedagogicznej, socjologicznej, jak i technicznej. Mamy nadzieję, że przygotowane przez nią, we współpracy z pedagogiem mgr Anną Chaberską, opracowanie będzie przydatne w kształtowaniu zrównoważonych relacji dziecko – cyberprzestrzeń.

prof. dr hab. Mariusz Jędrzejko  
PEDAGOGIUM Wyższa Szkoła Pedagogiki Resocjalizacyjnej  
Centrum Profilaktyki Uzależnień





# W wielkiej SIECI

Początki Internetu sięgają lat 70. ubiegłego wieku. To wielkie zjawisko i jedno z największych wydarzeń technologicznych w dziejach ludzkości zaczęło się od badań nad komunikacją w warunkach wojny nuklearnej. Później badania przejęły ośrodki akademickie, a wraz z rozwojem technologicznym w połowie lat 90. XX wieku Internet zaczął trafiać „pod strzechy”<sup>1</sup>. Wielu Czytelników zapewne pamięta początki Internetu w Polsce: łączenie się przez modem, później pierwsze oferty stałych łącz. Obecnie pakiet z Internetem oferują już niemal każda telewizja kablowa oraz operatorzy telefoniczni. Współcześnie komputer jest już narzędziem „udomowionym”, wręcz naturalnym. Jego użytkownicy mają też coraz większe możliwości uzyskania połączenia z globalną siecią, zwaną Internetem. Jak wskazują badania, większość dzieci w wieku gimnazjalnym i ponadgimnazjalnym ma dostęp do sieci (w domu, szkole). Wydawałoby się, że w dobie informatyzacji to tak powszechne zjawisko nie może być przyczyną jakichkolwiek niebezpieczeństw. Jednak kiedy dorosły użytkownik Internetu przypomni sobie ile razy dostał niechcianą pocztę, wiadomości od nieznanym użytkowników przez komunikator lub trafił całkiem przypadkowo na stronę z treścią erotyczną lub wręcz pornograficzną, powinien zadać sobie pytanie: czy Internet, będący dziś oknem na świat, jest całkowicie bezpieczny dla dzieci? Czy dziecko jest świadome i czy my jesteśmy świadomi, w jak niebezpieczne zakątki może trafić buszując po SIECI, często bez naszej wiedzy?

Internet przyciąga dzieci jak przysłowiowy lep na muchy, oferując im: bogactwo doznań, emocji, poznania nowych ludzi, kusi anonimowością (jakże złudną), podaje „na tacy” rozrywkę, wodzi na manowce, powoduje, że dzieci szybciej, niż wskazywałby na to rozwój emocjonalny, dowiadują się o ważnych aspektach życia, o których w pierwszej kolejności powinni mówić im rodzice. Tym samym szybciej wkraczają w dorosły świat erotyki (i pornografii), agresji i przemocy, manipulacji, świat, który nie do końca rozumieją.

*Cyberprzestrzeń staje się obszarem coraz liczniejszych zaburzeń i uzależnień. Dostrzegając wielkie szanse, jakie niosą nowe technologie, nie zauważamy coraz liczniejszej grupy ludzi, w tym dzieci, które są wciągane przez niewidoczną SIEĆ. Konsekwencją są zaburzenia emocjonalne, społeczne i zdrowotne.*

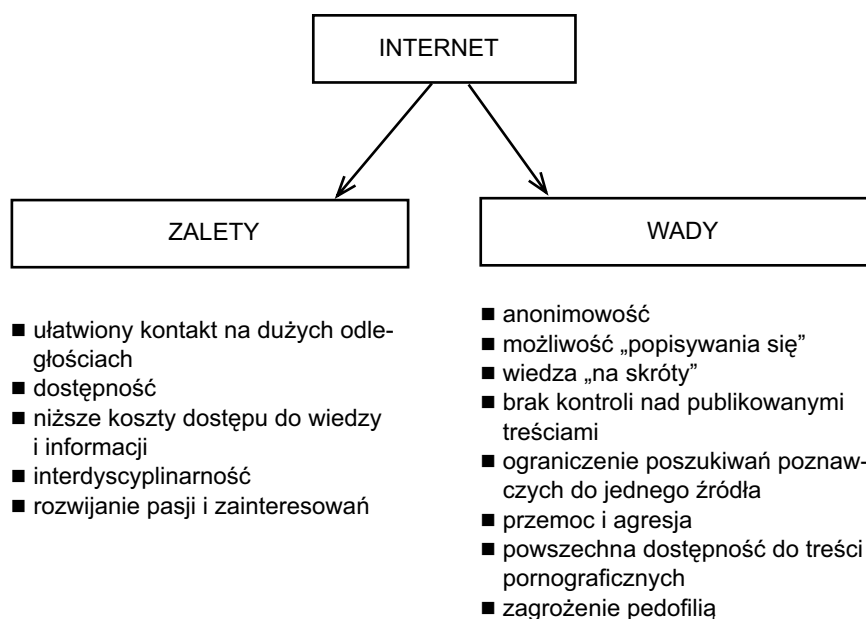
<sup>1</sup> M. Juza, *Elitarne i masowe formy komunikacyjnego wykorzystania Internetu*, w: *Re: Internet – społeczne aspekty medium. Polskie konteksty i interpretacje*, Wydawnictwa Akademickie i Profesjonalne, Warszawa 2006, s. 48.

## 1.1. Cyberprzestrzeń

*Sieć zmienia kształt relacji społecznych – maleją kompetencje społeczne na rzecz wzrostu kompetencji cyberprzestrzennych.*

Obszar, po którym poruszają się internauci, nazywamy cyberprzestrzenią. Pojęcie to zaproponował pisarz William Gibson, dla określenia wirtualnej rzeczywistości, w jakiej poruszały się opisywane przez niego postaci<sup>2</sup>. Cyberprzestrzeń to przestrzeń informacyjna – głównie Internet, ale też wcześniejsze osiągnięcia techniki komunikacyjnej: telefon, radio, telewizja. Stykamy się więc z nią, chcąc nie chcąc, codziennie: pracując na komputerze, oglądając telewizję, rozmawiając przez telefon, kupując różne przedmioty w internetowych sklepach, rezerwując przez sieć miejsce w hotelu. Internetowa cyberprzestrzeń umożliwia nam kontakt z innymi ludźmi, nierzadko mieszkającymi poza naszym krajem, pozwala wymieniać z nimi poglądy czy nawet kreować postacie w grze sieciowej. Przede wszystkim jednak cyberprzestrzeń daje możliwość tworzenia wirtualnych społeczności, których możemy być członkami, za jednym kliknięciem myszki. Znajdujemy nowych znajomych, którzy stają się częścią naszego wirtualnego życia. Dzięki swojej egalitarności, w sieci każdy traktowany jest tak samo: bez względu na wiek, płeć, rasę, wykształcenie czy stopień sprawności fizycznej<sup>3</sup>. Wirtualny świat pociąga wszystkich, którzy mieli z nim choć raz do czynienia: wydaje się być bezpieczny, pozwala odreagować stres i negatywne emocje, odbiega od rzeczywistości, oferując towarzystwo 24 godziny na dobę, 7 dni w tygodniu. W SIECI nikt nie jest samotny.

**Rys. 1. Wady i zalety Internetu – w kontekście relacji interpersonalnych**



<sup>2</sup> Definicja za: [http://www.techsty.art.pl/hipertekst/cyberprzestrzen/cybe\\_696.htm](http://www.techsty.art.pl/hipertekst/cyberprzestrzen/cybe_696.htm).

<sup>3</sup> A. Ben-Ze'ev, *Miłość w Sieci. Internet i emocje*, przeł. A. Zdziemborska, Dom Wydawniczy REBIS, Poznań 2005, s. 32.

# Co dzieci i młodzież znajdą w Internecie

## 2.1. Strony internetowe

Liczba stron internetowych już w 2006 roku przekroczyła 100 milionów<sup>4</sup> i nadal lawinowo rośnie. Obecnie każdy użytkownik za niewielką opłatą może wykupić domenę (czyli nazwę strony) i miejsce dla niej na jednym z serwerów. Nie trzeba mieć nawet większych umiejętności ich tworzenia: wystarczy skorzystać z setek dostępnych szablonów stron internetowych. Powoduje to przyrost stron, których treści często nikt nie kontroluje i nie weryfikuje. Podajmy tutaj przykład: choć znane są przypadki blokowania stron o charakterze nazistowskim (niektóre kraje prawnie zabraniają tworzenia takich stron na serwerach stojących na terenie danego kraju), to jednak w Internecie nadal można wiele takich stron spotkać (wystarczy wpisać w wyszukiwarkę interesującą nas frazę). Największą liczbę odwołań w najpopularniejszej wyszukiwarce Google ma słowo seks (i pochodne) – kilkaset milionów. Na takich stronach umieszczane są między innymi zdjęcia pornograficzne, krótkie filmy, odnośniki do kamerek internetowych, gdzie rozgłaszane panie prezentują swoje wdzięki. Niemal wszystkie oferują oglądanie tych atrakcji za darmo, nie ostrzegając przed zalogowaniem na stronę, iż zawiera ona treści przeznaczone tylko dla osób dorosłych. Nawet polskie portale, kiedy tylko mija godzina 22.00, oferują oglądanie półnagich kobiet, jeśli tylko zadeklarujemy, że jesteśmy pełnoletni – jako potwierdzenie wystarczy kliknięcie okienka z napisem „tak, wchodzę”, które ma potwierdzać ukończone 18 lat użytkownika. Kolejne niebezpieczne treści, jakie dziecko może spotkać surfując po stronach internetowych, to te związane z narkotykami, substancjami wzmacniającymi, pobudzającymi i sterydami. Tutaj nie ma żadnych ograniczeń – można znaleźć informacje: jak wyhodować konopie indyjskie albo wyprodukować domowym sposobem LSD, jak kupować narkotyki i jakie dają efekty, jak korzystać ze sterydów, jakie są dla nich substancje zastępcze lub pochodne, jak uchronić się przed wykryciem takich środków we krwi. Na stronach internetowych można również

<sup>4</sup> [http://it.wnp.pl/liczba-stron-internetowych-przekroczyla-juz-100-mln,16396\\_1\\_0\\_0.html](http://it.wnp.pl/liczba-stron-internetowych-przekroczyla-juz-100-mln,16396_1_0_0.html).

*Jedną z cech SIECI  
jest nieograniczony  
dostęp do niemal  
wszystkich informacji.  
Ta nieograniczoność  
jest zaletą  
i zagrożeniem.  
To drugie ujawnia się,  
gdy dziecko sięga po  
treści i zachowania,  
do których nie  
jest emocjonalnie,  
poziomem wiedzy  
i psychicznie,  
przygotowane.*

zistowskich, gdzie ich członkowie i osoby zafascynowane tą doktryną swobodnie głoszą swoje poglądy. Ponadto funkcjonuje wiele serwisów, gdzie można umieszczać różne amatorskie filmiki i zdjęcia, nie dba albo nawet wręcz zachęca się do zamieszczania tam obrazów prezentujących skrajną przemoc, agresywne zachowania, krwawe zdjęcia z wypadków samochodowych.

Innym, coraz bardziej niepokojącym faktem jest istnienie stron, które zawierają gotowe wypracowania, streszczenia lektur czy referaty. Prowadzi to do wytworzenia się w dzieciach i młodzieży uczącej się mechanizmu *nic nie muszą robić, wystarczy znaleźć w internecie*.

Szukając informacji w sieci potrzebnych do nauki, młodzi ludzie często nie zadają sobie trudu sprawdzenia ich gdziekolwiek indziej. Bezkrytycznie traktują informacje z Internetu jako wiarygodne, dowiedzione naukowo, zatem „pewne”. Dodajmy w tym miejscu, że zdarza się to nie tylko dzieciom w wieku szkolnym – również poważne agencje informacyjne, jak Reuter, korzystają z wiadomości umieszczonych na przykład na popularnej Wikipedii, nie sprawdzając ich wcześniej<sup>5</sup>.

## 2.2. Komunikatory i czaty

*Zanim dziecko zacznie używać czatów i forów, powinniśmy z nim o tym porozmawiać. Powinno znać zasady czatowania: szacunku dla drugiej osoby, zachowania tajemnicy, kultury języka, prawa innych osób do posiadania własnego zdania.*

Jak wskazują badania Fundacji Pedagogium<sup>6</sup>, 96% dzieci i młodzieży korzystających z komputera deklaruje, że jest on dla nich głównie źródłem komunikacji z rówieśnikami. Internet daje im możliwość rozmów przez komunikatory (Tlen, Gadu-Gadu, MSN Messenger, AQQ, klienty jabbera) oraz na czatach<sup>7</sup> – wirtualnych pokojach rozmów, dostępnych dzięki portalom internetowym (czat Wirtualnej Polski lub Onetu, CZATeria na Interii, rozmowę na czacie umożliwia również komunikator Tlen oraz IRC<sup>8</sup>). Użytkownicy mogą w ten sposób kontaktować się ze sobą za pomocą wiadomości tekstowych, będąc w najróżniejszych zakątkach świata. Na czatach rozmowy mogą być prowadzone na kanale ogólnym, widocznym i dostępnym dla wszystkich, lub jako rozmowa prywatna, widoczna tylko dla dwojga rozmówców (tzw. *priv*<sup>9</sup> albo potocznie „pójście w krzaki”). Każdy użytkownik nim wejdzie do pokoju rozmów wybiera sobie *nick* (z ang. *nickname* – ksywka, pseudonim); może to być nick tymczasowy bądź zarejestrowany, stały. Dodatkowo, by zindywidualizować nicki, portale oferujące przestrzeń komunikacyjną pozwalają na przypisanie do stałego *nicka awatara* – obrazka, który wyświetla się obok internetowego pseudonimu, kiedy jego właści-

<sup>5</sup> <http://planeta-terra.blogspot.com/2009/01/kolejne-wojenne-wpadki-agencji-reuters.html>.

<sup>6</sup> J. Bednarek, W. Bożejewicz, A. Andrzejewska, A. Chaberska, *Dziecko w Sieci*, Fundacja PEDAGOGIUM, Warszawa 2008, s. 119.

<sup>7</sup> Z ang. *chat* – rozmowa.

<sup>8</sup> IRC – *Internet Relay Chat* – narzędzie pozwalające się komunikować „na żywo” przez Internet przy pomocy odpowiedniego programu po zalogowaniu się na serwer umożliwiający tę usługę.

<sup>9</sup> Z ang. *priv* – *private message* – prywatna wiadomość.

ciel „odezwie się” na czacie. Użytkownicy czatów i komunikatorów by wzbogacić swoje wypowiedzi w emocje, używają często *emotikonów* (zwanymi też emotami, emotikonkami) – graficznych znaków, które wyglądają jak buźki, jeśli tylko przekręcimy głowę o 90 stopni.

## Rys. 2. Popularne emotikony

:-) uśmiech, ;-) uśmiech z przymrużeniem oka  
 :-> uśmiech słodki lub złośliwość, :-( smutek, zmartwienie  
 ;-( płacz, :-p :-P pokazanie języka, :-\* pocałunek, :-o zdziwienie  
 :-D śmiech, :-/ grymas niezdecydowania/zniesmaczenia  
 :-| obojętność, niezdecydowanie, :-x – nic nie powiem, tajemnica

Na czatach poznaje się mnóstwo ludzi, z wielu miast i miasteczek, różnej płci, w różnym wieku, o różnych zainteresowaniach – jednak dziecko nigdy nie może być pewne, kto jest jego rozmówcą „po drugiej stronie kabla”. Powinno być również świadome, że może je spotkać na czacie kilka nieprzyjemności: mogą być obrażane, dostawać linki do podejrzanych stron, nagabywane, nakłaniane do wysyłania zdjęć czy

*Z wychowawczego punktu widzenia zasadnym jest, aby dzieci nie korzystały z Internetu w godzinach nocnych. Kapitalnym sposobem utrzymywania kontroli nad dzieckiem w sieci jest podpisanie „Kontraktu internetowego” oraz wprowadzenie filtrów rodzicielskich.*

**Tab. 1. Model czasowego kontaktu dziecka z Internetem i komputerem wg Akademii Profilaktyki Społecznej – Centrum Profilaktyki Uzależnień**

ETAP I do 6. roku życia	Dziecko nie powinno pracować na komputerze i przebywać w sieci internetowej.
EATAP II 7–8 rok życia	Uczymy dziecko kontaktu z komputerem – zawsze pod kontrolą rodziców (opiekunów). Poza zajęciami edukacyjnymi (np. szkoła) dziecko bawi się na komputerze do 90 minut tygodniowo.
EATAP III 9–12 rok życia	Stopniowo zezwalamy na częsty kontakt z komputerem i Internetem wg zasady przemienności: dzień z komputerem, dzień bez. Wdrażamy dziecko w gry edukacyjne i uczymy samodzielnego poszukiwania informacji w SIECI. Rozmawiamy z dzieckiem o informacjach i zdarzeniach w sieci. Zezwalamy na komunikację z rówieśnikami – dziecko podpisuje „Kontrakt internetowy z rodzicami”. Dzienny pobyt w SIECI nie powinien przekraczać 60 minut. Jeden dzień w tygodniu bez komputera,
ETAP IV 13–14 rok życia	Dziecko uczy się przebywać w sieci codziennie, z jednym dniem w tygodniu bez komputera. Czas dziennego przebywania ograniczamy do 90 minut. Na etapach E1–E4 nie wyrażamy zgody na uczestnictwo w grach, gdzie przeważa motyw walki i zabijania.
ETAP V okres gimnazjalny	Jak wyżej. Maksymalnie ograniczamy gry tzw. strzelanki. Rozmawiamy z dziećmi o świecie cyberprzestrzeni. Nie zezwalamy na przebywanie w sieci po godz. 22.00.
ETAP VI dzieci starsze	Kontynuujemy zasadę dzień w tygodniu bez komputera. Maksymalnie ograniczamy (kontrakt) czas korzystania z sieci w godzinach nocnych.

ujawniania informacji na temat zamożności rodziny. Jedynym czatem, który wprowadził zabezpieczenia dotyczące przemocy i treści natury seksualnej na czatach szkolnych jest CZATeria w Interii – użytkownik może zgłosić rozmowę, w której pojawiły się treści niezgodne z regulaminem tych pokoi. Należy również zwrócić uwagę na godziny, w jakich dzieci przebywają na czatach. Wiele z nich deklaruje, że uczestniczy w takiej rozrywce w późnych godzinach wieczornych, aż 69% przyznało, że przynajmniej jeden raz w ciągu miesiąca poprzedzającego badanie korzystało z Internetu, surfując po stronach i przebywając na czatach po godzinie 22.00<sup>10</sup>.

## 2.3. Fora internetowe

*Większość dzieci nie rozumie mechanizmu działania sieci; każde spotkanie, nowość, zaproszenie traktują w dobrej wierze. Konieczne jest wyjaśnianie dzieciom wszelkich zjawisk, jakie mogą spotkać w sieci, oraz uczenie ich odpowiedniego zachowania.*

Fora internetowe mają swój rodowód w mailowych listach dyskusyjnych. Obecnie swoje fora dyskusyjne mają szkoły, biblioteki, społeczności internetowe, grupy zawodowe, portale. Dzieci trafiają na nie, szukając informacji, wymieniają się na nich swoimi poglądami. Na większości for internetowych zanim napiszemy jakikolwiek *post* (czyli wypowiedź w danym temacie), najpierw należy się zarejestrować. Nad sprawnym funkcjonowaniem for pieczę sprawują administratorzy, zaś porządku i przestrzegania etykiety pilnują moderatorzy. Po raz kolejny należy wspomnieć o złudnym poczuciu anonimowości w Internecie, którą młodzi użytkownicy lubią nadużywać również na forach internetowych. Myślą, że skoro zna się ich tylko z *nicku*, mogą pozwolić sobie na bezkarne obrażanie innych użytkowników, agresywne zachowanie czy używanie przekleństw. Tak odczuwana anonimowość wyzwala w użytkownikach chęć wypowiadania się w sposób agresywny, kontrowersyjny czy nawet fanatyczny<sup>11</sup>. Takie zachowanie, ze względu na jego charakter, ma swoje nazwy:

■ **trolling** – to zachowanie użytkownika, który w sposób niekulturalny, agresywny wtrąca się w przebieg prowadzonej dyskusji. Reaguje wrogo na próby uspokojenia dyskusji i pisze kolejne *posty* pełne niegrzecznych i często niekulturalnych złośliwości, co podgrzewa atmosferę wśród dyskutantów i powoduje negatywne emocje. Forumowe trolle często wrzucają do swoich wypowiedzi linki (odnośniki do innych stron), które są nie związane z tematem, a mają na celu wystraszyć lub zniesmaczyć osoby, które takie linki otworzą. Dlatego moderatorzy często blokują takich użytkowników, a innym zaleca się „nie karmienie trolla” (patrz: rysunek).



<sup>10</sup> J. Bednarek, W. Bożejewicz, A. Andrzejewska, A. Chaberska, *Dziecko w Sieci*, Fundacja PEDAGOGIUM, Warszawa 2008, s. 124.

<sup>11</sup> M. Juza, *Elitarne i masowe formy komunikacyjnego wykorzystania Internetu*, w: *Re: Internet – społeczne aspekty medium. Polskie konteksty i interpretacje*, Wydawnictwa Akademickie i Profesjonalne, Warszawa 2006, s. 67.

- **spam** – to niechciane lub niepotrzebne wiadomości. Początkowo termin ten odnosił się tylko do poczty internetowej i grup dyskusyjnych, później zaczęto używać go do określania niechcianych wiadomości w ogóle (również odnośnie komunikatorów typu Gadu-Gadu). Spam posiada trzy charakterystyczne cechy: treść wiadomości jest niezależna od tożsamości odbiorcy, odbiorca nie wyraził zgody na jej otrzymanie, treść takiej wiadomości może sugerować, że nadawca może odnieść zyski nieproporcjonalnie wyższe od zysków odbiorcy.
- **flame** (ang. *flame war*, *flaming*) – to internetowa kłótnia, zwana też „kłótnią na obelgi”, będąca serią obraźliwych wiadomości wysyłanych na forum dyskusyjnym. Zaczyna się zazwyczaj drobną wymianą zdań między dwoma użytkownikami, do których zaczynają się przyłączać kolejni, tworząc „obozy”. Widoczna jest eskalacja agresji – od drobnych uszczypliwości do poważnych obelg.


## 2.4. Blogi

Blog (od ang. *weblog* — sieciowy dziennik, pamiętnik) to rodzaj strony internetowej, na której autor umieszcza wpisy, najczęściej o charakterze osobistym (są też blogi tematyczne), datowane chronologicznie. W Polsce istnieje około 3 milionów blogów, najpopularniejsze portale oferujące założenie internetowego pamiętnika to Onet.pl, blog.pl, blox.pl, Interia.pl. Blogi prowadzą nie tylko osoby młode, ale też ludzie dorośli: politycy, dziennikarze, naukowcy, aktorzy, celebryci. Odmianą bloga są *fotoblogi* – blogi, na których można umieszczać zdjęcia i krótkie notatki pod nimi. Autorzy blogów nie tylko dbają o aktualizację swoich wpisów, ale też śledzą zapiski innych blogowiczów, często komentując ich notatki (o ile autor danego bloga pozwala na taką opcję). Tworzą razem społeczność zwaną blogosferą.

Ostatnio modne stało się posiadanie tzw. *mikrobloga*, na którym wpisuje się drobne notatki o aktualnych zajęciach czy przemyśleniach (Twitter, Blip).

Co więc może być niebezpiecznego w prowadzeniu bloga? Po pierwsze, dziecko może ujawniać na nim nie tylko swoje przeżycia osobiste, ale też zdradzać swoją sytuację materialną, ważne informacje dotyczące siebie samego jak i rodziny, po drugie, korzystając z „anonimowości” internetowej, może obrażać osoby mu znane i, po trzecie, może kreować inną niż w rzeczywistości osobowość. Z analizy blogów (w kontekście psychologicznym) zauważamy, że stają się one przestrzenią masowego „obnażania się” dzieci i młodzieży, także tych spraw, które stanowią intymną część ich życia. Dzieci nie uświadamiają sobie przy tym, że informacja umieszczona na blogu rozpoczyna własne życie, staje się nieśmiertelna.

*Warto uczyć  
dzieci zachowania  
na blogach,  
zwłaszcza zasad  
zamieszczania zdjęć,  
ich komentowania  
oraz ujawniania  
ważnych informacji,  
tak aby nie zostały  
one wykorzystane  
przeciwko dziecku  
lub innej osobie.*



**Paweł Urbański**  
IMI I NAZWISKO Paweł Urbański  
LOKALIZACJA Warszawa, Polska  
WWW <http://gotowkaczyniaczy.pl/>  
Jestem aktywistą technologicznym. Koordynuję, uprawiam i nauczam. Prowadzę własną jednoosobową firmę. Jestem też od ponad 13 lat niewidomy.

rss

Sobota, 27 czerwca 2009

07:58 Przekaszamy się do printa. Pogoda jest średnio, przyszył śnieg i jest parę chmur. Pochodzimy do góry alpinistycznie jak się da.

Piątek, 26 czerwca 2009

16:58 Siedzimy w beczkach, jest mgła i podobno ja też bym nie widział. Siedzimy gólskim popijamy herbata.

18:57 Wróciliśmy do bazy w Bezkach. Zrobiliśmy 800 m przewyższenia do 4350 m. Czuję się dobrze. Pogoda jest dobra.

08:59 Pozdrawiam z Printa. Zaraz idziemy wyżej. Pogoda jest OK.

09:05 Na to po pobudce. Zaraz sniadanie i wio do Printa na 4200 i pewnie dalej do Skal Pastuchowa na 4800 się alpinistycznie.

Przykład minibloga (<http://pawelurbanski.blip.pl/>) na blip.pl i logo portalu.





## Ciemna strona internetu – zagrożenia

### 3.1. Uzależnienie od internetu i komputera – infoholizm

Rozwojowi techniki i technologii zawsze towarzyszą zmiany następujące w społeczeństwie. Człowiek korzysta z dobrodziejstw danych mu przez postęp, nie zawsze uświadamiając sobie, jakie nowe problemy mogą się pojawić razem z nowymi narzędziami. Internet, dający mnóstwo niespotykanych dotąd możliwości i będący w zasięgu coraz większej liczby użytkowników komputerów (głównie są to możliwości komunikacyjne – kontakt z wieloma osobami pochodzącymi z najróżniejszych zakątków świata), staje się nową przestrzenią społeczną, która niestety przyczynia się do powstawania nowych zagrożeń.

Kimberly Young, amerykańska psycholog, w połowie lat 90. ubiegłego wieku zaczęła systematycznie badać zjawisko uzależnienia od różnych aspektów, jakie oferuje komputer i Internet. Wyróżniła ona pięć typów uzależnienia związanego z komputerem<sup>12</sup>:

- **uzależnienie od związków wirtualnych** czasami tłumaczone jako socjomania internetowa (*cyber-relationship addiction*) – jest to uzależnienie od internetowych kontaktów społecznych, nadmierne zaangażowanie w związki w sieci (wirtualne). Wyraża się poprzez udział w listach dyskusyjnych, IRC-u oraz kontaktach przy pomocy poczty elektronicznej. Osoba chora nawiązuje nowe kontakty tylko i wyłącznie poprzez sieć, ma zachwiane relacje człowiek – człowiek w kontaktach poza siecią. Ludzie tacy potrafią godzinami „rozmawiać” z innymi użytkownikami Internetu, lecz mają trudności przy kontaktach osobistych, następuje też u takich osób zanik form komunikacji niewerbalnej, nie potrafią odczytywać informacji nadawanych w tej płaszczyźnie lub odczytują je błędnie. Osoby z tym zaburzeniem spotyka się głównie w tych formach kontaktu, które zapewniają synchroniczną komunikację;
- **erotomania internetowa** (*cybersexual addiction*) – polega głównie na oglądaniu filmów i zdjęć z materiałami erotycznymi i pornograficznymi lub na pogawędkach na czatach o tematyce seksualnej. Za-

*Rodzaje uzależnień związanych z komputerem:*  
– *erotomania internetowa* (*cybersexual addiction*),  
– *uzależnienie od internetowych kontaktów społecznych* (*cyber-relationship addiction*),  
– *uzależnienie od sieci internetowej* (*net compulsions*),  
– *uzależnienie od komputera* (*computer addiction*),  
– *przeciążenie informacyjne, czyli przymus pobierania informacji* (*information overload*).

<sup>12</sup> K. Young, *Internet Addiction: Symptoms, Evaluation, and Treatment*, <http://www.netaddiction.com/articles/cyberdisorders.pdf>, s. 3.

*Proces uzależnienia od Internetu jest bardzo szybki – tym szybszy, im niższy wiek. Zasadniczym sposobem na uniknięcie tego uzależnienia jest kształtowanie w dziecku, od jego pierwszego kontaktu z komputerem i Internetem, umiejętności samoograniczania przebywania w SIECI oraz rozwijania innych zainteresowań.*

burzenie to można określić jako nałogowe używanie stron dotyczących seksu i pornografii. Często u jego podłoża leżą inne zaburzenia i dewiacje seksualne, takie jak pedofilia, voyeryzm, zoofilia, skrajny ekshibicjonizm i inne;

- **uzależnienie od komputera** (*computer addiction*) – osoba chora nie musi w tym wypadku „być” w sieci, wystarczy, iż spędza czas przy komputerze. Nie jest dla niej ważne to, co robi, czy pisze ważną pracę, czy gra w pasjansa. Liczy się tylko to, że komputer jest włączony, a ona spędza przy nim czas. Najczęściej przejawia się w obsesyjnym graniu w gry komputerowe;
- **uzależnienie od sieci** (*net compulsions*) – jest ono bardzo podobne do uzależnienia od komputera, lecz polega na pobycie w Internecie. Osoby takie są cały czas zalogowane do sieci i obserwują, co się tam dzieje. Obsesyjnie grają w sieci, uczestniczą w aukcjach itp. Uzależnienie to łączy w sobie wszystkie inne formy IAD (*Internet Addiction Disorder*);
- **przeciążenie informacyjne** lub **przeładowanie informacjami** (*information overload*) – nałogowe surfowanie w sieci lub przeglądanie baz danych. Występuje przy natłoku informacji, na przykład przebywanie w wielu pokojach rozmów jednocześnie lub udział w wielu listach dyskusyjnych.

Analizując etapy uzależniania się od Internetu, można wyróżnić następujące jego fazy<sup>13</sup>:

<b>Faza początkowa</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ przebywanie w sieci sprawia przyjemność</li> <li>■ wzrasta ochota na coraz częstsze przebywanie w sieci</li> </ul>
<b>Faza ostrzegawcza</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ szukanie okazji do jak najczęstszego przebywania w sieci</li> <li>■ rozładowywanie napięcia poprzez sieć</li> <li>■ próby korzystania z sieci w ukryciu</li> <li>■ korzystanie z Internetu przynosi ulgę</li> </ul>
<b>Faza zaburzeń</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ spadek innych zainteresowań</li> <li>■ zaniedbywanie potrzeb organizmu: snu, odżywiania się</li> <li>■ brak dbałości o wygląd zewnętrzny</li> <li>■ stałe myślenie o tym, co robiliśmy podczas przebywania w Internecie, o tym, co się dzieje w sieci</li> </ul>
<b>Faza krytyczna</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ silna potrzeba przebywania w sieci</li> <li>■ poczucie rozdrażnienia, złość, gdy nie można być zalogowanym</li> <li>■ pojawienie się konfliktów rodzinnych</li> <li>■ okłamywanie odnośnie liczby godzin spędzonych w sieci, zaniżanie faktycznej ilości czasu spędzonego przed komputerem</li> <li>■ przeznaczanie coraz większej ilości pieniędzy na zakup sprzętu komputerowego, oprogramowania, akcesoriów</li> </ul>

<sup>13</sup> Za: J. Bednarek, W. Bożejewicz, A. Andrzejewska, A. Chaberska, *Dziecko w Sieci*, Fundacja PEDAGOGIUM, Warszawa 2008, s. 29.

**Faza przewlekła**

- przebywanie w sieci w celu odnajdywania silnych emocji
- okresy długotrwałego przebywania w sieci
- świat wirtualny zastępuje świat rzeczywisty
- rozpad więzi rodzinnych
- degradacja zawodowa i społeczna
- choroby somatyczne
- lęki i psychozy

Podając tę problematykę, warto wskazać na symptomy świadczące o uzależnieniu, które powinny niepokoić rodziców. Young podaje kilka charakterystycznych cech wskazujących na główne różnice między użytkowym a nałogowym korzystaniem z sieci<sup>14</sup>:

**FAZA PIERWSZA – ZAANGAŻOWANIE**



Użytkownik zapoznaje się z Internetem: poznaje jego możliwości, nawiązuje kontakt z innymi ludźmi, co powoduje zanik poczucia osamotnienia i znudzenia. Może powodować euforię. Po krótkim okresie, w trakcie wędrówki po Internecie i tuż po niej, internauta może odczuwać spokój.

**FAZA DRUGA – ZASTĘPOWANIE**



Pojawia się potrzeba kontynuowania internetowych znajomości dla zachowania równowagi życiowej, która przynosi internaucie ulgę. Rezygnuje z osób, rzeczy, które były dotychczas częścią jego życia.

**FAZA TRZECIA – UCIECZKA**



W tej fazie uzależnienie się pogłębia. Następuje całkowita ucieczka od świata rzeczywistego i jego codziennych problemów – jednak po „wyjściu” z sieci problemy te wracają ze zdwojoną siłą. Pojawiają się problemy natury psychologicznej: pogłębia się depresja, pojawiają się wyrzuty sumienia z powodu zaniedbywanych obowiązków, intensyfikuje się poczucie samotności. Uzależniony coraz bardziej zagłębia się w sieci, by te uczucia zredukować.

*Pierwsze „sygnały” uzależnienia:*  
 – dziecko nie potrafi odejść od komputera;  
 – nie wyłącza komputera i Internetu na czas posiłku;  
 – przedłuża czas przebywania w sieci ponad ustalenia z rodzicami;  
 – wchodzi nocą do sieci;  
 – pierwszą czynnością po powrocie do domu jest włączanie komputera;  
 – reaguje agresywnie na ograniczanie czasu przebywania w sieci;  
 – spożywa posiłki przy komputerze.

Aby dowiedzieć się, czy nam, bądź naszemu dziecku, grozi uzależnienie od Internetu, należy odpowiedzieć na kilka pytań diagnostycznych, które sformułowała Kimberly Young, używając uzależnienia od hazardu jako modelu porównawczego dla uzależnienia od Internetu<sup>15</sup>:

1. Czy czujesz się zaabsorbowany Internetem? (myślisz o tym, co robisz w sieci, co będziesz robić, gdy się zalogujesz?)

<sup>14</sup> Tamże, s. 27.

<sup>15</sup> K. Young, *Internet Addiction: Symptoms, Evaluation, and Treatment*, <http://www.netaddiction.com/articles/cyberdisorders.pdf>, s. 3.

*Rzadko kto potrafi przyznać się do uzależnienia internetowego. Szukamy wymówek i usprawiedliwień. Tymczasem jest to jeden z najgroźniejszych typów uzależnień psychicznych.*

2. Czy czujesz potrzebę coraz częstszego używania Internetu by osiągnąć satysfakcję (dobry nastrój)?
3. Czy podejmowałeś wcześniej bezskuteczne próby kontrolowania czasu spędzonego w sieci, a nawet odłączenia się od Internetu?
4. Czy czujesz się zmęczony, smutny, porytowany, masz depresyjny nastrój, gdy próbujesz zrezygnować z używania Internetu?
5. Czy zdarza ci się przebywać w sieci dłużej niż planowałeś?
6. Czy naraziłeś lub ryzykowałeś utratę ważnego związku, pracy, naraziłeś swoją karierę albo opuściłeś się w nauce przez Internet?
7. Czy okłamałeś kogoś (znajomych, rodzinę) w związku z przebywaniem w Internecie?
8. Czy używasz Internetu jako sposobu na ucieczkę od problemów albo do poprawy nastroju?

Odpowiedź twierdząca na pięć (lub więcej) pytań oznacza UZALEŻNIENIE OD INTERNETU. Niebezpieczeństwo jest więc większe, niż można by przypuszczać, i nie należy go ignorować. Jak wynika z obserwacji społecznych i badań, następstwa mogą być bardzo nieprzyjemne. Young podaje, że 53% uzależnionych wskazywało na pojawiające się problemy w rodzinie: nieporozumienia między rodzicami i dziećmi, kłamstwa, czas dla rodziny poświęcany na rzecz przebywania w sieci, oddalanie się od siebie, brak kontaktu, brak zainteresowania sprawami rodzinnymi i zaniedbanie obowiązków domowych<sup>16</sup>.



Kolejną sferą, która przestaje być ważna dla osoby uzależnionej, jest nauka i praca. Dzieci zaczynają zaniedbywać swoje obowiązki szkolne, uciekając ze szkoły czy zarywając noce, siedząc do późna przed komputerem i surfując po sieci (często oszukując rodziców), dorośli zaś zaniedbują swoje obowiązki zawodowe, nie dotrzymują terminów bądź poświęcają czas przeznaczony na aktywność zawodową na przyjemność związaną z przebywaniem w Internecie.

Jak zatem przeciwdziałać i zapobiegać uzależnieniu od Internetu? Young podaje kilka rozwiązań:

- zmiana zachowań rutynowych – na przykład: jeśli dziecko po powrocie do domu od razu zasiada przed komputerem, należy ustalić, że najpierw musi umyć ręce, zjeść coś, rozpakować plecak, przygotować się do zajęć na następny dzień albo odrobić lekcje, a dopiero później wolno mu sięść przed komputerem;
- nastawienie alarmu – określenie długości czasu, jaki dziecko może przeznaczyć na przebywanie w Internecie, i ustawienie budzika na godzinę, kiedy ma się ten czas zakończyć;

<sup>16</sup> Tamże, s. 4.

- plan – ustalenie planu, w jakich dniach i godzinach dziecko może korzystać z komputera/Internetu;
- aktywność alternatywna – znalezienie alternatywnych aktywności dla dziecka: zamiast gry on-line – gra planszowa, zamiast przeglądania stron internetowych – czytanie książki, zamiast komunikacji z rówieśnikami przez internetowe komunikatory – wyjście z kolegami i koleżankami do parku.

Ponieważ uzależnienie od Internetu jest uzależnieniem psychicznym (nie powoduje uzależnienia organizmu od środków chemicznych), bywa często traktowane mniej poważnie niż np. uzależnienie od alkoholu czy narkotyków. Jednak jego społeczne konsekwencje są niemal identyczne, jak w przypadku uzależnień od substancji chemicznych. Internet staje się „kocykiem bezpieczeństwa”, który pozwala na odsunięcie od siebie nieprzyjemnych uczuć związanych z realnymi problemami (w domu, szkole, pracy). Człowiek uzależniony od Internetu przestaje reagować na świat go otaczający: koncentruje się na swoich przeżyciach i emocjach w SIECI. Świat SIECI staje się dla niego ważny, najważniejszy, a w końcu jedyny.

### **3.2. Anonimowość a przestrzeganie norm społecznych**

Niektórym wydaje się, że przebywanie w Internecie jest anonimowe. Takie przekonanie, a nierzadko pewność, szczególnie widoczne są wśród młodych użytkowników sieci, co prowadzi często do nieprzyjemnych sytuacji. Młodzi ludzie, szukając niewybrednej rozrywki, która nie wymaga od nich aktywności umysłowej, zachowują się często bezmyślnie i nieetycznie. Jest to głównie wynikiem ich niedojrzałości społecznej, nie osiągnęli oni bowiem w swym rozwoju moralnym stadium autonomicznego; źródłem norm są dla nich inni ludzie, a przestrzeganie norm, w większym stopniu niż w przypadku dorosłych, zależy od obecności kontroli społecznej<sup>17</sup>. Ponieważ w Internecie panują zmniejszone warunki kontroli społecznej (a w niektórych przestrzeniach sieci kontrola taka w ogóle nie występuje), młodzież ma niewielką motywację do przestrzegania choćby podstawowych norm współżycia społecznego, które hamują ich w analogicznych sytuacjach w realnym świecie. Prowadzi to do zachowań agresywnych, niekulturalnych, młodzi użytkownicy wirtualnego świata traktują SIEĆ jako najprostsze narzędzie do odreagowania frustracji, porażek i różnic społecznych. Jednak anonimowość w Internecie to złudne zjawisko – każdy administrator strony, forum czy portalu ma dostęp do adresów IP (liczby nadawanej interfejsowi sieciowemu), dzięki któremu może dotrzeć do da-

*SIEĆ ogranicza skuteczność rodzicielskiej kontroli społecznej. Warto wymagać od dziecka informacji: co robi w sieci, kto jest jego sieciowym parterem, jakie treści ogląda, z jakimi propozycjami się spotyka.*

---

<sup>17</sup> M. Juza, *Elitarne i masowe formy komunikacyjnego wykorzystania Internetu*, w: *Re: Internet – społeczne aspekty medium. Polskie konteksty i interpretacje*, Wydawnictwa Akademickie i Profesjonalne, Warszawa 2006, s. 53.

nego użytkownika (choć nie zawsze). Na straży przestrzegania porządku w Internecie stoją także inni jego użytkownicy oraz zbiór zasad nazywanych *netykietą* (o niej w dalszej części publikacji). Na forach internetowych i czatach działają moderatorzy pełniący funkcje wirtualnych szeryfów, istnieją również organizacje, którym można zgłaszać strony łamiące zasady użytkowania wirtualnej przestrzeni.

### 3.3. Kreowanie tożsamości

*Jednym z problemów dziecka w wirtualnej przestrzeni jest niezdolność do analizowania zachowań osoby po drugiej stronie sieci. Dzieci mają skłonność do dawania wiary w deklaracje i zapewnienia drugiego internauty.*

Z anonimowością w SIECI związane jest kreowanie wirtualnej tożsamości. Właściwsze jednak byłoby określenie, że internauta ma możliwość wykreowania w sobie nowej roli społecznej, w zależności od potrzeb. Technika SIECI daje mu możliwość wyboru płci, wieku, imienia, pozycji zawodowej i społecznej, zawodu – może on dowolnie manipulować każdą z części wytworzonego „ja” – może być kimkolwiek zechce. Zatem może na bieżąco modyfikować i likwidować swoją internetową „tożsamość”<sup>18</sup>.

Możliwość przywdziewania dowolnych masek pozwala na manipulowanie innymi internautami, w zależności od zaistniałych okoliczności – na przykład znana jest w świecie graczy metoda kreowania kobiecej postaci, by łatwiej zdobyć sprzęt i walutę do danej gry. Dzięki dowolności i swobodzie, jaką mamy w Internecie w wyborze „tożsamości”, możemy wywierać na innych użytkownikach taki wpływ, jaki tylko zaplanujemy – „pozycja w cyfrowej rzeczywistości zależy tylko od wyobraźni i potencjału intelektualnego”<sup>19</sup> danego internauty.

Jednak w kreowaniu wirtualnych tożsamości bardzo często użytkownicy (szczególnie ci młodzi, z małym doświadczeniem w kontaktach interpersonalnych) „idą na skróty”, używając jako podstawy stereotypów – szczególnie tych związanych z płcią. *Łatwość eksperymentowania ze swoją tożsamością w SIECI i trudność, jaką sprawia nam wykrycie takich eksperymentów, sprawia, że czujemy się tam [w sieci] bardziej bezbronni*<sup>20</sup>. Przestrzeń Internetu nie pozwala nam bowiem na dokonanie konfrontacji czyichś wirtualnych przedstawień z realną osobą – nie widzimy jej uśmiechu, nie słyszymy tonu głosu, a przede wszystkim nie wiemy, kim ona może być naprawdę. Ważne jest więc nie tylko ostrzeżenie dziecka przed możliwością, że wirtualny znajomy może wcale nie być tym, za kogo się podaje, ale też przed zabawą w eksperymentowanie z własnym „ja”. Jeśli doszłoby do zderzenia takiego internetowego wytworu w realnym świecie, mogłoby to spowodować nieprzyjemne konsekwencje.

<sup>18</sup> J. Abramczuk, *Wirtualne tożsamości w aplikacjach MUD*, w: *Re: Internet – społeczne aspekty medium. Polskie konteksty i interpretacje*, Wydawnictwa Akademickie i Profesjonalne, Warszawa 2006, s. 326.

<sup>19</sup> J.J. Sempsey, *Comparative Analysis Of The Social Climates Found Among Face To Face And Internet Based Groups Within Multi-User Dimensions. Dissertation Abstracts International*, Philadelphly: Temple University 1997, s. 106.

<sup>20</sup> P. Wallace, *Psychologia Internetu*, Dom Wydawniczy REBIS, Poznań 2004, s. 74.

# Jak pilnować dziecka w sieci?

## Kilka porad praktycznych

Przede wszystkim ważne jest, by Internet odkrywać razem z dzieckiem. Pamiętajmy przy tym, że wielu dorosłych komputer i Internet traktuje głównie jako narzędzie pracy, potrafiąc rozdzielić świat zawodowy od rodzinnego i towarzyskiego. Pozwólmy jednak dziecku, by stało się naszym przewodnikiem po tym świecie. Daje to nie tylko możliwość poznania nowych obszarów, dotąd przez dorosłych często nieznanych, ale również jest okazją do zbliżenia się z dzieckiem i do wspólnego spędzenia czasu.

Aby nie pojawiły się problemy wychowawcze i uzależnienie, należy z dzieckiem ustalić kilka zasad dotyczących korzystania z komputera i Internetu. Przede wszystkim trzeba z dzieckiem ustalić czas, jaki może spędzać przed komputerem i w Internecie. Warto ustalić niezwykle ważną zasadę – aż do wieku 18–19 lat – że jeden dzień w tygodniu jest wolny od wszelkich multimediiów: nie tylko od komputera, ale też od telewizji czy radia i słuchania muzyki z odtwarzaczy. Dziecko nieletnie nie powinno samo ściągać z Internetu plików muzycznych czy kupować przedmiotów w sklepach internetowych. Należy uczulić, by nie otwierało linków od osób obcych czy z podejrzanych stron. Dla większego bezpieczeństwa i nadzoru warto, by komputer stał w miejscu widocznym dla wszystkich.

Warto również zainstalować na komputerze jeden z dostępnych na rynku programów rodzicielskich, które pozwalają na blokadę stron internetowych według ustalonego przez rodzica klucza (wpisuje się w program odpowiednie słowa albo tworzy białą i czarną listę stron), można zablokować za ich pomocą możliwość zmian w systemie Windows, zarządzać czasem i monitorować dostęp dla określonych użytkowników. Programy takie są zazwyczaj płatne, ale jest to koszt kilkudziesięciu złotych za licencję ważną przez kilka lat, z możliwością wsparcia online.

*Ograniczanie pobytu czasowego dziecka w sieci nie jest ograniczaniem jego wolności. Zasadnym – z psychologicznego i społecznego punktu widzenia – jest, aby dziecko miało w tygodniu co najmniej jeden dzień „wolny od sieci”. Zachęcamy rodziców do montowania w komputerze dziecka jednego z filtrów rodzicielskich.*

**Rys. 3. Programy rodzicielskie**

- Cenzor [www.cenzor.pl](http://www.cenzor.pl)
- Opiekun dziecka w Internecie [www.opiekun.pl](http://www.opiekun.pl)
- Beniamin [www.beniamin.pl](http://www.beniamin.pl)
- X-guard [www.x-guard.pl](http://www.x-guard.pl)
- Naomi [www.naomifilter.org](http://www.naomifilter.org)
- Shut down – program umożliwiający zamykanie komputera o określonej godzinie, dostępny na stronie [www.dobreprogramy.pl](http://www.dobreprogramy.pl)

Na stronie internetowej **[www.dzieckowsieci.pl](http://www.dzieckowsieci.pl)** można znaleźć dziecięcy porad dla rodziców<sup>21</sup>:

**Rys. 4 Zasady pracy z dzieckiem w Internecie**

1. Odkrywaj Internet razem z dzieckiem. Bądź pierwszą osobą, która zapozna dziecko z Internetem. Odkrywajcie wspólnie jego zasoby. Spróbujcie znaleźć strony, które mogą zainteresować Wasze pociechy, a następnie zróbcie listę przyjaznych im stron.
2. Naucz dziecko podstawowych zasad bezpieczeństwa w Internecie. Uczul je na niebezpieczeństwa związane z nawiązywaniem nowych znajomości w Internecie. Podkreśl, że nie można ufać osobom poznanym w sieci ani też wierzyć we wszystko, co o sobie mówią. Rozmawiaj z dzieckiem o zagrożeniach czyhających w Internecie i sposobach ich unikania.
3. Rozmawiaj z dziećmi o ryzyku umawiania się na spotkania z osobami poznanymi w sieci. Dorośli powinni zrozumieć, że dzięki Internetowi dzieci mogą nawiązywać przyjaźnie. Dzieci muszą mieć świadomość, że mogą spotykać się z nieznajomymi wyłącznie w towarzystwie przyjaciół, dorosłych i zawsze po uzyskanej zgodzie rodziców.
4. Naucz swoje dziecko ostrożności przy podawaniu swoich prywatnych danych. Dostęp do wielu stron internetowych przeznaczonych dla najmłodszych wymaga podania prywatnych danych. Ważne jest, aby dziecko wiedziało, że podając takie informacje, zawsze musi zapytać o zgodę swoich rodziców. Ustal z nim, żeby nigdy nie podawało przypadkowym osobom adresu i numeru telefonu.
5. Naucz dziecko krytycznego podejścia do informacji przeczytanych w sieci. Mali internauci powinni być jednak świadomi, że nie wszystkie znalezione w sieci informacje są wiarygodne. Naucz dziecko, że trzeba weryfikować znalezione w Internecie treści, korzystając z innych dostępnych źródeł (książki, słowniki).
6. Bądź wyrozumiały dla swojego dziecka. Często zdarza się, że dzieci przypadkowo znajdują się na stronach adresowanych do dorosłych. Bywa, że w obawie przed karą, boją się do tego przyznać. Ważne jest, żeby dziecko Ci ufało i mówiło o tego typu sytuacjach.
7. Zgłaszaj nielegalne i szkodliwe treści. Wszyscy musimy wziąć odpowiedzialność za niewłaściwe czy nielegalne treści w Internecie. Nasze działania w tym względzie pomogą likwidować np. zjawisko pornografii dziecięcej szerzące się przy użyciu stron internetowych, czatów, e-maila itp. Nielegalne treści można zgłaszać na policję lub do współpracującego z nią punktu kon-

<sup>21</sup> Źródło: <http://www.dzieckowsieci.pl/strona.php?p=25>.



taktowego ds. zwalczania nielegalnych treści w Internecie – Hotline'u ([www.dyzurnet.pl](http://www.dyzurnet.pl)). Hotline kooperuje również z operatorami telekomunikacyjnymi i serwisami internetowymi w celu doprowadzenia do usunięcia nielegalnych materiałów z sieci.

8. Zapoznaj dziecko z NETYKIETĄ – Kodeksem Dobrego Zachowania w Internecie. Przypominaj dziecku o zasadach dobrego wychowania. W każdej dziedzinie naszego życia, podobnie więc w Internecie, obowiązują takie reguły: powinno się być miłym, używać odpowiedniego słownictwa itp. Twoje dziecko powinno je poznać (nie wolno czytać nie swoich e-maili, kopiować zastrzeżonych materiałów itp.)

9. Poznaj sposoby korzystania z Internetu przez Twoje dziecko. Przyjrzyj się, jak Twoje dziecko korzysta z Internetu, jakie strony lubi oglądać i jak zachowuje się w sieci. Staraj się poznać znajomych, z którymi dziecko koresponduje za pośrednictwem Internetu. Ustalcie zasady korzystania z sieci oraz sposoby postępowania w razie nietypowych sytuacji.

10. Pamiętaj, że pozytywne strony Internetu przeważają nad jego negatywnymi stronami. Internet jest doskonałym źródłem wiedzy, jak również dostarczycielem rozrywki. Pozwól swojemu dziecku w świadomy i bezpieczny sposób w pełni korzystać z oferowanego przez sieć bogactwa.

Warto również razem z dzieckiem przygotować umowę, która szczegółowo będzie określała możliwość korzystania przez nie z komputera<sup>22</sup> i Internetu.

PRZYKŁADOWA UMOWA MIĘDZY RODZICAMI A DZIECKIEM  
DOTYCZĄCA BEZPIECZNEGO KORZYSTANIA  
Z KOMPUTERA I INTERNETU

Oto zasady wspólnie ustalone z rodzicami, dotyczące korzystania przeze mnie z komputera i Internetu, które zobowiązuję się przestrzegać.

1. Będę korzystać z komputera jedynie wtedy, kiedy będziecie w domu.
2. Nie będę korzystać z komputera po godzinie .....
3. Dziennie mogę korzystać z komputera i Internetu przez dwie godziny.
4. Niedziela jest dniem wolnym – nie włączam wtedy komputera.
5. Wiem, że osoby poznane w sieci nie muszą być tymi, za które się podają.
6. Zgłaszam Wam każdą rzecz, jaka zaniepokoi mnie w Internecie.
7. Nie wysyłam swoich zdjęć nieznanym ani nie podaję mojego imienia i nazwiska oraz adresu ani informacji dotyczących mojej rodziny.
8. Jeśli chcę się spotkać z kimś poznanym w Internecie, zgłaszam to rodzicom i nie idę na to spotkanie bez ich wiedzy i zgody. Jeśli się zgodzicie, umawiam się w miejscu publicznym i idę z osobą towarzyszącą.
9. Nie będę ściągać plików niewiadomego pochodzenia ani otwierać linków od nieznanomych – wiem, że w ten sposób mogę uszkodzić komputer.

<sup>22</sup> Na podstawie umowy ze strony: [www.dzieckowsieci.pl](http://www.dzieckowsieci.pl).

10. Nie będę piratem – nie ściągam programów ani plików chronionych prawem autorskim.

11. Będę przestrzegać zasad netykiety.

12. Jeśli złamię którąś z zasad, dobrowolnie poddam się karze, jaką mi wyznaczycie.

Podpis dziecka

Data i miejsce

Jako Twoi rodzice chcemy, żebyś był świadomym użytkownikiem Internetu i czujemy się odpowiedzialni za Twoje bezpieczeństwo.

1. Obiecujemy wysłuchać Cię za każdym razem, kiedy poczujesz się zagrożony czymś znalezionym w Internecie. Będziemy się starali Ci pomóc pokonać wszelkie związane z tym trudności.

2. Ze względu na Twoje bezpieczeństwo, chcemy wiedzieć, do jakich celów korzystasz z zasobów Internetu.

3. Zachęcamy Cię do korzystania z sieci, bo mamy świadomość, że jest to ważne dla Twojego rozwoju i nauki.

4. Szanujemy Twoją prywatność – bez Twojej wiedzy i zgody nie będziemy przeglądać zawartości Twojej korespondencji i folderów.

5. Cieszymy się, kiedy poznajesz nowe osoby – szanujemy Twoich znajomych, chcielibyśmy jednak, żebyś się dzielił z nami informacjami o nich.

6. W każdej chwili możemy negocjować Umowę od nowa, jesteśmy otwarci na Twoje propozycje.

Podpis rodziców

Data i miejsce

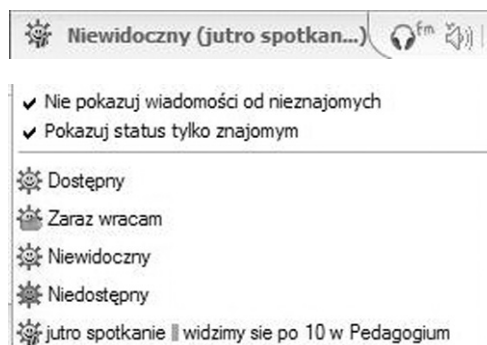
## 4.1. Jak zabezpieczyć komunikatory?

Coraz popularniejszą przestrzenią internetową są komunikatory. Ocenia się, że codziennie korzysta z nich kilkaset tysięcy, a nawet miliony dzieci. Stąd ważne jest przygotowanie dziecka do mądrego korzystania z tego narzędzia sieciowego. Komunikatory, takie jak Gadu-Gadu czy Tlen, mają zabezpieczenia przed wiadomościami od osób nieznajomych.

### Gadu-Gadu:

Wystarczy kliknąć na dole ramki komunikatora Gadu-Gadu w słoneczko:

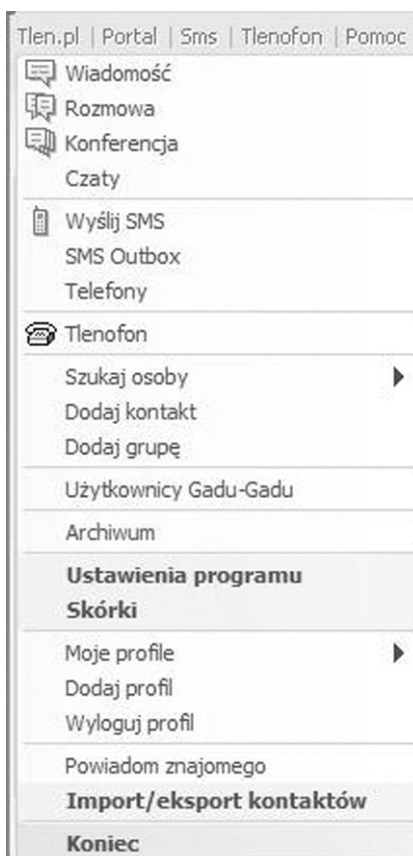
I zaznaczyć opcję: „nie pokazuj wiadomości od nieznajomych”:



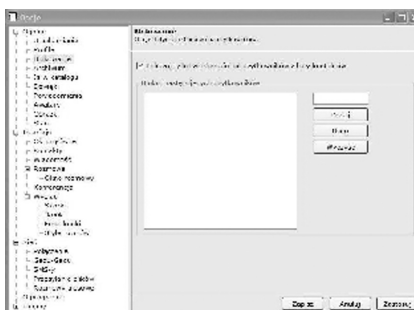
## W komunikatorze

### Tlen należy:

W ramce kliknąć „tlen.pl” i przejść do opcji „Ustawienia programu”:



W zakładce „Blokowanie” zaznaczyć opcję „pokazuj tylko wiadomości od użytkowników z listy konta-któw”:

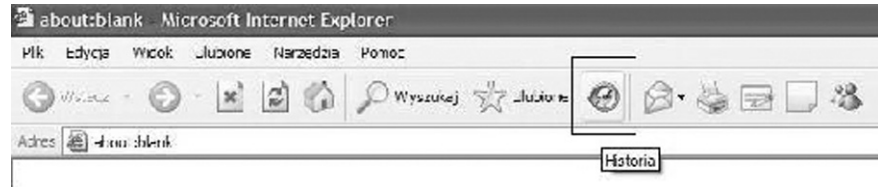


## 4.2. Historia przeglądanych stron – jak do tego dotrzeć?

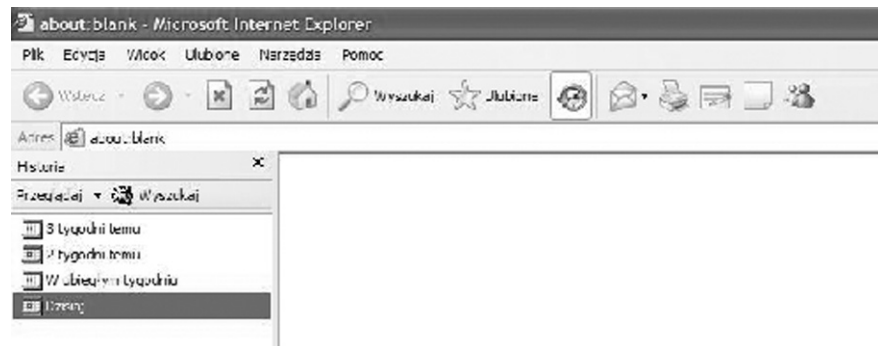
Kontrolowanie obszarów roboczych w jakich przebywa dziecko (zwłaszcza małe) nie jest ograniczaniem jego praw. Uzmysłowanie dziecku tego problemu urasta dzisiaj do jednego z najważniejszych zadań wychowawczych. Poniżej prezentujemy jeden ze sposobów przeprowadzenia takiej weryfikacji.

## KROK 1. W przeglądarce Internet Explorer:

- Odpalamy przeglądarkę i klikamy na pasku ikonę „Historia”:

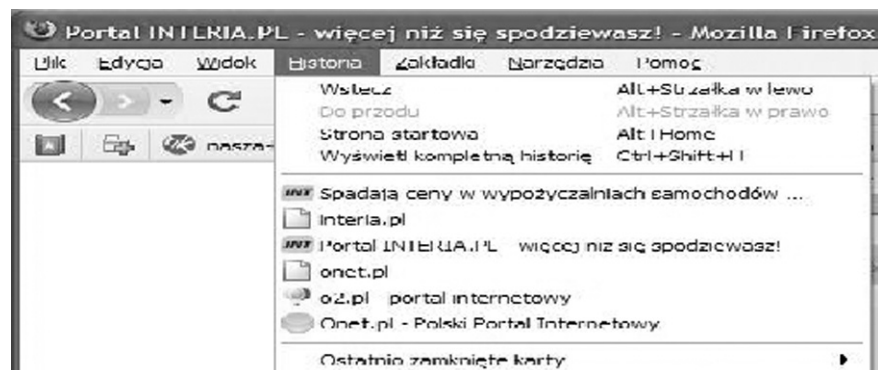


- W panelu bocznym pokaże się lista przeglądanych stron według dni:

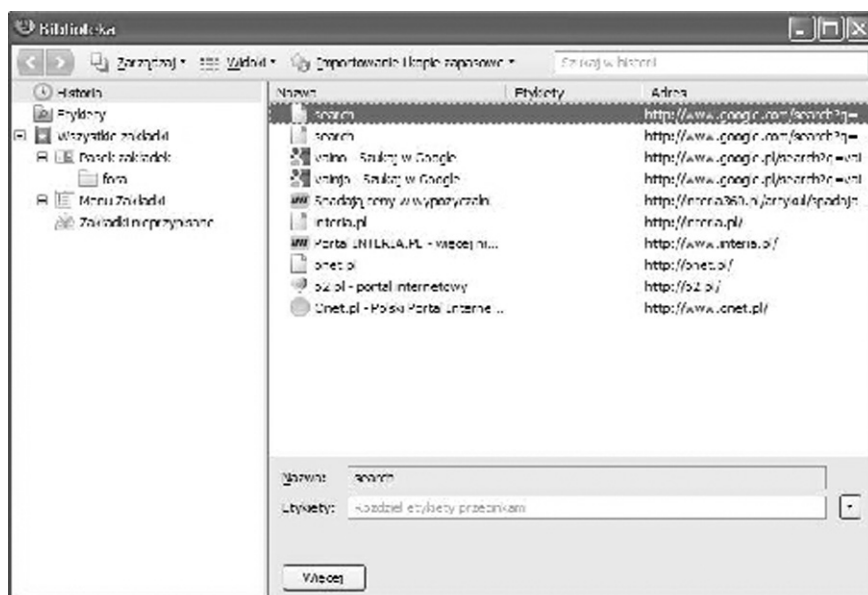


## KROK 2. W przeglądarce Firefox:

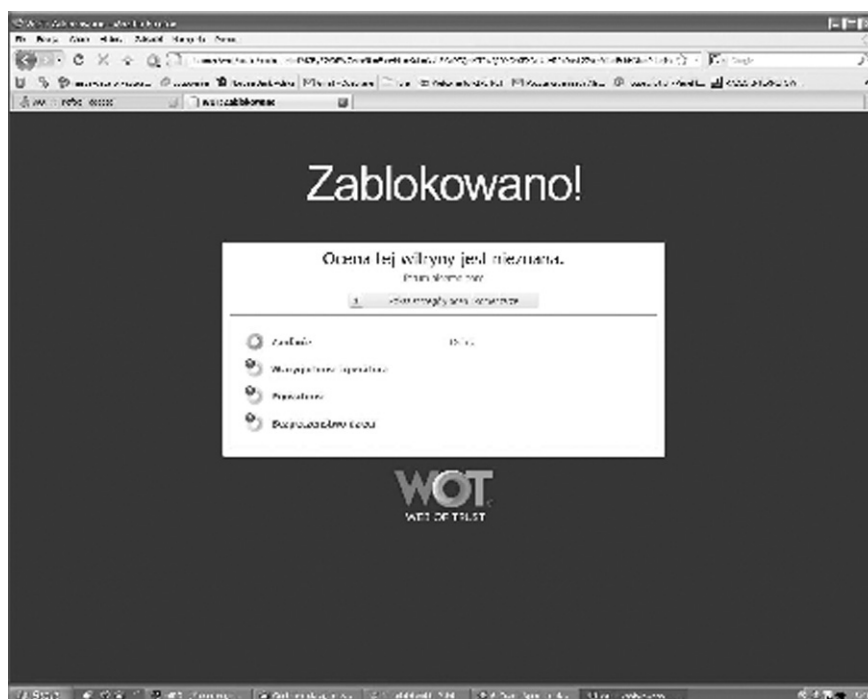
- Odpalamy przeglądarkę i na pasku narzędzi klikamy w zakładkę „Historia” – w ramce zobaczymy ostatnio przeglądane strony:



- Jeśli klikniemy na „Wyświetl kompletną historię”, pokaże się nam ramka z historią przeglądanych stron razem z ich adresami:



Przeglądarka Firefox jest darmowa i można ją polecić ze względu na możliwość swobodnej jej modyfikacji. Ponadto w bazie dodatków można znaleźć „wtyczki”, które nie tylko pozwalają uniknąć wyskakujących okienek reklam, ale też umożliwiają ustawienie skryptów rodzicielskich, na przykład dodatek WOT (*Web Of Trust* – witryna zaufania), który ma opcję rodzicielską blokowania stron o niepożądanych treściach.



### 4.3. Internetowe strony dla rodziców

W Internecie, na polskich stronach, można znaleźć wiele informacji przydatnych rodzicom. Czasem starczy w popularną wyszukiwarkę Google wpisać frazę „programy rodzicielskie” i od razu otrzymujemy listę odniesień do stron, gdzie takie programy możemy znaleźć, łącznie z ich opisem i oceną. Warto również odwiedzać strony, które stworzono głównie z myślą o rodzicach, a które informują o grożących dziecku niebezpieczeństwach i podpowiadają, jak sobie z nimi radzić. My szczególnie polecamy poniższe:

[www.bezpiecznyinternet.pl](http://www.bezpiecznyinternet.pl)

[www.dzieckowsieci.pl](http://www.dzieckowsieci.pl)

[www.kidportect.pl](http://www.kidportect.pl)

[www.saferinternet.pl](http://www.saferinternet.pl)

[www.dyzurnet.pl](http://www.dyzurnet.pl)



### 4.4. Netykieta

Netykieta to zbiór ustaleń, które określają zasady poruszania się w świecie Internetu i komunikacji między jego użytkownikami. Nie ma jednej oficjalnej wersji, jednak opiera się ona na trzech głównych założeniach:

1. Przemyśl swoje działania on-line – czy na pewno postępujesz właściwie?
2. Nie działaj na czyjąś szkodę.
3. Nie nadużywaj możliwości, jakie daje ci Internet.

Główne zasady netykiety:

1. Myśl
2. Nie szkodź
3. Nie nadużywaj

Z powyższych zasad głównych wzięły się bardziej szczegółowe, które dotyczą konkretnych przestrzeni Internetu:

#### **Fora internetowe, komunikatory:**

- nie używaj wielkich liter – wielkie litery w Internecie oznaczają krzyk;
- zapoznaj się z FAQ (z ang. *Frequently Asked Questions*, czyli najczęściej zadawane pytania) – zbiór najczęściej zadawanych pytań razem z odpowiedziami;
- nie rozsyłaj „łańcuszków szczęścia”;
- nie używaj emotikon w nadmiarze;
- nie nagabuj osób, które sobie tego nie życzą (można zostać zablokowanym);
- zanim napiszesz coś na forum – sprawdź, czy już ktoś tego nie napisał wcześniej;
- pisz rzeczowo i konkretnie – tak, by każdy cię zrozumiał;
- na forach zakładając tematy, nadawaj im tytuły sugerujące zawartość;
- nie flooduj (z ang. *flood* – powódź) – nie wpisuj informacji o identycznej treści jedna po drugiej;
- nie bądź trollem.

#### **E-mail:**

- nie spamuj – nie wysyłaj reklam i niechcianych informacji;
- nie rozsyłaj „łańcuszków szczęścia” – szczególnie do osób, z którymi łączy cię kontakt zawodowy;
- sprawdzaj swój komputer, czy nie ma na nim wirusów – rozsyłając pocztę, możesz komuś wysłać wirusa;
- pamiętaj, by e-mailom nadawać tytuł odzwierciedlający zawartość korespondencji.

## 4.5. Słowniczek skrótów internetowych używanych często na czatach i w komunikatorach

**afk** – away from keyboard – z dala od klawiatury

**bb** – bye bye – na razie (pożegnanie)

**brb** – be right back – zaraz wracam

**cba** – can't be arsed – czyli nie chce mi się

**gl** – good luck – powodzenia

**gratz** – gratulacje

**hf** – have fun – dobrej zabawy (gry)

**imho** – in my humble opinion – moim skromnym zdaniem

**imo** – in my opinion – moim zdaniem

**k/kk** – ok.

**lol** – laughing out loud – bardzo głośny śmiech, używamy, kiedy ktoś powie coś śmiesznego (często nawet jak nas to nie śmieszy)

**nc (n/c)** – no comments – (pozostawiam) bez komentarza

**nn** – nighty night – dobranoc

**np** – no problem – nie ma sprawy, nie ma problemu

**omg** – oh my God – o mój Boże, skrót bardzo często używany jak ktoś się zdenerwuje

**omw** – on my way – już biegnę (zaraz będę)

**own** – to nie jest skrót, tylko określenie slangowe, które znaczy po prostu dominować nad kimś albo z kimś wygrać

**ppl** – people – ludzie

**pwn** – pure own – (patrz: own)

**rl** – real life – prawdziwy świat

**tbh** – to be honest – będąc szczerym

**ty** – thank you – dziękuję (mylący skrót dla Polaków)

**w8** – wait – czekaj (na mnie)

**wtf** – what the fu\*\*?! – co jest ku\*\*\*?! (bardzo często używane, gdy ktoś jest zdziwiony)

**wth** – what the hell?! – co u diabła?!

**yw** – your welcome – zwyczajowa odpowiedź zamiast thank you (dziękuję)

\* \* \*

A teraz? A teraz prosimy Czytelnika, żeby wierzył w wielkie szanse cyberprzestrzeni i uczył dziecko, jak z nich mądrze korzystać.